Gold

NUR
0,66 €

11 | 26



50 extra °Punkte
auf den Einkauf

auf den Gesamteinkauf und noch mehr exklusive PAYBACK Coupons
Details siehe Coupon im Heft

PAYBACK

18
EXKLUSIVE SPARCOUPONS
im Heft

5 x 100 €
EINKAUFS-GUTSCHEINE
zu gewinnen

5 x 2
TICKETS
für das Howard-Carpendale-Musical „Hello! Again?“

WOHLFÜHL-OASE
Machen wir es uns zu Hause gemütlich

GEDANKEN, DIE GUTTUN
Freundlicher denken, besser leben

LUST AUF PLÄTZCHENBACKEN?

SO FÜHLT SICH VORFREUDE AN

4 051507 260110



Sicher wohnen

Wer sich vor Einbruch schützen will, muss nicht direkt mit teuren Alarmanlagen aufrüsten. Für ein sichereres Zuhause sorgen schon ganz einfache Tricks

ILLUSTRATIONEN: SHUTTERSTOCK
* PREISE GÜLTIG ZUM ZEITPUNKT DER MAGAZIN-DRUCKLEGUNG



Ein Zuhause sollte ein Ort sein, an dem man sich geborgen fühlt. Umso unangenehmer ist der Gedanke, dass jemand unbemerkt ins Haus gelangen könnte. Gemäß der Polizeilichen Kriminalstatistik (PKS) 2025 des Bundeskriminalamts (BKA) wurden in Deutschland im Jahr 2025 genau 82.920 Fälle von Wohnungseinbruchdiebstahl erfasst. Das waren 5,7 Prozent mehr als im Vorjahr.

Die gute Nachricht: 44,9 Prozent der Einbruchsversuche scheiterten. Täter und Täterinnen suchen nach Gelegenheiten, bei denen sie schnell und unbemerkt handeln können. Sind Fenster, Türen und Grundstück nicht leicht zugänglich, steigt das Risiko, entdeckt zu werden. Ein paar bewusste Routinen und ein prüfender Blick auf Garten und Gebäude können viel bewirken.

DER VORGARTEN ALS ERSTE SCHUTZLINIE

Stellen Sie sich folgende Frage: Wie gut einsehbar ist das Haus, wenn jemand in den Vorgarten eindringt? Dichte Hecken, hohe Sträucher und üppige Rankpflanzen schaffen zwar Privatsphäre und eine grüne Wohlfühlatmosphäre, aber direkt vor Fenstern, Terrassen- oder Kellertüren können sie auch Sichtschutz für Menschen bieten, die dort nichts zu suchen haben. Deshalb lohnt es sich, die Bepflanzung regelmäßig zurückzuschneiden und beim Blick aus dem Fenster darauf zu achten, ob ungewöhnliche Bewegungen rund ums Haus wahrnehmbar wären.

Der Garten muss dennoch nicht kahl sein: Wichtig ist nur ein ausreichender Durchblick an sensiblen Stellen. Wer im Herbst oder Frühjahr zur Gartenschere greift, kann Sicherheit einfach mitdenken.

LICHT SCHAFFT SICHTBARKEIT

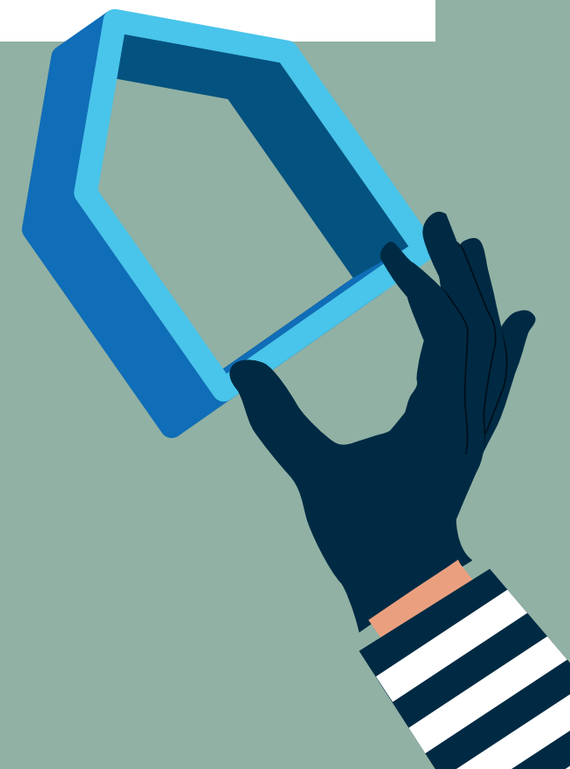
Gut beleuchtete Eingänge und Seitenwege machen es schwieriger, sich unbemerkt am Haus zu bewegen. Bewegungsmelder können an Eingang, Garage, Terrasse, Kellerabgang oder seitlichen Wegen sinnvoll sein.

Wichtig ist, dass das Licht nicht blendet und tatsächlich die Bereiche erreicht, die sonst im Dunkeln liegen. Ein Rundgang bei Abenddämmerung zeigt schnell, wo noch dunkle Ecken bleiben – zum Beispiel an Terrasse, Carport oder Kellerzugang.

ALLE HAUSEINGÄNGE BEDENKEN

Die Haustür haben die meisten Menschen im Blick. Weniger bedacht werden dagegen Kellertüren, Seiteneingänge oder die Verbindung zwischen Garage und Wohnhaus. Doch gerade sie liegen häufig an weniger gut einsehbaren Stellen. Deshalb sollten auch diese Zugänge konsequent abgeschlossen werden.

Schlüssel draußen zu verstecken, etwa unter dem Blumentopf oder der Fußmatte, ist ebenfalls keine gute Idee. Besser ist es, einer vertrauten Person einen Ersatzschlüssel zu geben. Geht ein Schlüssel verloren, sollte der Schließzylinder zeitnah ausgetauscht werden. Und bei Türen mit Glasfüllung sollte der Schlüssel nie von innen stecken bleiben.





16



COUCH-GESPRÄCH

16 KEINE CHANCE
Wie Sie Ihr Heim vor Einbruch schützen können

20 KRAFT DER GEDANKEN
Machen Sie den ersten Schritt zu einer positiveren Wahrnehmung

LEBENS-STIL

26 MODE
Wie wir kuschelig warm durch die nächsten Wochen kommen

30 BEAUTY
Der Winter ist ein Stresstest für unsere Kopfhaut. Was hilft?

32 LIVING
Ein gemütliches Zuhause wollen wir doch alle, richten wir es ein!

36 HAUSHALT
Was Sie tun können, wenn es im Haus krabbelt und summt

38 GARTEN
Helfen Sie den Tieren in Ihrem Garten über den Winter

40 ZAUBERHAFT
Eine kleine Tour über Europas Weihnachtsmärkte





KÜCHEN-TISCH

44 WEIHNACHTSBÄCKEREI
So manche Leckerei finden Sie in dieser Strecke

52 MANDARINEN
Kennen Sie den Unterschied zu Clementinen?

54 ZUM AUSLÖFFELN
Im Winter wärmen sie schön von innen: herzhafte Suppen

60 FITFOOD
Erfahren Sie, was Walnüsse alles so draufhaben

64 KAMPAGNE
Shoppen und Streamen ist mit der Netto plus App kein Problem

74 MEIN NETTO
Reality-Star Gigi Birofio saß an der Netto-Kasse

STANDARDS

3 EDITORIAL
5 KAFFEE-ZEIT
24 GEWINNSPIEL
34 ONLINE-SHOP
62 FOOD-NEWS
66 HOROSKOP
68 RÄTSEL
73 IMPRESSUM

KAFFEE-ZEIT

MEINE ZEIT IM NOVEMBER



FOTOS: GETTY IMAGES, SHUTTERSTOCK, PR

SEHNSUCHTSORT

Türkisblaues Wasser, feiner heller Sand und Palmen, die sich im warmen Wind bewegen. Doch Mauritius im Indischen Ozean hat viel mehr zu bieten als ein perfektes Strandmotiv. Hinter den Lagunen beginnt eine üppige Welt aus Bergen, Wasserfällen, Regenwald und kleinen Dörfern. Auch kulturell ist vieles vereint: Indische, französische, chinesische und afrikanische Einflüsse wie der traditionelle Tanz und die Musikrichtung Séga, die als das kulturelle Herzstück der Insel gilt, treffen hier aufeinander. Duftender Reis, Currys, frischer Fisch, tropische Früchte und knusprige Snacks gehören zum kulinarischen Inselerlebnis. Mauritius ist wahrlich magisch: ein Sehnsuchtsort, der sich warm, frei und wunderbar weit weg vom Alltag anfühlt.

BACKEN, NASCHEN, GLÜCKLICH SEIN

BIO BEI Netto Marken-Discount
Bio-Qualität zu tollen Preisen – ausschließlich von Bio-zertifizierten Herstellern

Ausstechen, verzieren und natürlich probieren: Mit diesen Rezepten wird die Weihnachtsbäckerei zum gemeinsamen Vergnügen

VEGETARISCH | VEGAN

ORANGEN-MANDEL-RAUTEN

MIT ZUCKERDEKOR

30–35 STÜCK
Vorbereitungszeit: 45 min
Kühlzeit: 30 min
Backzeit: 25 min
Gesamtzeit: 1 h 40 min

Für den Mürbeteig:
- **300 g BioBio Mehl, und zum Arbeiten**
- **150 g Gutes Land Butter, kalt, in Stücken**
- **100 g Zucker**
- **1 Vom Land Ei**
- **1 Prise Carat Jodsalz**

Für die Füllung:
- **1 Bio-Orange**
- **150 g Backfee Mandeln, gemahlen**
- **120 g Puderzucker**

Für den Guss:
- **1 Bio-Orange**
- **120 g Puderzucker**
- **Lebensmittelfarbe, orange**
- **30 g Backfee Zuckerdekor**

Pro Portion: ca. 132 kcal, 2 g Eiweiß, 6 g Fett, 17 g Kohlenhydrate, 1 g Ballaststoffe, 17 mg Cholesterin

1 Für den Mürbeteig alle Zutaten glatt verkneten, dabei nach Bedarf ein wenig kaltes Wasser ergänzen. In Frischhaltefolie gewickelt ca. 30 Minuten kalt stellen. Für die Füllung die Orange heiß waschen, trocken tupfen und die Schale fein abreiben. Orange halbieren, den Saft auspressen. Orangenschale mit -saft, Mandeln und Zucker zu einer streichfähigen Masse verrühren. Nach Bedarf etwas Wasser ergänzen.

2 Den Backofen auf 170 Grad Umluft vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Teig halbieren und jeweils auf einer bemehlten Arbeitsfläche 4–5 mm dünn rechteckig ausrollen. Eine Platte auf das Blech legen, mit der Mandelmasse bestreichen und mit der zweiten Teigplatte belegen. Im heißen Ofen ca. 25 Minuten goldbraun backen. Auf dem Blech abkühlen lassen.

3 Für den Guss die Orange waschen, trocken tupfen und die Schale in feinen Zesten abziehen. Orange halbieren, den Saft auspressen. Puderzucker mit etwas Orangensaft zu einem dickflüssigen Guss verrühren. Mit Lebensmittelfarbe orange einfärben. Orangen-Puderzuckerguss auf die Plätzchen streichen, mit Zesten und Zuckerdekor bestreuen und trocknen lassen. Anschließend in Rauten von ca. 3 cm Seitenlänge schneiden.



FOTOS: GETTY IMAGES, STOCKFOOD/NEUBAUER, MATHIAS

FOOD-TIPPS
ADVENT

1.
CHRISTSTOLLEN
Der Weihnachtsklassiker aus der sächsischen Hauptstadt Dresden gehört einfach dazu.

2.
FLÜSSIGER APFELKUCHEN
Der Klassiker in Heidelberg. Der Name hält, was er verspricht: Das Getränk schmeckt eins zu eins wie ein frisch gebackener, warmer Apfelkuchen mit Zimt.

3.
BAUMSTRIEZEL
Der Duft des süßen Hefegebäcks weht im Advent durch die Straßen Prags.



PRAG
Weihnachten in der Hauptstadt von Tschechien ist geprägt von alter Tradition und Bräuchen.

REISEN BEI Netto Marken-Discount
Noch mehr Angebote finden Sie unter www.netto-reisen.de

WIE IM MÄRCHEN

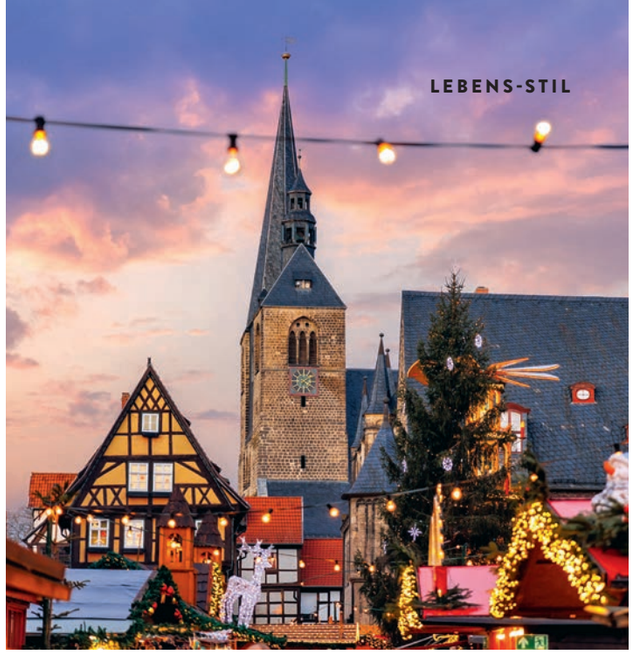
Wenn historische Städte in der Adventszeit erstrahlen, wird aus einem Wochenendtrip eine traumhafte Weihnachtsreise

Die Adventszeit ist wie gemacht für einen Städtetrip. Wenn die Straßen und Schaufenster prächtig geschmückt sind, zeigen sich bekannte Reiseziele von ihrer besonders schönen Seite. Auf den Weihnachtsmärkten treffen sich Familien, Freundinnen und Freunde auf einen Glühwein, entdecken Handwerkskunst oder probieren regionale Spezialitäten. Und nebenan warten Altstädte, Museen und prächtige Bauwerke darauf, erkundet zu werden. Gerade Städte mit einer langen Geschichte entfalten jetzt einen besonderen Zauber. Barocke Fassaden, gotische Kirchen, Fachwerkhäuser und große Plätze werden zu stimmungsvollen Kulissen für einen vorweihnachtlichen Kurztrip.



HEIDELBERG
Das Schloss Heidelberg bildet eine besonders märchenhafte Kulisse.

FOTOS: GETTY IMAGES, SHUTTERSTOCK, TOBIAS SCHWERDT



QUEDLINBURG
An den Adventswochenenden öffnen historische Höfe ihre Tore. Ein Highlight!



DRESDEN
Erzgebirgische Handwerkskunst steht hier im Mittelpunkt der Adventsmärkte.

STÄDTE IM LICHTERGLANZ

In Dresden gehört der Striezelmarkt zu den schönsten Anlaufstellen im Advent. Hier reihen sich die festlich dekorierten Stände aneinander, an denen erzgebirgisches Kunsthandwerk, Räuchermännchen und süße Versuchungen angeboten werden. Dazu passt ein Bummel durch die historische Innenstadt: Frauenkirche, Zwinger und Semperoper liegen nicht weit entfernt und wirken im Glanz der Lichter besonders eindrucksvoll.

Auch Prag leuchtet im Advent wundervoll weihnachtlich. Auf dem Wenzelsplatz sorgt der Prager Weihnachtsmarkt mit Buden und winterlichen Düften für festliche Stimmung. Die prachtvollen Gebäude um den Boulevard bilden eine außergewöhnliche Kulisse, während ein Spaziergang weiter in Richtung Altstadt führt. Dort warten verwinkelte Gassen, Jugendstilfassaden und immer neue Ausblicke auf die tschechische Hauptstadt.

KLASSIKER UND GEHEIMTIPPS

Wer Adventsmärkte liebt, hat die Wahl zwischen großen Klassikern und kleinen, fast märchenhaften Orten. Der Nürnberger Christkindlesmarkt gehört zu den bekanntesten Weihnachtsmärkten Deutschlands. Seine rot-weiß gestreiften Budendächer, der Duft würziger Lebkuchen und die vielen Geschenkideen machen ihn zu einem beliebten Ziel für ein vorweihnachtliches Wochenende.

Beschaulicher geht es in Quedlinburg zu. Zwischen den historischen Fachwerkhäusern wirkt die Adventszeit besonders ursprünglich. Kleine Höfe, verwinkelte Gassen und der Marktplatz schaffen eine Atmosphäre, in der man gern die Zeit vergisst. Wer nach dem Marktbesuch noch durch die Stadt schlendert, entdeckt liebevolle Details an Türen, Fenstern und Fassaden.

In Heidelberg verteilen sich die Stände über mehrere Plätze der Altstadt, eingerahmt von den Hügeln am Neckar und dem Blick zum Schloss. Nach einem Rundgang über den Markt lohnt sich ein Spaziergang durch die Hauptstraße oder ein kurzer Abstecher ans Flussufer.

ZEIT FÜR KLEINE MOMENTE

Das Schönste an einem Advents-Städtetrip liegt oftmals in den kleinen Augenblicken: morgens ein Spaziergang durch noch ruhige Gassen, nachmittags ein Museumsbesuch oder eine Pause im Café und abends der Bummel durch das Lichtermeer. Dazu ein Mitbringsel aus der Region, ein warmes Getränk in den Händen und vielleicht der erste Blick auf ein paar Schneeflocken – mehr braucht es nicht für wunderbare Weihnachtsstimmung. ●



EIN GARTEN FÜR KALTE TAGE

Wenn es draußen kälter wird, brauchen heimische Vögel Schutz, Nahrung und Wasser. So machen Sie Ihren Garten zum Paradies für Amsel, Meise und andere Piepmätze

Es gab Zeiten, da wurden Gärten für den Winter aufgeräumt: Altes Laub wurde aus den Beeten geholt, Büsche, Stauden und Bäume wurden konsequent zurückgeschnitten und Altholz entfernt. Heute wissen wir, dass unsere heimischen Vögel genau das brauchen, was wir da wegräumen, um den kalten Winter zu überstehen. Wie Sie mit drei einfachen Schritten aus Ihrem Garten ein Winterquartier für wilde Tiere machen können, erklären wir hier.

1. SCHUTZ STEHEN LASSEN

Dichte Hecken, Sträucher und immergrüne Pflanzen sind für Vögel im Winter wichtig. Zwischen ihren Zweigen finden sie Schutz vor Wind, Regen, Kälte und Feinden. Verblühte Stauden, trockenes Laub und Reisighaufen bieten Unterschlupf für Insekten, die wiederum auf dem Speiseplan vieler Vögel stehen. Wer einen Nistkasten im Garten hat, sollte ihn jetzt möglichst in Ruhe lassen. Manche Vögel nutzen ihn in frostigen Nächten als Schlafplatz.

2. NATÜRLICHE VORRÄTE NUTZEN

Ein vogelfreundlicher Garten ist auch im Winter eine kleine Speisekammer. Beeren, Hagebutten und Samen helfen Vögeln, wenn das Nahrungsangebot knapper wird. Deshalb sollten Früchte an Sträuchern und Samenstände von Stauden möglichst lange stehen bleiben. Besonders beliebt sind zum Beispiel Hagebutten, Holunderbeeren oder die Früchte des Gemeinen Schneeballs.

Bei geschlossener Schneedecke kann zusätzliches Vogelfutter sinnvoll sein. Ein Futterspender hält Körner und Samen trocken und sauberer als ein offenes Futterhäuschen. Wichtig: regelmäßig nachfüllen und alte, feuchte Reste entfernen. Meisenknödel bitte ohne Plastiknetz anbieten, denn darin können sich Vogelkrallen verfangen.

3. WASSER BEREITHALTEN

Auch im Winter brauchen Vögel frisches Wasser zum Trinken und für ihre Gefiederpflege. Eine flache Schale oder Vogeltränke an einem übersichtlichen Platz, von wo aus die Tiere ihre Umgebung gut im Blick haben, ist ideal. Sträucher in der Nähe bieten eine schnelle Fluchtmöglichkeit, aber direkt im dichten Gebüsch sollte die Tränke nicht stehen: Dort könnten Katzen unbemerkt lauern.

Die Schale sollte regelmäßig gereinigt und das Wasser ausgetauscht werden. Bei Frost sollte man mehrmals täglich das Eis entfernen. Zusätze wie Salz, Zucker oder Frostschutzmittel sind tabu. Ein flacher Stein in der Schale gibt kleinen Vögeln zusätzlichen Halt. So wird der Garten mit wenig Aufwand zu einem willkommenen Ort für gefiederte Wintergäste. ■



SCHÖNE HILFE Im Winter Vögel draußen zu füttern ist ein tolles Naturerlebnis, bei dem Kinder heimische Vogelarten beobachten können.

FOTOS: SHUTTERSTOCK, NETTO MARKEN-DISCOUNT
* PREISE GÜLTIG ZUM ZEITPUNKT DER MAGAZIN-DRUCKLEGUNG

ONLINE BEI Netto Marken-Discount
Weitere Produkte finden Sie unter www.netto-online.de



Vogelfutterspender inklusive Futter von DOBAR
(15,99 €, erhältlich unter netto-online.de).*



WONDERMAKE®
Großes Design-Vogelhaus
(59,99 €, erhältlich unter netto-online.de).*



Futterfeder „Vogelwelt“, 4er Set
(17,95 €, erhältlich unter netto-online.de).*

Zeit für Kuschelmode



In diesem Winter sorgen natürliche Materialien und leichte Schichten für Wohlfühlwärme mit Style



KUSCHELIGE KOMBIS

1. Pullover von MEXX, ca. 40 €, Shorts von MADELEINE, ca. 99,95 €. **2.** Pullover von CECIL, ca. 30 €, Jogginghose von BERSHKA, ca. 29,99 €. **3.** Pullover von NEW LOOK, ca. 29,99 €, Strickhose von NA-KD, ca. 37,46 €. **4.** Pullover von INFLUENCER, ca. 46,99 €, Rock von ONLY, ca. 34,99 €.



SOFTE BEGLEITER

1. Schal von PIECES, ca. 14,99 €. **2.** Ohrenwärmer von OYSHO, ca. 19,99 €. **3.** Gürteltasche von STREET ONE STUDIO, ca. 39,99 €. **4.** Handschuhe von KESSLER, ca. 49,99 €. **5.** Mütze von STINE GOYA, ca. 65 €.

FOTOS: GETTY IMAGES, PR