

NOV

Bricolage

**WIE
LIEBE,
NUR
LEICHTER**

Wenn Freundinnen
ihr Leben teilen

*Welcher
Fasten-Typ
bin ich?*

Sechs Methoden
im Check

*Fashion
Spezial*

**TRENDS,
LIEBLINGSTEILE,
UMSTYLING**

**ETHAN
HAWKE**

Bei uns kommt
er ins Plaudern

ALGARVE

Portugals wilder
Westen

**KOCHEN
FÜR
GÄSTE**

Es gibt was zu feiern:
die besten Rezepte
von Brunch bis Dinner





Flossbach von Storch

VERMÖGENSVERWALTER

Vermögen bedeutet
Verantwortung.

Für Generationen.

Vermögensverwaltung bedeutet für uns Zukunftsvorsorge. Als Deutschlands größter unabhängiger Vermögensverwalter legen wir unseren Fokus auf eine langfristige Anlagestrategie und den Erhalt und Aufbau des uns anvertrauten Vermögens. Seit mehr als 25 Jahren.

KONSEQUENT UNABHÄNGIG



Willkommen bei Flossbach von Storch:
flossbachvonstorch.de/anlagestrategie



Wie Liebe ...

...nur leichter: Hat Ihnen diese Zeile auf unserem Cover auch so aus dem Herzen gesprochen? Genau dieses Gefühl habe ich, wenn ich an meine besten Freundinnen denke. Wir kennen uns seit über 20 Jahren, und wenn wir zusammen sind, zum Kaffee, im Urlaub, auf WhatsApp, läuft es rund. Wir sind einander nachsichtige und großzügige Gefährtinnen, was mir bei ihnen viel müheloser von der Hand (und von der Seele) geht als in anderen wichtigen Beziehungen in meinem Leben. Wenn Freundinnen gemeinsam ihr Ding machen, sind sie unglaublich stark, geben einander Schwung, holen das Beste auseinander heraus: Davon erzählen auch die Frauen in unserem Dossier ab Seite 80, davon, wie sie gemeinsam Kinder großziehen oder eine Immobilie für die Altersvorsorge kaufen. Weil geteilte Verantwortung eben viel weniger wiegt. Ich war nach dem Lesen beflügelt, habe natürlich sofort an meine Freundinnen gedacht, wie sehr ich sie liebe und brauche. Und wie einfach das bei ihnen ist.

Herzlich Ihre

SUSANNA RIETHMÜLLER

📷 Besuchen Sie mich auch auf Instagram @su_sa_ri

FOTOS ENVER HIRSCH, PRIVAT (3)



Ethan, ganz nah

Geht es nur uns bei BRIGITTE so, dass wir US-Kinostar Ethan Hawke so sympathisch finden? Stefanie Hentschel traf ihn für uns in Berlin. Ihr Eindruck? Ab Seite 48!



Toller Abend

Unsere neue Verlegerin Julia Becker (I.) wollte uns kennenlernen und reiste nach Hamburg, wo sie mit Charme und großer Offenheit unsere Fragen beantwortete. Gern wieder!



Sie trifft den Ton

Erica Jacobsons poppige Werke machen Laune. Deshalb illustrierte die Schwedin auch unser Dossier zum Thema Freundinnen (ab S. 80) – auch die bringen ja Farbe ins Leben.



**DEIN
LEBEN.
DEIN
WEG.**

MAGAZIN

8 Highlights, Termine, Hingucker

KOLUMNEN

12 Leichter leben Diesmal: Franca Cerutti über falsche Bescheidenheit

146 Meinung Geht das nur mir so?

AKTUELL

14 Jetzt wichtig Was tun gegen rechte Tendenzen in der Schule?

FASHION-SPEZIAL

16 Pure Power Strahlendes Weiß trifft auf feuriges Rot

28 Lieben wir! Die Favoriten-Looks der Moderedaktion

38 Das steht mir Ein Blazer in Bordeaux

40 Absolut tragbar Die neuen Trend-Taschen

46 Fashion News

PORTRÄTS

6 Macherinnen Alina Eilers entwickelt vegane Schwangerschaftstests

48 Ethan Hawke Bei uns kommt er ins Plaudern

60 Ein Mann | Eine Frau Sänger Jesse Welles | Schauspielerin Zoey Deutch

KULTUR

54 Bücher, Filme, Musik, Podcast



80

Freundinnen fürs Leben Wie Frauen ihr »Wir« jetzt neu gestalten – gemeinsam Kinder erziehen, wohnen, investieren...



72 Schminken mit schwachen Augen? Unsere Beauty-Kollegin Nicole verrät, was hilft



120 Klein, aber kreativ So viel Design passt in ein Mailänder Mini-Apartment

102

Geborgenheit, Trost: Damit wird auf Social Media gerade heftig gelockt. »Emo Porn« heißt der Trend. Was steckt dahinter?



92 Portugal & Meer Unsere Autorin ist algarverliebt



Fashion-Spezial

Ab Seite 16 wird's modisch – mit Taschen, den Lieblingen der Redaktion, Styling-Ideen...

**KOCHEN
FÜR
GÄSTE**



130 Hauptspeisen & Häppchen, Süßes & Herzhaftes
Die BRIGITTE-Tafel ist bunt bestückt – mit feinen Sachen für den ganzen Tag, die Lust aufs gemeinsame Genießen machen

BEAUTY

- 64 SPA Awards** Pflege-Produkte, Spa-Konzepte... Wer ins Rennen um die Auszeichnungen geht
- 72 Gute Sicht** Wenn die Augen schlechter werden, braucht's beim Make-up Nachhilfe
- 74 Beauty News**
- 78 Selfcare** Für wen eignet sich Hyrox-Training?

DOSSIER

- 80 Wie Liebe, nur leichter** Wenn Freundinnen ihr Leben teilen

REISEN

- 92 Algarve** Portugals wilder Westen

BALANCE

- 102 Gefühlsecht?** Wie Influencerinnen und Influencer auf Social Media seelische Unterstützung verheißen
- 106 Welcher Fasten-Typ bin ich?** Sechs Methoden im Check
- 111 Bitte natürlich** Pflanzliches für Magen und Darm
- 112 Team Talk** Was genießt ihr am Älterwerden?
- 114 Balance News**

ACADEMY

- 116 Geldanlage** Was sind eigentlich Themen-ETFs?

WOHNEN

- 120 Hausbesuch** bei Designerin Cristina Pettenuzzo in Mailand

KOCHEN

- 130 Kochen für Gäste** Es gibt was zu feiern: die besten Rezepte von Brunch bis Dinner

UND AUSSERDEM

- 62 Horoskop** vom 11. bis 24.3.
- 119 Rätsel** Preise zu gewinnen
- 142 Impressum & Service**
- 143 Kleine BRIGITTE & Kleine Maus**

Schwanger? Frag die Alge

Mit ihrem Start-up hat Alina Eilers den ersten Schwangerschaftstest entwickelt, der das Leid vieler Labortiere beendet

Text: Stefanie Nickel



Alina Eilers, 32, kommt aus Ostfriesland – von ihren Wattwanderungen kennt sie die Kieselalge schon lange

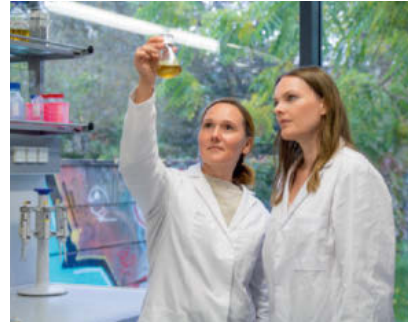
A

Als Alina Eilers im April 2021 ihren Abschluss der Leibniz-Universität Hannover in der Tasche hatte, stand die frisch promovierte Chemikerin und Biotechnologin vor einem großen Fragezeichen. Sie wollte forschen, Menschen helfen. Doch Eilers, 32, lebt seit ihrer Jugend vegetarisch, seit Jahren vegan. „Ich will Tiere schützen, habe mich lange dazu informiert“, sagt sie. Und wenn man das tierfreie Leben ernst nimmt, kann man in der biomedizinischen Forschung kaum Karriere machen. Außer man revolutioniert sie.

Tierversuche sind bei der Entwicklung von Medizinprodukten Alltag. Eine zentrale Rolle spielen Antikörper. Wer Impfstoffe, medizinische Schnelltests oder eine neue Krebsdiagnostik entwickeln will, braucht diese winzig kleinen Proteine, die im Körper Krankheitserreger oder Hormone erkennen. Was nicht so bekannt ist: Um Antikörper zu gewinnen, werden Mäuse, Kaninchen oder andere Tiere in Laboren genutzt. Der Verein Ärzte gegen Tierversuche schätzt, dass dabei allein in der EU jedes Jahr mehr als eine Million Tiere sterben. Auch in deutschen Laboren ist das die gängige Praxis. „Tiere leiden – und die Menschen, die mit ihnen arbeiten, leiden sicherlich auch darunter, Lebewesen Leid anzutun“, sagt Alina Eilers. Sie ist keine Tierrechte-Aktivistin, findet aber, dass man auf Tierversuche verzichten sollte, wenn es möglich ist.

Nach ihrer Promotion stieß Eilers zu einer Arbeitsgruppe am Institut für Pflanzengenetik der Leibniz-Uni, die schon seit Jahren an Antikörpern aus Kieselalgen und anderen Pflanzen forscht. „Da musste ich einfach mitmachen!“, sagt sie. Das hat auch mit ihrer Biografie zu tun: Eilers kommt aus Ostfriesland, hat während ihres Studiums im Nebenjob als Wattführerin gearbeitet. „Meine Eltern machen das seit fast 40 Jahren“, erzählt sie. „Und da die Kieselalge auch im Wattenmeer überall zu finden ist, bin ich also schon seit meiner Kindheit mit ihr verbunden.“

Das Team fand heraus, dass die Antikörper aus Kieselalgen alles können, was tierische Antikörper auch können. Kein Tier müsste sterben, weil man



„Hey Mela“ heißt der von Eilers' Team entwickelte Frühtest. Algen liefern die Antikörper, produziert wird in Thüringen

ihm über Wochen und Monate Blut abnimmt. Dazu sind die Algen überall verfügbar – sie wachsen in den Weltmeeren, Flüssen und Teichen, bilden an Steinen und Wasserpflanzen bräunliche Beläge.

Gemeinsam mit zwei Kolleg*innen beschloss Eilers, eine Firma zu gründen, „um wirklich etwas zu bewegen“. Sie lernten, wie man einen Businessplan schreibt, sammelten 2,5 Millionen Euro Kapital ein. Im Juli 2023 ging schließlich Phaeosynt, eine Wortschöpfung aus „Phaeodactylum“, dem Namen ihrer Kieselalge, und „Synthetisieren“, an den Start. Zunächst mit dem Ziel, vegane Antikörper an Labore und Diagnostikunternehmen zu liefern.

Doch die Nachfrage blieb gering, denn weil die veganen Antikörper nicht preiswerter waren als die aus Tieren, blieben die Abnehmer lieber bei den konventionellen. Doch Eilers und ihr Team ließen sich nicht entmutigen. Statt nur zuzuliefern, entwickelten sie etwas Eigenes: einen veganen Schwangerschaftstest. „Wir wollten ein Produkt verändern, das emotional besetzt ist“, sagt die Forscherin. „Die Emotionen können natürlich vielfältig sein, aber nicht wie bei einem Covid-Test nur negativ.“ Ihre Zielgruppe: Frauen, denen Nachhaltigkeit wichtig ist und die bereit sind, aktuell rund sieben Euro für den Test zu bezahlen, etwas mehr als für die Tests der Eigenmarken der großen Drogerie-Ketten.

Seit Herbst 2025 liegt „Hey Mela“ in den Regalen vieler Rossmann- und DM-Filialen. Die Marke ist noch im Aufbau, die Rückmeldung sei aber durchweg positiv, sagt Eilers. Rund 50 000 Tests wurden schon in den Handel gebracht, 2026 sollen 200 000 dazu kommen, über die Landesgrenzen hinweg. Geplant sind weitere Produkte, darunter ein Menopausentest und ein Test zur Erkennung besonders fruchtbarer Tage. Aber auch das soll nur ein Einstieg sein – denn Eilers und ihr Team wollen, sagt sie, „die Branche wirklich revolutionieren“.