



### UNTYPISCHER TÄTER

Was uns der Anschlag von Magdeburg über den neuen Terrorismus verrät

„Die krassste Sache, die ich je erlebt habe“

Wie Carolin Kebekus mit ihrer Rolle als Mutter umgeht

### WOZU NOCH FDP?

Parteivize Wolfgang Kubicki im Streitgespräch

# SCHLANKER BAUCH GESUNDER BAUCH

Wie Sie schädliches Fett wieder loswerden – ganz ohne klassische Diät







## TITEL

### Schlanker Bauch, gesunder Bauch

Zu viel Fett an der Körpermitte schadet unserer Gesundheit. Das Gute: Man wird es wieder los – ohne klassische Diät

22

Tipps zu Ernährung und Abnehmen für Männer und Frauen

27

## Die Bilder der Woche

8

So wird 2025: Prognosen aus der *stern*-Redaktion

14

## POLITIK/WIRTSCHAFT

**Kolumne** Nico Fried sichert sich ab für den Fall eines Wahlsiegs von Olaf Scholz

18

### ✘ Wozu noch FDP?

Parteivize Wolfgang Kubicki geht keinem Streit aus dem Weg. Ein Gespräch über Kettensägen, Koalitionen und den Überlebenskampf der Liberalen

36

## GESELLSCHAFT

### ✘ Lehren aus Magdeburg

Warum lassen sich Attentäter heute schwerer kategorisieren? Antworten des Soziologen Matthias Quent

32

### So bleiben Sie zuversichtlich!

Ukrainekrieg, Anschläge, Ampel-Aus, Trump-Wiederwahl: Menschen erklären, warum sie trotz drückender Ereignisse den Mut nicht verlieren

42

### „Die Polizei trägt Schuld am Tod von Jalloh“

Anwalt Jerzy Montag über den vor 20 Jahren in einer deutschen Polizeizelle ums Leben gekommenen Ouri Jalloh

52

**Kolumne** Jagoda Marinić: Der Hotzoplotz

55



## Reif für die Freiheit?

Ein verurteilter Sexualstraftäter lässt sich kastrieren, um die Sicherungsverwahrung verlassen zu dürfen. Doch es gibt Zweifel **Seite 80**



## Die da oben

Der Bundestag hat kein gutes Image. Die Abgeordneten sind besser als ihr Ruf – eine Foto-Reportage **Seite 56**



## Deutscher Freund

Matthias Schmidt leitet in Rumänien das größte Tierheim der Welt. Nicht alle Streuner kann er retten **Seite 74**





### Wochenbettwitze

Comedystar Carolin Kebekus ist Mutter geworden. Und steht wieder auf der Bühne. Wie gut geht das? **Seite 68**



### Weg mit dem Bauch

Durch zu viel ungesundes Essen setzen wir schädliches Fett um unsere Körpermitte an. Wie man die Polster wieder loswird **Seite 22**

TITEL: GETTY IMAGES; INHALT: MARINA ROSA WEIGL/STERN; CHRISTIAN LOHFINK/STERN; ANDREEA CAMPEANU/STERN; STEPHAN LUCKA, JASPER WALTER BASTIAN/STERN

#### Sicherungsverwahrung

Wie stellt man fest, ob ein Sexualstraftäter noch gefährlich ist? Der Fall eines Mannes, der sich kastrieren ließ, zeigt, wie schwer die Antwort fällt **80**

#### Ökobilanz – die Nachhaltigkeitskolumne

Wie klimafreundlich sind staatliche Lotterien? **93**

### AUSLAND

#### Der Leid rumänischer Hunde

Herrenlos dürfen sie in Rumänien zwei Wochen nach dem Fang gezielt getötet werden. Ein Deutscher mag sich mit dieser Praxis nicht abfinden **74**

### WISSEN/GESUNDHEIT

#### Die Diagnose

Auf einem Berg leidet eine Frau an Kopfschmerzen und Übelkeit. Ein akuter Notfall! **50**

#### Was wissen wir über ...

... Kalorien? **51**

### FOTOGRAFIE

#### Gelebte Demokratie

Nur ihrem Gewissen verpflichtet – mit Bundestagsabgeordneten unterwegs in Berlin und im Land **56**

### KULTUR

#### ✕ Carolin Kebekus

Der Comedystar ebnet anderen Frauen den Weg auf die Bühne. Ein Gespräch über Verletzlichkeit vor Publikum und die Fallstricke der Mutterschaft **68**

### REISE

#### Zwischen Kunst und Springerstiefeln

Chemnitz ist Kulturhauptstadt Europas 2025. Manche Bewohner wundern sich. Andere packen mit an **88**

### JOURNAL

**Fernsehen** Influencerin Caro Daur über Aufstieg und Veränderung in der ruppigen Modebranche **94**

**Buch** Ex-„Tagesthemen“-Moderatorin Aline Abboud hat ein Buch über Flucht und Herkunft geschrieben **96**

**Film** Im Interview zu seinem Biopic „Better Man“ erzählt Robbie Williams schonungslos von Sucht und Dämonen. Und sagt, was ihn am Ende rettete **98**

**stern Bestseller** **100**

**Genuss** Ein deutsches Lieblingsessen: Königsberger Klopse **102**

**Was macht eigentlich?** Peter Frey, ehemaliger Chefredakteur des ZDF **106**

**Rubriken** **Echo (S. 6); Mette (S. 20); Impressum (S. 101); Ein Quantum Trost (S. 104); Kreuzweise (S. 105)**

Auf dem Titel angekündigte Themen sind mit einem ✕ gekennzeichnet



#### stern+ Ihr digitales Abo

Holen Sie sich einen Zugang zu allen PLUS-Artikeln auf [stern.de](http://stern.de). Inklusive wöchentlichem stern-E-Paper. **Jetzt 4 Wochen für 1 € testen:** [sternplus.de/digital](http://sternplus.de/digital)



02 | 4.1.-10.1.2025



# tv magazin



HIGHLIGHT DER WOCHE

## DER PALAST

Die zweite Staffel der Serie über den berühmten Friedrichstadtpalast spielt in den Monaten nach dem Mauerfall, prominent besetzt, unter anderem mit Jeanette Hain.

MONTAG | 20.15 | ZDF



RÄTSEL: RÄTSEL-MIX S. 13 | SUDOKU S. 14 | SCHWEDENRÄTSEL S. 15