

BEAUTY FORUM

BE INFORMED, BE INSPIRED, BE YOURSELF!

KENNEN SIE IHREN WERT?

DEN JAHRESWECHSEL ZUR
PREISANPASSUNG NUTZEN

X-MAS GLAM

SCHRITT FÜR SCHRITT ZUM
FESTLICHEN NAIL LOOK

DOSSIER:

ICE ICE **BABY**

TREATMENTS UND
KONZEPTE FÜR
TROCKENE HAUT





EXPERT
Line

EFFECT
Line

ZERO
Line



Intelligente med. BioTech Cosmetic

**Die Zukunft der Hautpflege – BioTech Cosmetic (siehe Google) –
hat bereits begonnen, seien Sie mit dabei!**

Ihr Wettbewerbsvorteil: Patentierte BioTech-Wirkstoffe auf Basis dermatologischer Wissenschaft erkennen Hautprobleme vorbeugend, welche mit blossen Auge kaum oder überhaupt nicht sichtbar sind. Anfängliche und noch gar nicht merkbare Hautunregelmässigkeiten werden durch vegane, reine Wirkstoffe nach biologischen und technologischen Höchststandards bereits in den tiefsten Hautschichten frühzeitig erkannt und beseitigt. Vor Beginn der Systempflege oder wenn ein Hautproblem sichtbar ist, wird die Wirkstoffauswahl in einer kosmetischen Behandlung ausgewählt, durch intelligente Trägersysteme zielgenau in die benötigte Hautschicht transportiert und zur begleitenden Therapie auch für die Heimpflege freigegeben. Zur Optimierung stellt ein Service für Sie sicher, dass für Ihre Kunden die Pflege zum jeweiligen Hautzustand stets passend kostenfrei umgetauscht wird. Der modernste Erfolgsweg für eine dauerhaft schöne und gesunde Haut für noch mehr Lebensfreude. Wir freuen uns auf Ihre Depot-Anfrage!

[®] *Belico*
DERMA CONCEPT

BTB BioTech Beauty AG Swiss
Haldenstrasse 4 | 6006 Luzern | Freefon 0800 5005-15
Belico Derma Concept e.K.
Stargarder Str. 11 | 33098 Paderborn | Freefon 0800 5005-315
BTB BioTech Beauty AG Austria
Sieveringer Str. 36/6 | 1190 Wien | Fon 01 890-3997

Erfahren Sie mehr unter
www.belico.ch oder hier:



Hier Handy-Scan für
Sofortinfos!



DIE HAPPY- *Moments-Liste*

Nur noch wenige Wochen, bis das Jahr 2022 vorüber ist und wir in 2023 starten können. Das Jahresende löst in mir immer eine besondere Mischung an Gefühlen aus, ähnlich einem lange getragenen Kleidungsstück: Einerseits steckt es voller Erinnerungen und Erlebnissen, andererseits ist man auch irgendwie froh, es gegen etwas Neues einzutauschen. Dieses Jahr schaue ich auf viele erinnernswerte Erlebnisse zurück – ganz vorne dabei die vier BEAUTY BUSINESS DAYS Switzerland, bei denen wir Sie in verschiedenen Regionen der Schweiz besuchen konnten durften. (Und auch der Sommerurlaub hat es nach ganz oben auf die Liste der schönsten Momente geschafft.) Welche Erlebnisse stehen auf Ihrer Liste?

Denke ich an das nächste Jahr, so freue ich mich schon auf all die neuen Projekte, die wir für 2023 aufgegleist haben. Mehr dazu lesen Sie in unserer Eventvorschau ab Seite 58.

Doch noch bevor das Jahr endet, haben wir eine Überraschung für Sie: den BEAUTY FORUM Podcast Edition Swiss! Zusammen mit Rosine Dätwyler, Kosmetikerin, Ausbilderin und Unternehmerin aus Aarau, haben wir dieses Herzensprojekt gestartet. Freuen Sie sich auf wöchentlich neue Folgen, in denen wir Ihnen interessanten und unterhaltsamen Beauty-Talk mit Schweizer Expertinnen und Experten der Branche bieten.

Viel Spass beim Lesen, Hören und natürlich Feiern!



Ihre

Jaqueline Kramer

Jaqueline Kramer

Editor-in-Chief BEAUTY FORUM Ed. Swiss



INHALT

DEZEMBER 2022

D 26

SKIN & BODYCARE CLASSICS

Pflege

- 6 Konzentration, bitte!**
Pflege-Boost dank Seren und Ampullen
- 10 Hautwissen**
Serie, Teil 2: Kälte & Haut
- 12 Was würden Sie tun?**
Serie
- 14 News**

Wellness

- 16 Entspannung und Pflege**
Massageöle und -butter

Hand und Nagel

- 18 X-Mas Glam**
Step by step zum festlichen Nagel-Design
- 20 News**

HIGH COMPETENCE

Medical Beauty

- 22 7 Behandlungen mit Botox**
Einsatzmöglichkeiten für Botulinumtoxin
- 25 News**

NATURAL & ORGANICS

Nachhaltigkeit

- 34 Umweltbewusst im Institut**
Praktische Tipps für eine umweltbewusstere Institutsführung
- 36 Nachhaltigkeit**
Leserumfrage

BUSINESS & COMMUNITY

- 38 Institut des Monats**
Schönpunkt
- 42 Nur Mut: Preise anpassen**
Preiserhöhungen mit Fingerspitzengefühl kommunizieren
- 44 News**
- 45 SKF**
Was die Branche bewegt
- 46 Ja, like mich doch!**

STYLE & FASHION

- 47 Festlicher Glanz**
In sechs Schritten zum strahlenden Party-Make-up
- 51 News**

DOSSIER

ICE, ICE, BABY

So sorgen Sie für genügend Feuchtigkeit im Winter!

- 26 Intro:**
Tipps und Treatments für durchfeuchtete Haut
- 27 Wasser, marsch!**
Behandlungsansätze bei trockener Haut
- 29 Reparieren und durchfeuchten**
Apparative Treatments für mehr Feuchtigkeit
- 32 Einmal schälen, bitte!**
Behandlung mit Fruchtsäuren

LIFESTYLE & SELFCARE

Ernährung & Fitness

- 52 Gesund im Darm**
Wie die Darmgesundheit unser Immunsystem beeinflusst

Personality

- 66 Einfach leben!**
Serie: 4 Fragen an Werner Stricker



52

GESUND IM DARM

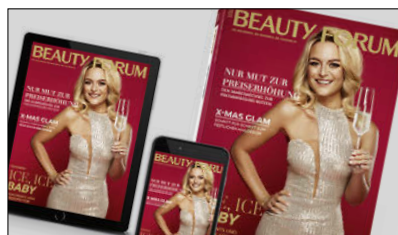
Wie die Darmgesundheit das Immunsystem beeinflusst

EVENT

- 56 Nachbericht**
BEAUTY BUSINESS DAY
Lugano
- 58 Neue Events 2023**
Das erwartet Sie im kommenden Jahr
- 59 Auftakt im März**
Fuss- & Medical-Beauty-Kongress

IN JEDER AUSGABE

- 3** Editorial
- 60** Ausbildungen
- 64** Horoskop
- 65** Impressum, Werbepartner, Vorschau



BEAUTY FORUM Edition Swiss ist auch als E-Paper erhältlich.
www.beauty-forum.ch/magazine

Beilagenhinweis: Dieser Auflage liegen keine Beilagen bei.



UNSER COVER-LOOK



„DIE WEIHNACHTSFEIERTAGE SIND UNVOLLSTÄNDIG, WENN MAN NICHT EIN WENIG GLAMOUR MITEINFLIESSEN LÄSST!“

Reslie Mundwiler, Make-up-Artistin

Titelbild + Cover-Look
Make-up, Hair: Reslie Mundwiler

Fotos: Ralf Eyertt
Model: Edamey Hugentobler

51

PERFEKTIONIERT

Dekorative Kosmetik für einen glänzenden Auftritt zur Weihnachtszeit





FOTO: LYUBOV LEVITSKAYA/SHUTTERSTOCK.COM

VOLLE KRAFT VORAUSS!

Schnelle Effekte, intensive Pflege und wertvolle Wirkstoffe: Seren und Ampullen sind die Geheimwaffe, wenn die Haut mal wieder einen zusätzlichen Pflegekick braucht. Für viele Kundinnen und Kunden scheint es dennoch ausreichend, ein Reinigungsprodukt und eine Creme zu verwenden. Zum einen aus Bequemlichkeit, zum anderen vielleicht, um Geld zu sparen. Oder fehlt doch die richtige Aufklärung? So überzeugen Sie Ihre Kundschaft von den kleinen Powerpaketen.



Ober kalte Winterluft oder Salz- und Chlorwasser – der Haut Ihrer Kundinnen und Kunden wird einiges abverlangt. Damit die Haut richtig gepflegt und unterstützt wird, ist es wichtig, direkt mit ihnen zu kommunizieren und ihnen alle Vorzüge eines Serums aufzuzeigen. Bei den Seren handelt es sich um Pflegeprodukte mit einer deutlich höheren Wirkstoffkonzentration.

Dadurch können wir viel gezielter und spezifischer auf die Hautbedürfnisse unserer Kunden eingehen. Aus diesem Grund sollten sie sowohl in der Behandlung als auch in der Skincare-Routine der Kunden eingesetzt werden. Die wohl bekanntesten Wirkstoffe sind Hyaluronsäure, Vitamin C und Retinol. In letzter Zeit wurden auch Wachstumsfaktoren und Niacinamid immer beliebter. Doch welches Serum setzen wir wann ein, und welche Wirkstoffe überzeugen?

SCHÜTZT UND HELLT AUF

Der Powerwirkstoff Vitamin C leistet in der Pflegecreme nicht dasselbe wie in einem Serum. In der Chemie wird Vitamin C als Ascorbinsäure bezeichnet. Ascorbin stammt aus dem Lateinischen und bedeutet „kein Skorbut“, also keinen schwerwiegenden Vitamin-C-Mangel.

Vitamin C unterstützt nicht nur unser Immunsystem, sondern ist zusätzlich aktiv an 15'000 Stoffwechselvorgängen beteiligt. Mangelt es unserer Haut an Vitamin C, wird der Mörtel zwischen unseren Hautzellen nicht mehr richtig aufgebaut. Als Antioxidans hat Vitamin C nicht nur eine zusätzliche Schutzfunktion für die Sommerhaut, sondern besitzt ebenso eine leicht aufhellende Wirkung und schützt somit vor unschönen Pigmentierungen.

Bei stärkeren Pigmentierungen empfiehlt sich ein sogenanntes Dark-Spot-Serum. Diese Spezialseren enthalten häufig Niacinamid, einen Vitamin-B3-Komplex, um dunkle Flecken zu vermindern. Genauso wie der hautpflegende Shiitake-Pilz, der durch Beta-Glucane, Hyperpigmentierungen ausgleicht.

VERFEINERT UND GLÄTTET

Das bereits erwähnte Niacinamid gewinnt immer mehr an Beliebtheit und findet bei vielen Hautbedürfnissen seinen Einsatz. Am häufigsten wird es wohl gegen Unreinheiten verwendet. Es reguliert die Talgproduktion und damit auch die Porengrösse sowie ein unreines Hautbild. Es beweist seine Power beim „Pickelausradieren“, verfeinert das gesamte Hautbild und gleicht Pickelmale aus. Zusätzlich glättet es Falten, schenkt uns eine Extraportion Feuchtigkeit und schwächt leichte Hyperpigmentierungen ab. Kein Wunder also, dass es häufig in Produktlinien gegen Erwachsenenakne zu finden ist.

DURCHFEUCHTET UND STRAFFT

Hyaluronsäure ist mittlerweile seit langer Zeit bekannt und immer noch eines der beliebtesten Seren in der Kosmetik. Bei der Hyaluronsäure handelt es sich um einen Mehrfachzucker, der bei uns Menschen fast überall im Körper vorkommt. In grösseren Mengen in der Haut, aber auch

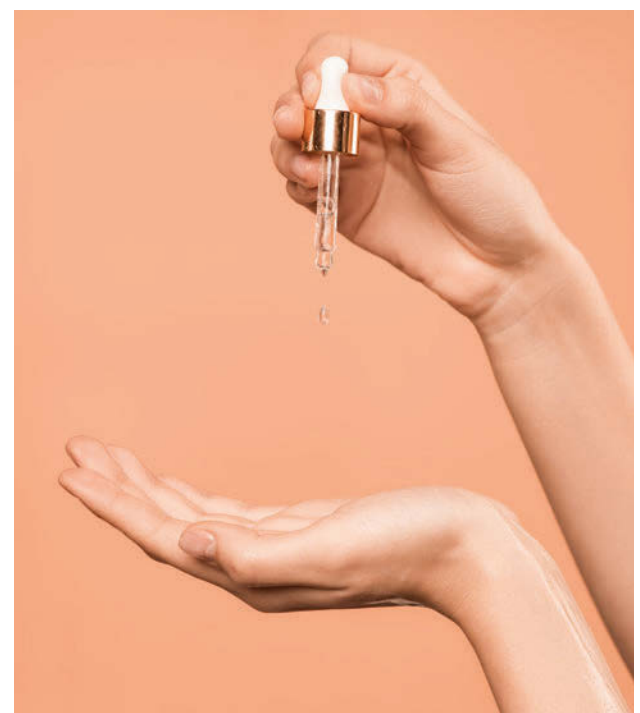
in den Knochen, Gelenkflüssigkeiten und im Glaskörper des Auges. Da er bereits in unserer Haut vorhanden ist, zählt er zu den sogenannten Natural Moisturizing Factors. Hyaluronsäure spendet so viel Feuchtigkeit wie kein anderer Inhaltsstoff. Sie regeneriert die oberen Hautschichten und lässt die Haut geschmeidiger, weicher und praller erscheinen. Ein Hyaluronsäureserum bietet den weiteren Vorteil, Feuchtigkeit zu spenden, und sie in der Haut zu binden. So werden kleinere Linien und Falten ausgeglichen.

DRINGT EIN UND GLEICHT AUS

Ein weiterer Klassiker unter den Wirkstoffen und mit Sicherheit sehr beliebt ist Retinol. Es ist ein hochpotenter Wirkstoff für die Haut. Über Seren kann das besondere Zellschutzvitamin der Haut zugeführt werden. Für die Hautelastizität und das Bindegewebe ist Retinol essenziell. Es bildet die Basis gegen Falten, schlaffe Haut und kann aufgrund der kleinen molekularen Struktur in die tieferen Hautschichten eindringen, um dort die Regeneration von Kollagen und Elastin zu stimulieren. In der Haut wandelt es sich in Vitamin-A-Säure um und bringt den Hautzustand wieder in Balance.

REGENERIERT UND BAUT AUF

Seren mit Wachstumsfaktoren polstern die Haut nicht nur auf, sondern regen die Hautregeneration und Zellerneuerung an. In diesem Zusammenhang sind die Faktoren EGF und FGF die wichtigsten, da sie bereits als natürliche Bestandteile in der Haut vorhanden sind. Ihre Entdeckung wurde bereits 1986 mit dem Nobelpreis für Medizin ausgezeichnet. Die beiden Wachstumsfaktoren regenerieren



Hyaluronsäure, Vitamin C und Retinol sind in Seren besonders beliebt.

das Gewebe, regen die Produktion von Elastin und Kollagen an und sorgen dadurch für eine pralle und straffe Haut.

CREME VERSUS SERUM

Der grösste Unterschied zwischen einem Serum und einer Creme liegt sicherlich in der Struktur. Eine Gesichtscreme enthält meistens Öl, Wasser und einen Emulgator, der alles zu einer Creme verbindet. Die Moleküle sind gross und dringen nicht in die Epidermis ein.

Sie bedecken die äussere Haut mit einer feuchtigkeitsspendenden Schutzschicht und schützen vor äusseren Einflüssen. Die Creme ist grundsätzlich der letzte Schritt in einem Pflegeritual. Das Serum wird direkt nach dem Reinigungsprodukt und dem Toner verwendet. Es wird für ein spezifisches Bedürfnis ausgewählt. Wie bereits erwähnt, gibt es unterschiedliche Zwecke: Anti-Aging, schlaffe Haut, Hyperpigmentierungen, Unreinheiten oder Feuchtigkeitmangel. Das Serum hat eine sehr kleine Molekularstruktur. Dadurch dringt es tiefer in die Haut ein und entfaltet seine volle Wirkung. Ein Serum sollte verwendet werden, um eine schöne Haut zu erhalten oder um gezielt Symptome zu behandeln.

„DIE WOHL BEKANNTTESTEN WIRKSTOFFE SIND HYALURONSÄURE, VITAMIN C UND RETINOL. IN LETZTER ZEIT WURDEN AUCH WACHSTUMSFAKTOREN UND NIACINAMID IMMER BELIEBTER.“

EINSATZ VON AMPULLEN

Ebenso wie Seren enthalten auch Ampullen eine konzentrierte Menge an Wirkstoffen. In der Behandlung empfiehlt es sich, bei den unterschiedlichen Symptomen eine Ampulle, also einen Beauty-Shot, einzusetzen. Sie enthält hoch konzentrierte Wirkstoffe. Es gibt unterschiedliche Möglichkeiten, die Ampulle einzuarbeiten, beginnend mit der Gesichtsmaske oder Massagecreme bis hin zur apparativen Kosmetik, zum Beispiel Microneedling, Ultraschall und Radiofrequenz. Die Haut Ihrer Kunden wird sich freuen, mit den luxuriösen Wirkstoffen verwöhnt und regeneriert werden.



Stephanie Seng

Die Kosmetikerin und Hautpflegeexpertin betreibt ihr eigenes Institut Schoonheid

Cosmetics in der Nähe von Freiburg. Sie hat sich auf die Gesundheit der Haut und das individuelle Hautpflege- und Skincoaching spezialisiert.



Schweizer Qualität,
Tradition und Innovation

für eine strahlend schöne
und gesunde Haut

- Hochwertige Produkte
- Umfassendes Sortiment
- 88 Jahre Tradition und Erfahrung
- Eigene Produktion in der Schweiz



Mehr Informationen zu den
einzelnen Produkten unter
Telefon: +41 (0)62 878 31 41
www.lydiadainow.com

Serie
TEIL 2: KÄLTE & HAUT

HAUTWISSEN

Tagtäglich arbeiten Sie mit der Haut Ihrer Kundinnen und Kunden: Sie unterstützen diese bei der Lösung von Hautproblemen und verhelfen ihnen zu ihrer Traumhaut. In dieser Serie wollen wir sie daher noch einmal von Grund auf unter die Lupe nehmen: Hautarzt Dr. med. univ. Stefan Teske erklärt Ihnen in jeder Ausgabe verschiedene Aspekte unseres grössten Organs.



FOTO: ANNA NEKRASHEVICH/PEXELS.COM

Winterliche Temperaturen, kalter Wind und trockene Heizungsluft können eine Belastung für unser grösstes Organ, die Haut, sein. Besonders in den Wintermonaten bedarf es daher eines besonderen Schutzes und Pflege.

WIE WIRKT SICH KÄLTE AUF DIE HAUT AUS?

Durch das Wechselspiel niedriger Aussentemperaturen und beheizter Räume, nehmen der Eigenschutz und die natürliche Barrierefunktion der Haut massgeblich ab. Das bedeutet, dass der Haut zusätzlich Feuchtigkeit entzogen wird. Aufgrund der Kälte werden die Blutgefässe in der Haut mit dem Ziel, die Körperwärme zu bewahren, zusammengezogen. Somit kommt es zu einer geringeren Durchblutung sowie schlechteren Versorgung mit Sauerstoff und Nährstoffen. Spürbare Auswirkungen sind: Juckreiz, Spannungsgefühle, Schuppenbildung sowie die Verstärkung von Hauterkrankungen wie Neurodermitis und Psoriasis.

Als Reaktion auf die Kälte kann auch das Raynaud-Syndrom in den Fingern, Zehen sowie Ohren und Nase auftreten. Hier handelt es sich um eine Durchblutungsstörung, wobei sich die kleinen Arterien zusammenziehen und die betroffenen Körperstellen blass oder bläulich verfärben. Zusätzlich kann ein Taubheitsgefühl oder ein Kribbeln entstehen. Treten bei Ihnen diese Symptome auf, empfehle ich eine sofortige ärztliche Abklärung. Sie sollten sich zudem unbedingt warmhalten und auf das Rauchen verzichten.

Lesen Sie im Folgenden sechs Expertentipps zur Hautpflege im Winter, die Sie Ihrer Kundin mit auf den Weg geben können:

1 WASSERHALTIGE PFLEGE-PRODUKTE VERMEIDEN

Vermeiden Sie stark wasserhaltige Pflegeprodukte, denn diese können der Haut bei starker Kälte noch mehr Feuchtigkeit entziehen. Bei extremer Kälte können dadurch sogar Hautgefässe einfrieren und platzen. Daher empfehle ich, auf reichhaltige Pflegeprodukte mit einem erhöhten Anteil an Öl, Fett und Urea für einen idealen Schutz zu achten.

2 ALKOHOLHALTIGE PFLEGE-PRODUKTE VERMEIDEN

Lassen Sie alkoholhaltige Gesichtspflegeprodukte wie Gesichtswasser in der kalten Jahreszeit weg. Denn Alkohol schädigt die schützende Hautoberfläche, trocknet mehr aus und entzieht somit Feuchtigkeit.

3 HEISSE VOLLBÄDER VERMEIDEN

Verzichten Sie auf regelmässige heisse Vollbäder, denn diese trocknen und reizen die Haut zusätzlich, und die natürliche Durchfeuchtung der Haut wird darüber hinaus erschwert. Verwenden Sie rückfettende Dusch- und Badeöle für einen schützenden Fettfilm.

4 FÜR LUFTFEUCHTIGKEIT SORGEN

Sorgen Sie für genug Feuchtigkeit in geschlossenen und beheizten Räumen, um so einen nachhaltigen Schutz der Haut in den Wintermonaten zu gewährleisten. Ein Luftbefeuchter kann dabei unterstützen, für ein konstantes Luftfeuchtigkeitslevel zu sorgen. Diesen können Sie beispielsweise im Büro oder im Schlafzimmer aufstellen.

5 AUSREICHEND TRINKEN

Trinken Sie ausreichend Wasser für eine gute Durchblutung der Haut und ernähren Sie sich – trotz aller Leckereien – ausgewogen. Achten Sie besonders auf die Zufuhr von Vitamin A und E: Vitamin A kommt in Karotten, Grünkohl, Spinat, Eiern sowie Leber vor und regt die Bildung von Kollagen (Spannkraft, Elastizität und Zugfestigkeit des Bindegewebes) an. Vitamin E liefert viel Feuchtigkeit und stärkt die Hautbarriere. Es ist vor allem in pflanzlichen Ölen wie Sonnenblumen-, Maiskeim- oder Rapsöl enthalten. Auch Haselnüsse stellen eine gute Vitamin-E-Quelle dar.

6 VOR SONNENSTRAHLEN SCHÜTZEN

Schützen Sie sich auch in den Wintermonaten vor intensiven Sonnenstrahlen, indem Sie ausreichend Sonnenschutz auftragen. In alpiner Umgebung kommen noch zusätzlich die Faktoren Schnee und die steigenden Höhenmeter dazu, sodass die UV-Belastung steigt. Tragen Sie daher Sonnencremes mit LSF 50 auf, denn dadurch lässt sich die Eigenschutzzeit um den Faktor 50 verlängern.

SO GEHT ES WEITER !

Teil 3 zum Thema „Ernährung und Haut“ folgt in einer der nächsten Ausgaben.



Dr. med. univ. Stefan Teske

Der Autor ist Dermatologe mit eigener Praxis in Zürich und am Spital Lachen. Zu seiner Expertise gehören das chirurgische Entfernen des Hautkrebses, die anschliessende funktionelle und kosmetische Defektdeckung sowie plastisch-chirurgische Verfahren. www.hautarzt-teske.ch

Ratgeber
ALLTAGSPROBLEME TEIL 24

WAS WÜRDEN SIE TUN?

„Die meisten meiner Kundinnen buchen abends nach Feierabend ihre Termine. Das verstehe ich zwar, aber so herrscht bei mir vormittags oft Flaute. Was würden Sie tun?“

Marlies H., Kosmetikerin aus Buchs SG

Flexibel und innovativ werden! Das bedeutet: Passen Sie Ihre eigenen Arbeitszeiten – ja sogar Ihren eigenen Lebensrhythmus dem Ihrer Kundschaft an. Je nach Lebenssituation ist dies natürlich einfacher gesagt als getan, und die Möglichkeiten sind nicht für alle gleich. Es gibt aber verschiedene Lösungsansätze für dieses „Problem“.

ZEIT IN SICH SELBST INVESTIEREN

Sehen Sie die Flaute als Geschenk an und investieren Sie diese Zeit in sich selbst. Es ist die perfekte Gelegenheit, sich weiterzuentwickeln: Eignen Sie sich beispielsweise Skills des zeitgemässen Marketings an – und werden Sie aktiv damit (Instagram liebt aktive Nutzerinnen und Nutzer), arbeiten Sie an Ihrem Mindset oder treiben Sie Sport, etc.

Die Arbeitszeiten werden so nicht gekürzt, sondern einfach nach hinten verlegt. Dinge, die man normalerweise eher nach Feierabend macht, werden am Morgen erledigt, und dafür kann man dann abends länger im Studio bleiben und die Wünsche seiner Kundinnen und Kunden erfüllen.

EINEN NEBENJOB MACHEN

Falls dies finanziell und/oder aus Zeitgründen nicht möglich ist, dann ist ein Nebenjob eine Option: mor-

DIE EXPERTIN



CATERINA RAMUNDO

Mit Rat und Tat zur Seite steht in diesem Monat Caterina Ramundo. Die ausgebildete Coiffeuse ist Q-Label-zertifizierte Naildesignerin und führt seit 2004 ihr eigenes Beauty-Studio in Baden. www.caterina-nailandstyle.ch

gens irgendwo arbeiten gehen – vorzugsweise an einem Ort, der keine direkte Konkurrenz ist, aber Ihnen hilft, Neues für das eigene Business zu lernen und bestenfalls auch noch neue Kundinnen und Kunden zu gewinnen.

SCHAFFEN SIE WIN-WIN-ANGEBOTE

Ein weiterer spannender Ansatz, um auch dieses Problem zu beheben, ist, Ihre eigenen Angebote mit denen anderer zu kombinieren. Beispielsweise

kommen Ihre Gäste morgens und mittags nicht ins Studio, weil sie mit Frühstück und Mittagessen beschäftigt sind. Wie wäre es also, wenn Sie mit einem Healthy-Food-Lieferdienst zusammenspannen und einen Healthy-Beauty-Brunch anbieten? Die Kundinnen profitieren so von zwei Dingen gleichzeitig – zeitmässig ist das also ein Gewinn, da die Kundin „zwei für eins“ erhält. Und Sie profitieren gleichzeitig von Vorteilen wie der Steigerung Ihres Bekanntheitsgrads, da nun auch der Lieferdienst Werbung für Ihr Studio machen wird.

Brauchen Sie auch einen Rat?

Wünschen Sie sich für eine bestimmte Situation auch einen Rat? Mailen Sie uns Ihre Frage an jaqueline.kramer@health-and-beauty.com. Wir leiten Ihr Anliegen weiter!

FOTO: AUTORIN

SWISSGETAL



EFFEKTIVE PFLANZLICHE ZELLKOSMETIK

STARKES DUO GEGEN TROCKENE HAUT



- Befeuchtet
- Regeneriert
- Nährt

Die wichtigsten Inhaltsstoffe:

Fagus Sylvatica-Extrakt | Centella Asiatica (Tigergras) | Avocado-Öl | Mimosenrinde-Extrakt | Hagebutten Öl

swissgetal.ch

Beratung und Bestellung von gratis Mustern unter +41 31 312 36 06

FÜR WINTERHAUT

1



2



4



5



3

1 MATIS Die für die Kosmetikkabine konzipierte Pflegebehandlung „Solution Regard Kit Sublim-Eyes“ soll glättend auf die Augenpartie wirken und die Jugendlichkeit des Blicks erhalten. Tel. 044 389 87 87, www.jp-rosselet.ch **2 DR. GRANDEL** Die „Oil-in-One“-Ampulle gehört zur neuen Linie „Ampoule Excellence“. Die Wirkstoffampulle enthält eine Ölkomposition, die ein glattes, straffes und jugendliches Erscheinungsbild verspricht. Tel. 044 986 20 40, www.musculus.ch **3 DR. HAUSCHKA** Der im Jahr 2019 aus dem Sortiment genommene „Lavendel Sandelholz Duschbalsam“ kommt an Weihnachten als Limited Edition zurück: in bewährter Rezeptur und in einer neuen, nachhaltigeren Verpackung. Tel. 031 388 80 10, www.drhauschka.ch **4 ROSA GRAF** Das „Four Season 2-Phasen Serum Winter“ hat die Aufgabe, die Haut im Winter vor dem Austrocknen zu schützen. Vitamin A soll die Zellregeneration und Hautelastizität steigern. Tel. 034 420 08 00, www.simonkeller.ch **5 DERMALOGICA** Das „Breakout Clearing Liquid Peel“ enthält AHA- (10 Prozent Milchsäure und Mandelsäure) und BHA-Säuren (2 Prozent Salicylsäure). Das Produkt verspricht, die Haut zu exfolieren, zu klären und Akneausbrüche zu verhindern. Tel. 062 891 55 07, www.dermalogica.ch

BEAUTY FORUM PODCAST

EDITION SWISS

JETZT ANHÖREN!



www.beauty-forum.ch/podcast

Wöchentlich neue Folgen:
20 Minuten geballtes Beauty-Wissen
und Experten-Talks

ENTSPANNUNG UND PFLEGE

Das Angebot an Massagebutter oder auch Massageölen ist gross. Allerdings eignen sich nicht alle Produkte für die Massage. Damit auch die Haut Ihrer Kunden vom Wellnessbesuch profitiert, ist es wichtig, ein passendes Pflegeprodukt auszuwählen und die Inhaltsstoffe zu beachten. Wellnessmanagerin Nadine Volker verrät, auf welche inneren Werte es ankommt.

Eine Massage ist für Körper, Geist und Seele eine wahre Wohltat. Sie baut Stress ab und stärkt die Nerven. Insbesondere in der dunklen Jahreszeit profitieren viele Menschen von dieser entspannenden Auszeit. Auch für die Haut ist eine Massage mit wertvollem Öl oder hochwertiger Butter aus der

Natur wie eine Kurbehandlung. Aber wie wird die Haut auch wirklich gepflegt und genährt?

GABEN AUS DER NATUR

Mineralöle, die leider noch recht häufig bei der Massage verwendet werden, gehören nicht auf die Haut, wenn es darum geht, sie zu pflegen

und ihr etwas Gutes zu tun. Für die Haut eignet sich ein natürliches Öl oder eine Butter am allerbesten. Hier hat uns die Natur mit ihren Früchten, Nüssen und Pflanzen sehr reich beschenkt. Natürlich sollte das Produkt naturrein und von hoher Qualität – am besten aus kontrolliert biologischem Anbau – sein. In den meisten

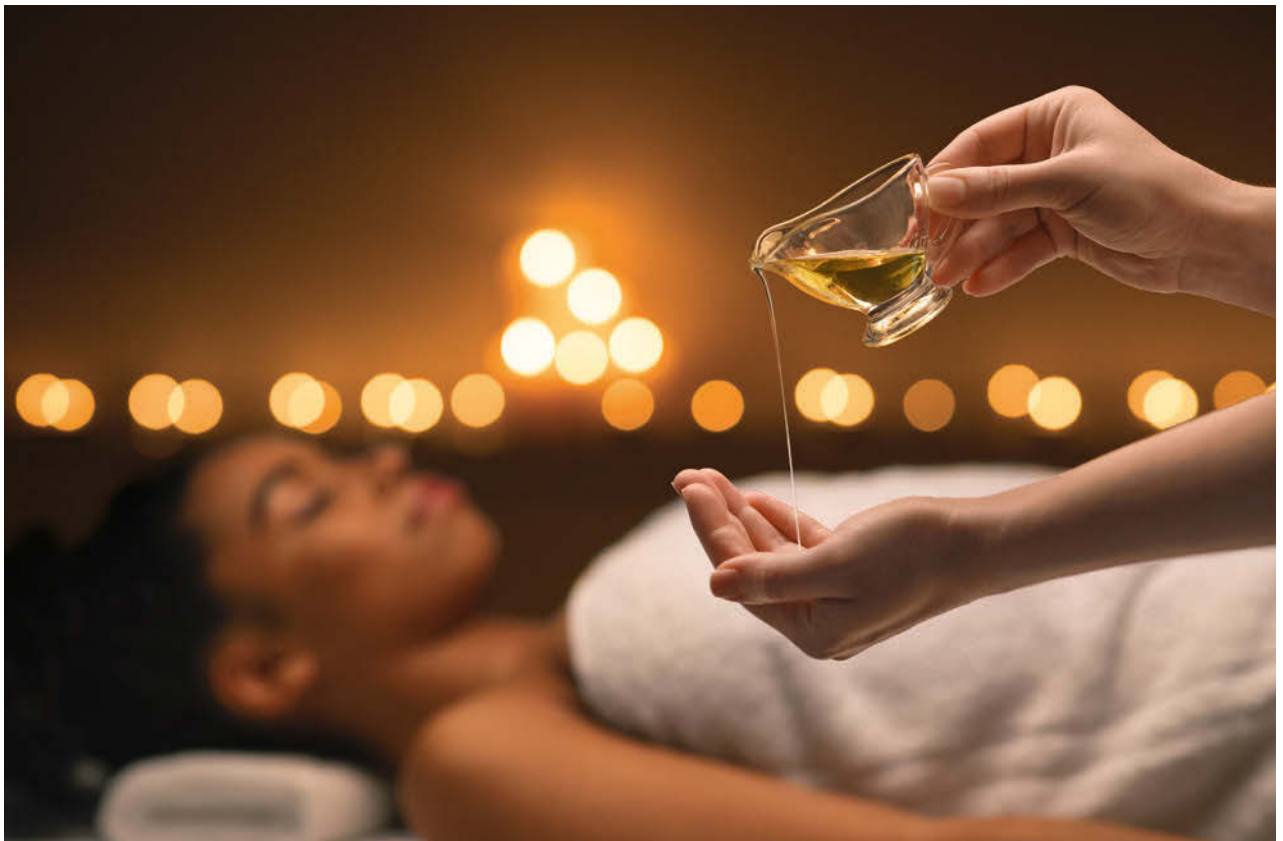


FOTO: PROSTOCK-STUDIO/SHUTTERSTOCK.COM

Spas wird mit naturreinen Ölen gearbeitet, aber auch Rezepturen aus einer Kombination von Ölen sind empfehlenswert.

Verzichten Sie lieber auf Parfüm, damit keine Allergien ausgelöst werden. Eine bessere Variante ist, ganz individuell mit ätherischen Ölen zu arbeiten, die nach Wunsch der Kunden hinzugegeben werden. Zur Beruhigung und Entspannung eignen sich die Düfte Lavendel oder Rose. Bei Verspannungen helfen Arnika oder Eukalyptus. Setzen Sie ätherische Öle nur nach individueller Absprache und einer genauen Anamnese ein.

VERWENDUNG IM INSTITUT

Gern möchte ich Ihnen meine persönlichen Highlights vorstellen, die ich seit über zwei Jahrzehnten in meinem Day Spa erfolgreich einsetze.

Sheabutter

Sie ist ein absoluter Klassiker und wird in verschiedensten Kosmetikrezepturen eingesetzt.

Aus den Nüssen des Sheabaums in Westafrika gewonnen, wird Sheabutter durch ihre pflegende und heilende Wirkung bereits seit Jahrhunderten genutzt. Das Besondere: Sie ist frei von Allergenen und daher die erste Wahl für sehr sensible sowie trockene Haut.

Olivenerbutter

Sowohl im Altertum als auch in der westlichen Heilkunde ist Olivenbutter als Heilmittel bekannt. Schon die Benediktinerin Hildegard von Bingen hat Rezepturen für sehr trockene Haut hergestellt. Olivenbutter wird sehr gut von der Haut aufgenommen, versorgt die Haut mit Vitaminen und schützt vor freien Radikalen.

Kakaobutter

Die aus der Frucht der Kakaopflanze gewonnene Kakaobutter wurde bereits von den Azteken für ihre wohltuende Wirkung als Gottesgeschenk verehrt. Die Butter eignet sich perfekt für trockene bis sehr trockene Haut. Der warme Duft der Kakaobohne vermittelt Geborgenheit.



Neben wohltuenden Massageölen entfaltet auch Sheabutter eine pflegende und heilende Wirkung auf natürliche Weise.

Arganöl

Arganöl ist sicherlich das wertvollste Öl weltweit. In Marokko angebaut und per Hand geerntet, schwören die Frauen seit Jahrhunderten auf dieses luxuriöse Elixier.

Durch seine einzigartige Kombination wertvoller Wirkstoffe wird oxidativer Stress reduziert. Es ist bei sehr trockener Haut empfehlenswert und als Anti-Aging-Öl ein wahrer Segen.

Traubenkernöl

Schon im Mittelalter diente Traubenkernöl als Heilöl der Apotheke. Kein Wunder, denn das Powerpaket hilft der Haut im Kampf gegen freie Radikale und pflegt sie reichhaltig. Naturreines, kalt gepresstes Traubenkernöl entschleunigt den Alterungsprozess. Die Haut fühlt sich danach gut versorgt und geschmeidig an.

Jojobaöl

Jojobaöl hat eine straffende Wirkung auf das Bindegewebe und verfeinert das Hautbild. Auch fettige, gereizte oder auch juckende Haut kommt voll auf ihre Kosten.

Das Öl spendet intensive Feuchtigkeit und stärkt die Haut in ihrer eigenen Schutzbarriere vor Umwelteinflüssen. Gewonnen wird das Wachs aus den Samen einer Wüstenpflanze.

Hanföl

Als eine der ältesten Kulturpflanzen, ursprünglich aus Mittelasien stammend, enthält das grüne Öl eine Vielzahl kosmetisch relevanter Wirkstoffe. Hanföl ist eines der wenigen Öle, das Gamma-Linolensäure enthält, und eignet sich daher ideal für die Pflege von rauer und schuppender Haut. Auch Neurodermitis und Schuppenflechte können durch die entzündungshemmenden Eigenschaften gemindert werden.

WOHLTAT FÜR IHRE KUNDEN

Sie sehen, Öle und Butter sind ein wahres Geschenk für die Haut Ihrer Kunden und das damit mögliche umfassende Massageangebot für Sie eine interessante Einnahmequelle. Werden Sie gern kreativ für Ihr individuelles Wellnessmenü.



Nadine Volker

Die Kosmetikerin, Wellnessmanagerin und psychologische Beraterin führt seit 22 Jahren ihr eigenes Day Spa am Rande von Braunschweig.

X-MAS GLAM

Vorfreude ist bekanntlich die schönste Freude. Mit festlichen X-Mas-Nägeln können Sie die Weihnachtsstimmung Ihrer Kundin ganz bestimmt ankurbeln. Einen schönen Look mit trendy Rauten und Glitzerelementen zeigt Ihnen unsere Nail-Expertin Lovela Rohrbach.



ALLE FOTOS: LOVELA ROHRBACH



1 Modellieren Sie die Nägel wie gewohnt mit Gel oder Acryl. Der Aufbau sollte sauber in Form gefeilt und danach mit einem Buffer geglättet und gecleanert werden.



3 Wählen Sie zwei passende Farbgele. Auf dem grundierten Nagel wird das Muster aufgezeichnet. Hier brauchen wir ein grünes und rotes Farbgel und verwenden ein klassisches Rautenmuster.



5 Im Anschluss werden die grösseren Rauten mit einem goldenen Glitzergel fein aufgezeichnet und mit Pailletten geschmückt. Mit einer Glanzversiegelung werden dann die Linien nachgezogen.



Lovela Rohrbach

ist langjährige Naildesignerin und Inhaberin ihres Studios Lovelaholic Beauty sowie ihrer Academy in Chur.
www.lovelaholic-beauty.com

„EIN RAFFINierter UND ELEGANTER KLASSIKER, DER NIE AUS DER MODE KOMMT!“



2 Überziehen Sie anschliessend den gesamten Nagel mit der gewünschten Farbe, die als Untergrund für das Design dient. Hierfür wird ein Nude-Farbgel verwendet.



4 Nun wird die Rautenform mit der Farbe sauber ausgefüllt und hinterher ausgehärtet. Zum Abschluss wird ein mattes Versiegelungsgel komplett über das Muster aufgetragen.



6 Durch den Kontrast von matten und glänzenden Elementen wird das Muster zusätzlich hervorgehoben. Rot, Grün und Gold erinnern an zeitlose Weihnachten. Frohe Feiertage!

EINFACH SPITZE



1 ORLY Die Kollektion „Futurism“ umfasst sechs permanente „Gelfx“-Lacke, die in funkelnden Glitzertönen daherkommen. Tel. 062 855 22 22, www.dobi.ch **2 CATHERINE NAIL COLLECTION** Die „Sweet Winter Box“ besteht aus sechs Nagellacken, passend zur Jahreszeit. Neben dem Set aus UV-/LED-Lacken für das Nagelstudio gibt es auch darauf abgestimmte Lacke für Endverbraucher. Tel. +49 5606 53 03-0, www.catherine.de **3 ARTDECO** Die zwei neuen „Art Couture Nail Lacquers“ in den Farben „sparkling darling N°902“ und „dazzling apricot N°925“ sorgen für Glanz auf den Nägeln. Der Lack verspricht eine hohe Deckkraft und eine kurze Trocknungszeit. Tel. +49 800 390 30 90, www.artdeco.de **4 MAVALA** Die „Digital Art Color's Collection“ umfasst sechs Nagellacknuancen, die von satter Beere über Lachsrosa bis hin zu Schokobraun reichen. Tel. 022 827 01 01, www.mavala.ch **5 OPI** Die Weihnachtskollektion „Jewel Be Bold“ umfasst 15 neue Farben mit verschiedenen Texturen: metallischer Schimmer, metallischer Perlmuttschimmer, Crème und Pailletten. Die Lacke gibt es als professionelle Gel Colors und als herkömmliche Nagellacke. Tel. 058 944 40 00, www.sobe.ch

24 TAGE, 24 GEWINNE

TÄGLICH ONLINE MITMACHEN
UND TOLLE PREISE GEWINNEN!



LASS DICH TÄGLICH BESCHENKEN!



www.beauty-forum.com/adventskalender

BEAUTY FORUM
BE INFORMED, BE INSPIRED, BE YOURSELF!

7 BEHANDLUNGEN MIT BOTOX

Botulinumtoxin ist eine der am besten erforschten Anti-Aging-Methoden. Aber nicht nur, um Falten zu minimieren, ist das Toxin geeignet. Es gibt noch einige weitere Anwendungsbereiche, von denen Ihnen unsere Gastautorin und Dermatologin Dr. Valentina Bänninger sieben vorstellt.

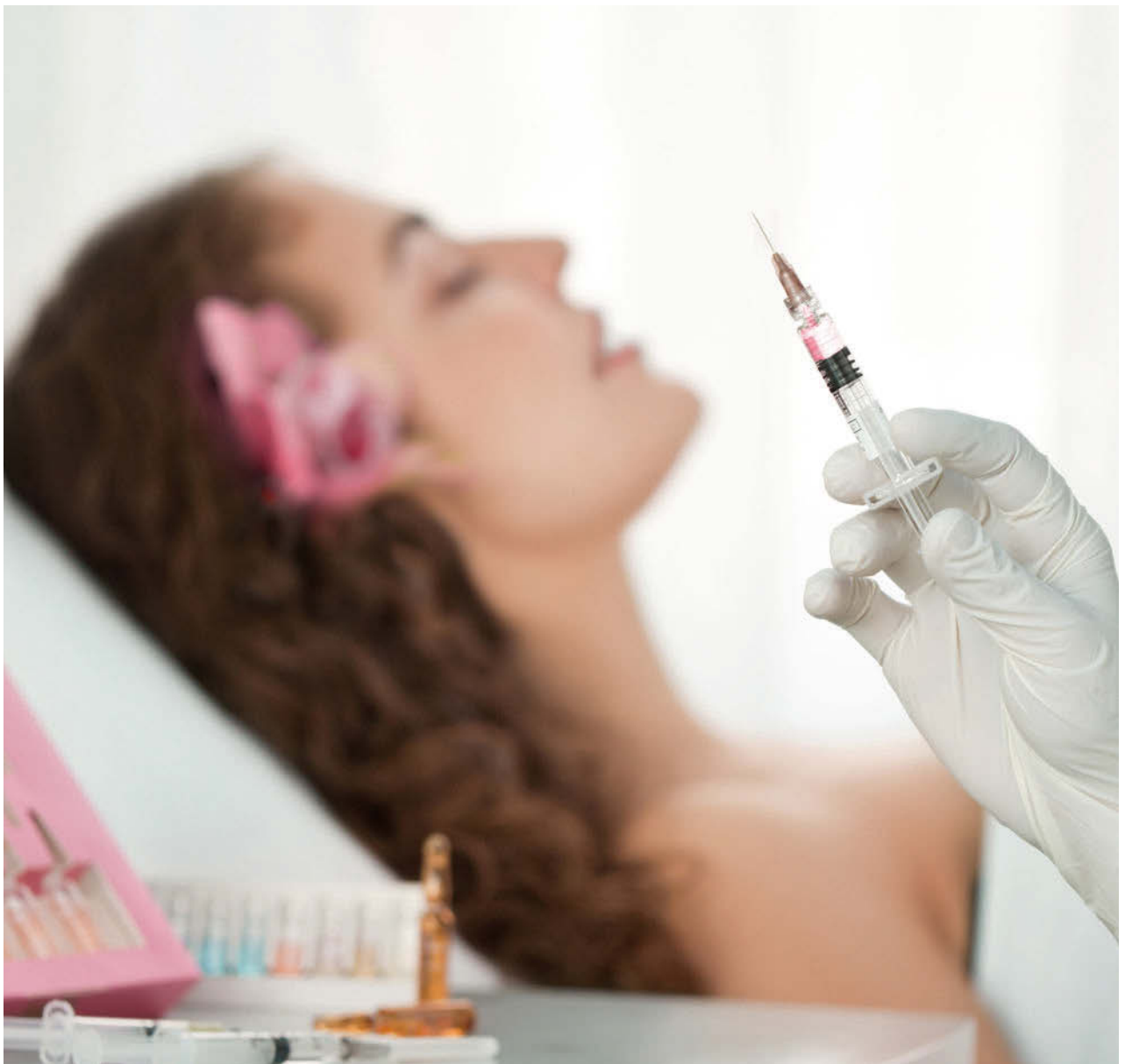


FOTO: NOVIKOV ALEX/SHUTTERSTOCK.COM

” MIT DEM RICHTIGEN KNOW-HOW ERLAUBT BOTULINUMTOXIN EINE VIELSCHICHTIGE GESICHTSMODULATION UND KANN AUCH SCHMERZSYNDROME [...] LINDERN.

Unsere Mimik ist ein essenzieller Bestandteil unserer nonverbalen Kommunikation. Die tausendfachen, automatischen Bewegungen unserer mimischen Gesichtsmuskulatur führen über kurz oder lang zu feinen Fältchen und im Verlauf auch zu tieferen Falten um die Augen, an der Stirn und im Bereich der Zornesfalte.

ANWENDUNGSBEREICHE

Mit Toxinbehandlungen (BTX) kann eine vorübergehende, sehr gezielte Blockade derjenigen mimischen Muskulatur erfolgen, die für diese Fältchen verantwortlich ist. Wer da an starre Maskengesichter oder uniforme Gesichter denkt, liegt falsch – gut gemachte Behandlungen mit Toxin sind so gut wie unsichtbar. Botulinumtoxin wird mittels feinsten Nadeln direkt in die Muskulatur injiziert. Die Behandlung dauert nur wenige Minuten und ist ausser möglichen lokalen Rötungen an den Einstichstellen unsichtbar. Bis sich die volle Wirkung entfaltet, dauert es je nach Injektionsstelle zwischen 5 bis 10 Tagen. Behandlungen mit Botulinumtoxin dürfen nie in der Schwangerschaft und in der Stillzeit erfolgen. Doch das Botulinumtoxin, das in der Schweiz nur durch Ärzte gespritzt werden darf, kann mehr als „nur“ Falten wegspritzen. Mit dem richtigen Know-how erlaubt es eine vielschichtige Gesichtsmodulation und kann auch Schmerzsyndrome wie Migräne oder lästiges Zähneknirschen vermindern.

1. FACE SLIMMING

Das „perfekte“ weibliche Gesicht des 21. Jahrhunderts hat eine dreieckige Form, die von den beiden Jochbeinen zum Kinn verläuft. Ein kräftiger Kau-

muskel (Masseter) führt neben runden Gesichtskonturen auch zur viereckigen Gesichtsstruktur. Menschen, die häufig Kaugummi kauen oder knirschen, sind häufiger von einem prominenten Kiefermuskel betroffen. Durch eine gezielte Injektion von Botulinumtoxin kann ein Teil des Musculus Massetericus, des grossen Kau-muskels, teilweise blockiert werden. Dies führt zu einer Verschmälerung des unteren lateralen Gesichtsdrittels – ohne dabei die Kiefer- und Kaufunktion zu beeinträchtigen. Ebenfalls hilfreich ist diese Behandlung bei sogenanntem Bruxismus, dem nächtlichen Zähneknirschen, das zu Schmerzen im Kieferbereich und abgeschliffenen Zähnen führen kann. Injiziert wird das Botox auf beiden Seiten mittels drei Stichen.

Kosten: CHF 350 – 500

Wirkdauer: etwa 4 – 6 Monate

2. BROW LIFT

Durch den natürlichen Alterungsprozess oder durch individuelle anatomische Voraussetzungen kommt es zu einer optischen Verkleinerung der Augen durch ein Zuviel an Haut am Oberlid – insbesondere im äusseren Teil. Andere Menschen wünschen sich per se einen „offeneren“ Blick. Durch eine gezielte Injektion von Botulinumtoxin in die äusseren oberen Anteile des runden Augenmuskels, des Orbicularis oculi, kann dessen Funktion, das Auge optisch zu verkleinern, diskret gemindert werden. Das Resultat ist ein offener, wacherer Blick.

Injiziert wird das Botox auf beiden Seiten mittels ein bis zwei Stichen. Zu beachten gilt, dass ein Eyebrow Lift nur funktioniert, wenn die Stirn nicht mit Toxin behandelt wird.

Kosten: CHF 150 – 200

Wirkdauer: 3 – 6 Monate

3. LIP LIFT

Eine Volumenvergrösserung der Lippen mit Botulinumtoxin per se ist nicht möglich. Volumenvergrösserungen an den Lippen können nur durch Injektion von Hyaluronsäurederivaten oder mittels Implantaten (operativ) erzielt werden.

Wenn in einer bestimmten anatomischen Konstellation zwar genug Lippenvolumen vorhanden ist, sich die Lippe aber nach unten und innen statt nach aussen wölbt, können durch die gezielte Injektion kleinster Mengen Botulinumtoxin am Lippenrand eine sogenannte Eversion (Auswärtsdrehung) und Aufrichtung der Lippe bewirkt werden. Damit kommt das nach innen versteckte Lippenrot wieder zur Geltung.

Injiziert wird das Botox entlang des Lippenrandes mittels vier bis sechs Stichen.

Da wegen der Gefahr von Artikulationsstörungen nur kleinste Mengen an Botulinumtoxin appliziert werden dürfen, hält diese Behandlung nur etwa sechs bis acht Wochen. Sie kann aber beliebig oft wiederholt werden.

Kosten: CHF 150 – 200

Wirkdauer: 2 Monate

4. ERDBEERKINN

Der Kinnmuskel, der Musculus mentalis, ist normalerweise unsichtbar unter dem Kinnfettkissen verborgen. Bei starker Ausprägung des Kinnmuskels sowie bei Verlust von Fettgewebe im Rahmen des Alterungsprozesses erhält das Kinn manchmal eine blumenkohl- oder erdbeerartige Oberfläche. Typischerweise sieht man diese Hautveränderungen bei Menschen ab etwa 40 Jahren, wobei Frauen etwas häufiger als Männer betroffen sind.

Durch gezielte Injektion von Botulinumtoxin in den Musculus mentalis



Auch gegen übermässiges Schwitzen kann Botulinumtoxin eingesetzt werden.

kommt es zu einer Entspannung der gesamten Kinnstrukturen bis zur Haut. So werden tiefere Falten vermindert und pflastersteinartige Relief geglättet. Injiziert wird das Botox am Kinn mittels zwei Stichen.

Kosten: etwa CHF 300 – 350

Wirkdauer: 4 – 6 Monate

5. GUMMY SMILE

Bei den meisten Menschen sieht man beim Lächeln den oberen Rand der Zähne und des Zahnfleisches der vorderen Schneidezähne nicht. Bei bestimmten Kiebertypen kommt es allerdings zum sogenannten Zahnfleischlächeln – dem Gummy Smile. Per Definition handelt es sich um ein Zahnfleischlächeln, wenn mindestens drei Millimeter des Zahnfleisches bei ungehemmtem Lachen sichtbar werden. Betroffene schämen sich für diesen Zustand oft und versuchen, die schönste aller mimischen Bewegungen deshalb, wenn immer möglich, zu vermeiden. Durch die Injektion von Botulinumtoxin in den Musculus levator labii superioris alaeque nasi kann die übermässige

Hebung der Oberlippe beim Lächeln vermindert bis eliminiert werden. Injiziert wird das Botox zwischen Oberlippe und Nasenflügel mittels zwei Stichen, selten sind zwei bis vier weitere Stiche notwendig.

Kosten: CHF 150 – 200

Wirkdauer: 3 – 4 Monate

6. WENIGER SCHWITZEN

Übermässiges Schwitzen an den Achseln oder an den Hand- und Fussflächen kann für Betroffene sehr belastend sein. Durch intradermale Applikation von Botulinumtoxin, das heisst durch sehr oberflächliche Anwendung, wird die Übermittlung chemischer Botenstoffe an die Schweißdrüsen verhindert. Da die Wirkung sehr lokal ist, bestehen keinerlei Nebenwirkungen oder Anwendungsbeschränkungen bei dieser Behandlung.

Weil die Anwendung mittels multipler Injektionen von kleinen Mengen Botulinumtoxin geschieht, sind zahlreiche Stiche nötig. Um die leicht brennenden Schmerzen zu mindern, ist die vorgängige Applikation eines Betäubungsgels sinnvoll.

MEHR ERFAHREN – PODCAST HÖREN!



Sie möchten noch mehr über Botox und Co. erfahren? Dann hören Sie in unsere neue Podcast-Folge mit Dr. Valentina Bänninger hinein – dort sprechen wir darüber, wie sich die Hautalterung verlangsamen lässt!

Im Bereich der Hand- und Fussflächen ist die Botoxbehandlung meist nur mittels Nervenblock möglich, da die Schmerzen sonst zu stark sind.

Kosten: ca. CHF 700 – 800

Wirkdauer: 6 Monate

7. MIGRÄNE

Die Behandlung der Migräne gehört zu den neueren Therapieansätzen und basiert auf der These, dass chronische Spannungszustände verschiedener muskulärer Strukturen und damit verknüpft die Durchblutung der Gefässe im Hals- und Kopfbereich ursächlich sind für die Volkskrankheit Migräne.

Wenn eine Basistherapie nicht möglich ist oder nicht ausreichend hilft, kann eine Behandlung mit Botulinumtoxin versucht werden. Hierbei werden an verschiedenen Stellen im Stirn-, Kopf- und Halsbereich unterschiedliche Mengen an Botulinumtoxin injiziert (bis zu 100 IE). Diese Behandlung sollte nur durch erfahrene Behandler und nach Rücksprache mit dem behandelnden Neurologen erfolgen.

In Härtefällen können die Therapien durch Zusatzversicherungen übernommen werden.

Kosten: ca. CHF 1'000

Wirkdauer: 4 – 6 Monate



Dr. Valentina Bänninger

ist Dermatologin und hat sich auf dermatochirurgische Ästhetik spezialisiert. Sie ist leitende Ärztin und Mitbegründerin des Hautzentrums sweet skin in Baar. www.sweet.skin

PORENTIEF

1



3



2



4



5



1 BELICO Die Körperlotion „Body Gym“ soll laut Hersteller mithilfe eines Meereswirkstoffs den Effekt eines aeroben Trainings auf die Muskulatur haben. So soll der Körperumfang reduziert werden können. www.belico.de **2 DR. BELTER** Das „samtea® medi-feet Winter Foot Care Set“ enthält ein Orange & Eucalyptus Fussbad sowie einen Hornhaut Balance Balm. Die Kombination aus Fussbad und Balm soll spröde, rissige Haut glätten und mit Feuchtigkeit versorgen. Tel. +49 (0) 531 34 44 78, www.dr-belter.de **3 CNC SKINCARE** Das „aesthetic world Niacin Transform Serum“ ist ein Nachtserum, das die Haut verfeinern soll. Es enthält Niacin (B3) und Tranexamsäure, wodurch Hyperpigmentierungen aufgehellt und deren Neuentstehung verhindert werden sollen. Tel. 061 271 60 60, www.cnc-cosmetic.ch **4 MESOESTETIC** Das „skin balance“-Serum verspricht eine hohe Verträglichkeit und eine beruhigende Wirkung. Seine Aufgabe ist es, Reizungen, Rötungen, Juckreiz und Brennen bei allen Hauttypen zu lindern. Es enthält Kamille, Ringelblume, Safranblüten und Aloe vera. Tel. 041 768 80 80, www.swissestetic.ch **5 REVIDERM** Drei neue Produkte basieren auf Fruchtsäure: der „AHA cleansing foam“, der „AHA toner“ und die „AHA peeling pads“. Ersterer reinigt die Haut und soll Unreinheiten vorbeugen. Der Toner verspricht, Hornzellen sanft abzulösen, sodass keine Unreinheiten entstehen. Die Peeling Pads sollen Unebenheiten ausgleichen, vergrößerte Poren minimieren und feine Linien reduzieren. Tel. +49 81 04 88 73-0, www.reviderm.com



DOSSIER

ICE, ICE, BABY

Sinkende Temperaturen sind eine Herausforderung für die Haut Ihrer Kundin. Schnell wird sie trocken und braucht besondere Pflege. Welche professionellen Treatments und Inhaltsstoffe nun zum Einsatz kommen sollten, lesen Sie auf den folgenden Seiten.

FOTO: GROUND PICTURE/SHUTTERSTOCK.COM

WASSER, MARSCH!

Sie spannt und juckt, sieht müde und fahl aus oder weist dünne Schuppen und gerötete Stellen auf. In der kalten Jahreszeit haben viele Kunden mit trockener Haut zu kämpfen. Die Ursachen sind oft vielseitig, in der Regel aber alle gut zu behandeln. Beauty-Expertin Waltraud Böhme weiss, worauf es bei der Pflege von trockener Haut ankommt und welche Behandlungsansätze und Wirkstoffe sich eignen.



Die Problematik trockener Haut lässt sich bei allen Hautsekretionstypen und auch bei allen Altersgruppen finden. Oft wird sie mit anderen Hautanomalien, zum Beispiel der Couperose, oder Akneformen wie Seborrhoea sicca gleichgesetzt. In der Regel fehlt dieser Haut Feuchtigkeit. Das Wasserbindevermögen und der Spannungszustand der Haut sind gestört. Man spricht dann auch von einer Exsikkose, die sich in Hautfalten bemerkbar macht. Wie wird trockene Haut erkannt? Trockene Haut ist kleinporig, wirkt etwas fahl und fühlt sich rau und spröde an. Häufig finden sich diffuse Rötungen im Gesicht. Betroffene klagen oft über Spannungsgefühle und leichtes Jucken. Zudem bilden sich

schnell Hautrisse, und es gibt empfindliche Reaktionen auf Temperaturschwankungen. Im Vordergrund stehen frühzeitige Fältchen- und Faltenbildung.

URSACHEN TROCKENER HAUT

Glaubt man Dermatologen, so entsteht trockene Haut nicht oder nicht unbedingt durch eine zu geringe Flüssigkeitsaufnahme.

Zwar ist trockene Haut trocken, weil sie zu wenig Wasser enthält, die Wasserzufuhr von aussen ist aber eben nicht primär dafür verantwortlich. Das Problem liegt im Körperinneren: Die Haut kann nicht genug Feuchtigkeit binden.

Hinzu kommt, dass bestimmte Lebensmittel der Haut Feuchtigkeit entziehen und den Kollagenabbau be-

günstigen. Alkohol zum Beispiel entzieht dem Körper – und damit auch der Haut – sehr viel Wasser.

Oft besteht aber auch ein Zinkmangel. Doch ausser einem gestörten Wasserbindevermögen und Zinkmangel kann sehr trockene Haut auch ein Symptom für ernst zu nehmende Krankheiten sein.

Sehr häufig findet man trockene Haut bei Diabetikern, bei Neurodermitis und bei der Schuppenflechte, aber auch bei Leber-, Gallen- und Nierenerkrankungen. Erkrankungen sollten als Ursache für trockene Haut immer ausgeschlossen werden.

WAS KANN HELFEN?

Hilfreich kann es sein, mit Roggen- und Weizenkeimlingen, Hartkäse, Fleisch und Fisch Zinkmangel auszugleichen. Auch Haferflocken, Linsen sowie Kürbis- und Sonnenblumenkerne können helfen.

In hartnäckigen Fällen kann in Absprache mit dem behandelnden Arzt temporär Zink substituiert werden. Als Schönheitsvitamin ist in diesem Zusammenhang auch das Vitamin B7 zu nennen, das beruhigt und die Regeneration unterstützt.

Besonders im Winter ist auf eine ausreichende Luftfeuchtigkeit und Trinkmenge (Wasser) sowie auf eine nährstoffreiche und ausgewogene Ernährung zu achten.

DIE RICHTIGE PFLEGE

Besonders wichtig ist aber natürlich die Pflege von aussen. Die Versorgung mit innovativen Wirkstoffen, eingebettet in Emulsionen, die die Haut vor

zu viel Wärme und Kälte schützen, sollte selbstverständlich sein.

In diesem Zusammenhang scheint besonders die Beschaffenheit der Nachtpflege bedeutsam zu sein. Denn nachts regenerieren sich der Organismus und damit auch die Haut. Sie transpiriert, regeneriert und reinigt sich im Schlaf.

Die Expertenmeinungen gehen hier aber deutlich auseinander: So wird einerseits geraten, auf Nachtcremes zu verzichten. Die Nachteile einer Nachtcreme würden als bewiesen gelten: Konventionelle Nachtcremes

heit aller Mikroorganismen, die ein vielzelliges Lebewesen hat, ohne Krankheitssymptome zu entwickeln. Die Aufgaben der Mikrobiome:

- bei der Aufspaltung und Verwertung von Nährstoffen helfen
- Vitamine produzieren und das Immunsystem unterstützen
- entzündungshemmend wirken und die Bildung bestimmter Hormone anregen

Schon ist die ganzheitlich orientierte Kosmetikexpertin bei der Ernährung angelangt und denkt an die antikanzerogen wirkende Kostform – Super!

- Seidenproteine
- Argireline
- Aloe vera
- Harnstoff (Urea)
- Öle wie Mandel-, Jojoba-, Oliven-, Soja- oder auch Nachtkerzenöl

Einsatz von Geräten

Als Standardgerät sollte das Vapozon abhängig vom sonstigen Hautbild eingesetzt werden (oder auch nicht). Erweiterte Äderchen stellen zum Beispiel eine Gegenindikation dar. Falls längere Zeit kein Peeling verabreicht wurde, kann zur Erhöhung der Wirkstoffpenetration eine Mikrodermabrasionsbehandlung sinnvoll sein. Zu empfehlen ist die deutlich sanftere Variante der Aquabration.

Ohne Sand oder Kristalle wird die Haut „hochdruckgereinigt“. Ablagerungen werden abgelöst, und die obere Hornschicht wird aufgeweicht.

Die Wirkstoffapplikation kann mithilfe von Ultraschall erfolgen. Dadurch werden eine bessere Wirkstoffpenetration und ein besseres Wirkstoffdepot erzielt.

Achtung: Bitte vor der Behandlung unbedingt die Vorgaben der V-NISSG beachten.

Ablauf der Behandlung

- Anamnese
- Gesichtsreinigung, zum Beispiel mit einem Reinigungsschaum
- Hautdiagnose
- Mikrodermabrasion beziehungsweise Aquabration
- sanftes Ausreinigen, wenn nötig
- Korrektur der Augenbrauen, Färben von Augenbrauen und Wimpern, wenn gewünscht
- Wirkstoffapplikation und Einarbeitung mithilfe von Ultraschall
- Massage
- hauttypgerechte Maske
- Abschlusspflege

„NACHTS REGENERIEREN SICH DER ORGANISMUS UND DAMIT AUCH DIE HAUT. SIE TRANSPIRIERT, REGENERIERT UND REINIGT SICH IM SCHLAF.“

auf chemischer Basis schädigen die Haut, und selbst naturkosmetische Nachtcremes seien meist unnötig. Die Haut kann sich durch ihre eigenen Vorgänge nachts am besten allein regenerieren.

Andere Dermatologen und Wissenschaftler vertreten wiederum die Meinung, dass der Körper nachts auf Regeneration gepolt, und die Zellteilungsrate deutlich höher (bis zu achtmal) als am Tag sei. Daher benötige man eine spezielle Nachtcreme.

Denn im Zuge dieser Regeneration werden die tagsüber entstandenen Defizite beseitigt und Zellschäden repariert, Feuchtigkeitsverluste ausgeglichen und Schutzmechanismen reaktiviert. All diese Tätigkeiten könne man mit der richtigen Nachtpflege unterstützen.

Was wir sehen, sind zwei unterschiedliche Meinungen, doch Einigkeit besteht darüber, dass die Regeneration der Haut nachts stattfindet.

DAS MIKROBIOM

In diesem Zusammenhang begegnen wir auch dem Begriff „Mikrobiom“. Im engeren (kosmetisch relevanten) Sinn handelt es sich um die Gesamt-

Diese ballaststoffreichen Lebensmittel stärken das Mikrobiom:

- Möhren, Paprika, Kohl und Fenchel
- Hülsenfrüchte, zum Beispiel Kichererbsen, Bohnen und Linsen
- Beeren wie Heidel- oder Himbeeren

Auch der Zusammenhang zwischen der Haut, dem Darm und den Gelenken wird sichtbar.

Die Darmflora beeinflusst die Zusammensetzung von Mikroorganismen und somit das Mikrobiom der Haut.

ANTI-AGING-TREATMENT FÜR TROCKENE HAUT

Eine Grundregel bei diesem Treatment lautet: „Wenig nehmen, viel geben.“ Das bedeutet konkret: Die Haut zwar zu peelen, aber nicht zu häufig und nicht zu aggressiv. Wichtig ist auch, die Haut mit entsprechenden Wirkstoffen zu nähren.

Ist die Haut trocken und fettarm, so gehören Feuchtigkeit und Fett substituiert. Ist die Haut trocken, der Fettgehalt aber relativ ausgewogen, sollte Feuchtigkeit verabreicht werden.

Diese Wirkstoffe eignen sich:

- Hyaluronsäure
- Kaviarextrakte



Waltraud Böhme

Die Autorin ist Mitinhaberin und Geschäftsführerin der Elite Fernakademie für Kosmetik und Wellness GmbH. www.elite-fernakademie.de

REPARIEREN UND DURCHFEUCHTEN

Gerade im Winter kann die Barrierefunktion der Haut geschwächt sein. Die Haut verliert an Feuchtigkeit. Das Ergebnis: trockene Haut. Jetzt gilt es, sie durch passende Pflegekonzepte wieder aufzubauen und sie dann mit apparativen Treatments zu durchfeuchten.



FOTO: KODESIGNPHOTO/SHUTTERSTOCK.COM

Eine der wichtigsten Aufgaben der Haut besteht darin, die Feuchtigkeit im Körper zu halten. Deshalb ist das Stratum corneum (Hornhaut) so gestaltet, dass ein Austrocknen verhindert wird. Die Haut enthält so viel Feuchtigkeit, dass sie geschmeidig bleibt und der mechanischen Belastung widerstehen kann. Diese Feuchtigkeit wird stets an die Hautoberfläche abgegeben und von der Haut neu gebildet, sodass sich hier ein Fließgleichgewicht einstellt, der sogenannte Transepidermale Wasserverlust (TEWL). Er wird von vielen Faktoren beeinflusst wie Pflege, Behandlungen, Umweltfaktoren, Alter, Hauttyp, aber auch von Körperfunktionen wie Schweißabgabe.

HAUTBILDER/-TYPEN

Bei einigen Hautbildern ist der Feuchtigkeitsgehalt verringert angelegt. Er kann mit guter Pflege verbessert, aber nicht aufgehoben werden. Beispiele:

- Seborrhoe sicca (erhöhter Sebumgehalt – verringerter Feuchtigkeitsgehalt)
- Sebestase (verringertes Sebumgehalt – verringerter Feuchtigkeitsgehalt)
- feuchtigkeitsarme Haut (normaler Sebumgehalt – verringerter Feuchtigkeitsgehalt)

HAUTZUSTAND

Im Unterschied zum Hautbild ist der Hautzustand eine Momentaufnahme. Es kann somit auch eine normale Haut oder eine Seborrhoe oleosa vorübergehend feuchtigkeitsarm sein. Typische Merkmale sind: schnell eintretendes Spannungsgefühl, Verhornungsstörung, Milien, schlechter Turgor, Fältchen (oberflächlich).

Einer trockenen Haut fehlt in den meisten Fällen Feuchtigkeit, somit wäre der bessere Begriff feuchtigkeitsarm. Oft liegt bei einem Feuchtigkeitsmangel zusätzlich ein Barrierschaden vor, das heisst, die epidermalen Lipide sind nicht ausreichend vorhanden, sodass der TEWL erhöht ist.

Hier ist der erste Schritt, die Pflegeprodukte auf der Basis von DMS (Der-



Durch eine Ultraschallbehandlung kann der Feuchtigkeitsmangel in der Dermis verringert werden.

ma Membran Struktur) einzusetzen. Sie enthalten Stoffe, die der Lipidstruktur der Schutzbarriere der Haut ähneln und sich auch hinsichtlich ihrer Aufnahmefähigkeit von Fetten und Feuchtigkeit wie diese verhalten. Man spricht auch von einer flüssigen Haut. Erst wenn die Hautbarriere wieder repariert ist, kann man beginnen, den Feuchtigkeitsmangel aufzufüllen. Hier stehen uns als Kosmetikerin verschiedene Geräte und Behandlungsmethoden zur Verfügung.

HYDROPORATION

Bei dieser Technik werden spezielle Wirkstoffe mit Gas (gefilterte Raumluft, O₂ oder CO₂) mit dem flüssigen Wirkstoff vermischt und mittels einer Düse mit sehr hoher Geschwindigkeit

auf die Haut gestrahlt. Dadurch entsteht Druck auf der Haut. Diese dehnt sich, und dadurch werden die Aquaporine geöffnet, durch die die Wirkstoffe tief eindringen können. Aquaporine bilden ein Netz, das Feuchtigkeit durch die verschiedenen Hautschichten der Epidermis leitet. Nach der Geräteanwendung geht die Haut zurück, und die Aquaporine schliessen sich wieder. Die Wirkstoffe werden in der Haut eingeschlossen. Hier empfiehlt sich eine Kur mit mindestens sechs Behandlungen im Abstand von einer Woche.

ULTRASCHALL

Ultraschall ist eine Schallwelle mit einer Frequenz über 20.000 Hertz und somit für die menschliche Hör-

Gesunde, durchfeuchtete Haut

Um die Haut langfristig gesund und mit Feuchtigkeit gefüllt zu erhalten, muss

- der Hydrolipidmantel stabil sein, um die Haut vor äusseren Einflüssen zu schützen.
- die Hautbarriere erhalten sein, um einen übermässigen TEWL zu stoppen.
- der Haut viel Feuchtigkeit zugeführt werden.
- Glykosaminoglykane (GAGs) müssen ausreichend enthalten sein, um das Wasserreservoir in der extrazellulären Matrix (EZM) zu erhalten.

schwelle nicht mehr zu erkennen. Schallwellen sind in der Regel Längswellen, in denen sich jedes Teilchen des Mediums in Richtung Wellenausbreitung bewegt.

In der Kosmetik werden Ultraschallwellen mit einer Frequenz von ein, drei und zehn Megahertz benutzt, wobei für das Gesicht nur drei und zehn Megahertz sinnvoll sind, da ein Megahertz eine zu hohe Eindringtiefe (drei Zentimeter) hat, was für die Wirkung auf der Haut nicht von Nutzen wäre.

Eine lange Beschallung durch den Ultraschall kann eine Steigerung der Fibroblastenzahl bei einer gleichzeitigen Reduzierung der Fibrozytenanzahl bewirken. Die Anzahl der Zellen bleibt gleich, was bedeutet, dass eine Umwandlung von Fibrozyten in Fibroblasten hervorgerufen wird. Es spielt eine wichtige Rolle für die Hautregeneration. Dies führt zu einer Verbesserung des Wassergehaltes und folglich zu einer Vergrößerung der zwischenzellulären Räume mit einer vergrößerten Stoffwechselförderung. Somit wird vor allem der Feuchtigkeitsmangel in der Dermis verbessert.

Nach der Ultraschallbehandlung können zusätzlich feuchtigkeitspendende Wirkstoffe aufgetragen werden, zum Beispiel Glycerin, Aloe vera, Hyaluron- und Milchsäure, Sorbitol und Urea. Hier empfiehlt sich zweimal wöchentlich eine Behandlung.

IONTOPHORESE

Iontophorese ist ein Verfahren zur Aufnahme von Wirkstoffen durch die Haut mittels elektrischen Gleichstroms. In der Kosmetik geht es um den Transport elektrisch geladener Teilchen und Wirkstoffe und deren Einschleusung in die Haut.

Hierbei werden die natürliche Barriere bzw. Schutzmechanismen der Haut überwunden, und die Teilchen bzw. Wirkstoffe können in der wässrigen Lösung in einem geschlossenen Stromkreis wandern: von (+) zu (-) und von (-) zu (+). Die Wirkstoffampullen müssen für die Iontophorese geeignet sein, also (+) oder (-) geladen



Feuchtigkeitsmasken eignen sich zusätzlich, um den Feuchtigkeitsmangel auszugleichen.

sein. Die Iontophorese kann sehr gut in eine klassische Gesichtsbehandlung integriert werden.

Während einer Behandlung können Sie den Feuchtigkeitsmangel der Haut zusätzlich mit entsprechenden Feuchtigkeitsmasken (Vlies-, Alginatmasken oder Modellagen) und Wirkstoffkonzentraten ausgleichen. Als Wirkstoffe sind besonders quervernetzte Hyaluronsäure, Seidenproteine, Milchproteine, natives Kollagen und Fillagrinol geeignet.

HEIMPFLEGE IST EIN MUSS

Allerdings ist es wichtig, dem Kunden klarzumachen, dass die richtige Heimpflege unumgänglich ist. Denn wenn ein Kunde die falschen Produkte verwendet, wird auch die beste Behandlung im Institut zu keinem Erfolg führen. Hier sollten Sie dem Kunden die für sein Hautbild entsprechenden Produkte in einem Pflegeplan aufschreiben und ihn dazu ausführlich beraten. Ebenso sollte der Kunde Einflüsse, die den

Feuchtigkeitsverlust erhöhen, vermeiden wie

- Wash-out-Effekt,
- hohe Temperaturen und starken Wind sowie
- geringe Luftfeuchtigkeit und klimatisierte Räume.

Wenn die Kosmetikerin ein paar Regeln beachtet und den Kunden auch dafür sensibilisiert, dann bekommt sie eine feuchtigkeitsarme Haut relativ gut in den Griff.



Angelika Baur-Schermbach

Die Autorin ist seit 35 Jahren Fachkosmetikerin, Spa-Managerin und Mitglied im Vorstand der HWK München und Oberbayern. Zudem ist sie Gründerin der Kosmetik- und Make-up-Schule „Face & Body Academy“ in München.

EINMAL SCHÄLEN, BITTE!

Der Sommer war heiss und lang, und viele Ihrer Kunden freuen sich sicher auf die gemütliche und dunkle Jahreszeit, um sich zu entspannen, zu erholen und zu entschleunigen.

Für die Haut ist die Umstellung von hohen auf winterliche Temperaturen allerdings weniger entspannt. Kälte, Wind und Heizungsluft setzen ihr zu. Treatments und Konzepte mit Fruchtsäure können trockener Haut dann entgegenwirken.

Gerade noch waren die Kunden glücklich über ihren Sommer-Glow. Doch beim nächsten Termin im Kosmetikstudio wirkt ihre Haut fahl, blass und spröde, juckt und spannt. Durch die abfallenden Temperaturen ist die Hautbarriere gestört. Der natürliche, schützende Fettfilm wird

aus Millionen kleiner Talgdrüsen gespeist. Die niedrigeren Temperaturen lassen die Talgdrüsen immer weniger Hautfett produzieren.

Der Hautschutzmantel ist gestört, und das fehlende Hautfett lässt das Wasser auf der Haut schneller verdunsten. Die trockene Heizungsluft entzieht der Haut zusätzliche Feuch-

tigkeit. Durch die Trockenheit können kleine Risse in der Hautoberfläche entstehen. Der ständige Wechsel zwischen der warmen Luft im Inneren und der kalten Luft draussen unterstützt diesen Prozess. Winter kann für die Haut Ihrer Kunden Stress bedeuten. Zusätzlich ziehen sich unter dem Einfluss der Kälte die Blutge-

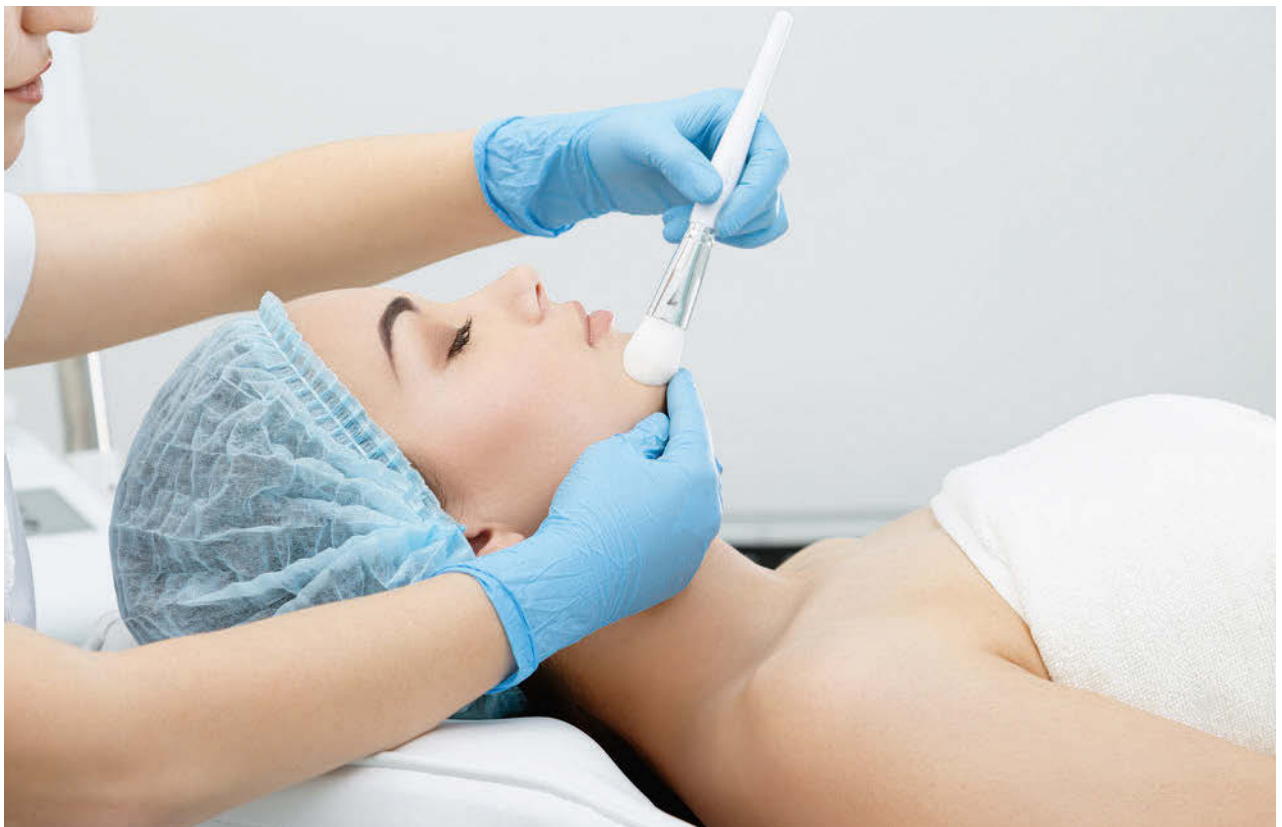


FOTO: VELES STUDIO/SHUTTERSTOCK.COM

fässe zusammen, weil der Körper die Wärme im Körperinneren halten möchte. Dadurch wird die Blutzufuhr der Haut gedrosselt.

Sie wirkt blasser, weil sie weniger Sauerstoff und Nährstoffe erhält.

TROCKENE HAUT BEHANDELN

Die gestörte Hautbarriere führt dazu, dass die Haut erst einmal eine besonders sanfte Behandlung benötigt. Das Ziel des Treatments ist der Ausgleich des Feuchtigkeitsmangels und die Stabilisierung der Hautoberfläche gegenüber Feuchtigkeitsverlusten. In der sonnenarmen Jahreszeit empfehlen sich sanfte und effektive Fruchtsäurebehandlungen.

Es ist besonders wichtig, die Kunden genau über den Einsatz der Fruchtsäure aufzuklären. Zum einen verbinden es viele mit einer aggressiven und ätzenden Wirkung, zum anderen sind Kontraindikationen und Verhaltensweisen zu beachten.

WIRKUNG VON FRUCHTSÄUREN

Fruchtsäuren setzen bei der Haut an unterschiedlichen Stellen an:

- Sie stabilisieren den Säureschutzmantel der Haut und tragen so zu einer gesunden Hautbarriere bei. Das vermindert den Transepidermalen Wasserverlust (TEWL).
- Fruchtsäuren kurbeln den Regenerationsprozess der Haut an. Dies führt zu einem ausgewogenen Verhältnis zwischen lebendigen und toten Hautzellen in der Epidermis. Mit einer grösseren Anzahl an lebendigen Zellen steigt auch der Feuchtigkeitsgehalt in der Haut an.
- Sanfte Fruchtsäuren steigern die Wasserbindung und unterstützen die Speicherung der Feuchtigkeit in der Haut. Sie erhöhen zusätzlich den Gehalt der natürlichen Feuchtigkeitsfaktoren in der Haut.
- Fruchtsäuren haben eine keratolytische Wirkung, die die Haut von abgestorbenen Hautschüppchen befreit. Die trockene Haut wird somit wieder weicher und glatter.

VORSICHTSMASSNAHMEN

Für eine erfolgreiche Behandlung bedarf es einer intensiven Aufklärung.

Folgende Kontraindikationen sollten abgeklärt werden:

- UV-Bestrahlung in den vergangenen zwei Wochen
- schälende Behandlungen in den vergangenen Wochen, zum Beispiel Mikrodermabrasion
- Herpesinfektionen
- zuvor verwendete reizende Enthaarungsmittel oder Waxing im zu behandelnden Areal
- operative Eingriffe in den vergangenen drei Monaten

Obwohl die meisten Komplikationen beziehungsweise Nebenwirkungen unproblematisch sind, müssen sie mit den Kunden besprochen werden:

- Schuppenbildung

„ IN DER KALTEN JAHRESZEIT BRINGEN SANFTE UND EFFEKTIVE FRUCHTSÄURE-BEHANDLUNGEN DIE HAUT WIEDER ZUM LEUCHTEN UND STRAHLEN.

- spannendes Hautgefühl
- Gefühl eines stärkeren Sonnenbrands
- leichte Schmerzen oder leichtes Nässen (bei sehr starken Säuren)
- Hautrötungen, Jucken, Brennen und ein leichtes Hitzegefühl

ICE, ICE BABY-TREATMENT

Nachdem das Treatment mit den Kunden besprochen wurde, kann es losgehen.

Eine Doppelreinigung, bestehend aus Reinigungsöl und hauttypspezifischem Reiniger, hilft, die Haut von Creme- und Make-up-Resten sowie Umweltverschmutzungen zu befreien. Nach der Reinigung wird ein First-Step-Prep-Produkt aufgetragen. Die-

ses entfettet die Haut und bereitet sie auf die folgende Peeling-Lösung vor. Das Vorgehen ermöglicht eine tiefere Peeling-Penetration und optimale Ergebnisse mit weniger Schichten.

Je nach Hautzustand und Häufigkeit der Behandlung wird nun die Fruchtsäure aufgetragen.

Zum Einstieg eignet sich eine sanfte Säure bis maximal 10 Prozent mit einer kürzeren Einwirkzeit – dies kann bei jedem weiteren Treatment gesteigert werden. Hochkonzentrierte Fruchtsäure-Peelings, die einen niedrigen pH-Wert aufweisen, müssen nach der Einwirkzeit neutralisiert werden. Anderenfalls könnte es zu unerwünschten Hautschädigungen – im schlimmsten Fall zu Verätzungen kommen. Bei der Neutralisierung wird Kohlendioxid freigesetzt. Dieses regt die Durchblutung der Haut an, und die Sauerstoffversorgung in den Hautzellen wird verbessert. Durch die erhöhte Aufnahmefähigkeit der Haut sollten Sie ein intensives Feuchtigkeitskonzentrat auftragen.

Bei einer starken Rötung der Haut trage ich nach dem Serum eine beruhigende Maske auf. Abgeschlossen wird die Maskenphase durch eine kühlende Alginatmaske. Diese hat eine stark hydratisierende und beruhigende Wirkung. Ebenso dient die Maske als transdermales Transportsystem. Der Okklusiveneffekt verbessert die Abgabe und Aufnahme der zuvor aufgetragenen Produkte.

Zum Abschluss wird je nach Tageszeit eine lipidreiche Pflegecreme mit oder ohne LSF aufgetragen.



Stephanie Seng

Die Kosmetikerin und Hautpflegeexpertin betreibt ihr eigenes Institut Schoonheid Cosmetics in der Nähe von Freiburg. Zudem ist Stephanie Seng als Aesthetic Therapeutin und Ernährungsberaterin tätig.

UMWELTBEWUSST IM INSTITUT

Nachhaltigkeit ist ein Konzept, das viele Facetten umfasst. Auch in der Kosmetikbranche lassen sich verschiedene Massnahmen ergreifen, mit denen Sie Ihre Arbeit als Kosmetikerin und Ihr Institut nachhaltiger und umweltschonender gestalten können. Wir haben die Naturkosmetikerin Maura Leonardo und den Industriedesigner Mika Schell nach Tipps für die praktische Umsetzung gefragt – lesen Sie mehr von umweltbewussten Waschmitteln und Inhaltsstoffen bis hin zu nachhaltigen Einrichtungsmaterialien.



Es gibt nur eine Erde. So einfach diese Aussage auch sein mag, so weitreichend sind ihre Folgen. Erst wenn wir verstehen, welchen Einfluss das Handeln jedes Einzelnen für unseren

Planeten hat, können wir für mehr Nachhaltigkeit und Ressourcenschonung sorgen. Als Kosmetikerin gibt es verschiedene Herausforderungen im Institut – insbesondere die Hygienevorgaben, die immer eingehalten

werden müssen, sind oftmals nicht nachhaltig in der Umsetzung. Doch es gibt viele verschiedene Massnahmen, die Sie ergreifen können, um einen Beitrag für eine grünere Beauty-Branche zu leisten.

1. UMWELTBEWUSSTE VERPACKUNGEN & INHALTSSTOFFE

Beginnen wir bei den Produkten, die wir täglich benutzen. Hierbei sollten wir darauf achten, dass die Verpackung aus einem Material besteht, das leicht zu recyceln ist.

Kunststoff ist zum Beispiel eine Verpackung, die häufig in Kosmetika verwendet wird. Leider setzt dieses Material jedoch Mikropartikel, sogenanntes Mikroplastik frei, das für die Umwelt sehr schädlich ist. Eine umweltfreundlichere Alternative zu Plastik sind beispielsweise Produkte in Glasverpackungen.

Die in den Produkten enthaltenen Inhaltsstoffe sollten so natürlich wie möglich sein. Noch besser ist es, wenn sie pflanzlichen Ursprungs sind, da sie auf diese Weise biologisch abbaubar sind und somit die Umwelt nicht belasten – denn nicht nur auf die Verpackung, sondern auch auf das Füllgut kommt es an.

Leider ist es nicht immer möglich, im Kosmetikinstitut nur Produkte pflanzlichen Ursprungs zu verwenden, aber immer mehr Unternehmen achten auf ihre Umweltauswirkungen, und das ist sehr wichtig und ein Schritt in die richtige Richtung.

2. MÜLL REDUZIEREN

Neben den Produkten, mit denen wir arbeiten, gibt es auch die Prozesse im Hintergrund, die wir umweltbewusster gestalten können, zum Beispiel die Reinigung. Viele Kosmetikstudios verwenden Javelwasser, um die Handtücher schneeweiss zu waschen. Dies ist ein sehr umweltschädliches Produkt, auf das man getrost verzichten kann.

Eine umweltfreundliche Alternative, die genauso bleichend wirkt wie Javelwasser, ist reines Soda. Dieses Produkt ist in jeder Drogerie leicht erhältlich. Heutzutage gibt es alle Reinigungsprodukte in biologisch abbaubarer Form, von Seifen über Badreiniger bis hin zu Waschmitteln – und diese Produkte sind genauso gut wie die traditionellen Putzmittel.

Nachhaltige Materialien für die Einrichtung

- Nachhaltige Möbel zeichnen sich durch eine hohe Wertigkeit von Materialien und Verarbeitung aus.
- Sie sind daher besonders langlebig und stabil. Zu nachhaltigen Materialien zählen vor allem regionales Holz, Stein, Kork, Bambus, Naturfasertextilien wie Hanf mit kurzen Wegen.
- Wichtig ist sicher, alle Bestandteile der Produktionskette zu betrachten. Dazu zählen der Anbau der Rohstoffe, die Transportwege sowie die schadstofffreie Verarbeitung und Recyclbarkeit für eine lange Lebensdauer. Mittlerweile sind hier keine Kompromisse mehr in Sachen Stil und Design nötig. Die Vielfalt, auch bei Accessoires, ist gross. Bestenfalls sollten plastikfreie Materialien verwendet werden.
- Gütesiegel für nachhaltige Möbel sind: Blauer Engel, Öko Control und das Fair-Trade-Cotton-Zertifikat.

Umweltbewusste Dekoration

- Ein grosses Thema wird in nächster Zeit das Upcycling sein.
- Voll im Trend liegen umweltbewusste und innovative neue Materialien verschiedener Firmen mit beispielsweise PET-Filz, Keramik-Kunststoff-Gemischen oder Holz-Kunststoff-Verbundwerkstoffen wie Wood Plastic Composite (WPC).
- Zudem sollte auch ein Umdenken stattfinden, was die Wiederverwendung, Umgestaltung und das Tauschen von Accessoires betrifft.
- Ebenfalls ein umweltbewusster Trend: Trockenblumen oder Topfpflanzen anstelle von frischen Blumensträussen! Diese sehen schön aus und müssen nicht ausgetauscht werden.

3. ENERGIE SPAREN

Die Waschmaschine und der Trockner sind die Geräte, die am meisten Strom verbrauchen. Wussten Sie, dass Strom nachts billiger ist? In Zürich zum Beispiel ist der Tarif von Montag bis Samstag zwischen 22 Uhr und 6 Uhr morgens am niedrigsten; das Gleiche gilt für Sonntage. In diesem Fall beträgt der Preisunterschied zwischen dem Hoch- und Niedertarif etwa 10 Rappen pro kWh.

Darüber hinaus ist eine Werbebeleuchtung nicht unbedingt erforderlich. Wenn Sie nach Ladenschluss alle Lichter ausschalten, kann sich das positiv auf die Stromrechnung auswirken. Auch die Verwendung von Zeitschaltuhren für Geräte wie den Wachserhitzer können Geld sparen.

4. DETAILS BEACHTEN

Wir alle verwöhnen unsere Kundinnen und Kunden gerne mit einem Ge-

tränk. Am häufigsten wird ein feiner Kaffee gewünscht. Achten Sie hierbei auf die verwendeten Kapseln: Diese sollten biologisch abbaubar sein, da Aluminiumkapseln sehr schwer zu recyceln sind.

Ich möchte jedes Kosmetikstudio dafür sensibilisieren, nachhaltiger zu werden, denn schon ein kleiner Beitrag kann einen grossen Unterschied machen.



Maura Leonardo

ist spezialisiert auf Naturkosmetik und Geschäftsführerin des Kosmetikstudios Maura Leonardo Kosmetik in Zürich. www.mlkosmetik.ch



Mika Schell

ist studierter Industriedesigner und arbeitete in Deutschland, Holland und San Francisco, bevor er sich 2008 in Zürich mit seinem Unternehmen Nullserie selbstständig machte. www.nullserie.com



NACHHALTIGKEIT

Umweltschutz und Nachhaltigkeit werden immer wichtiger. Jeder sollte hier mit anpacken und tun, was er kann. Auch Sie im Institut können einiges tun, um nachhaltiger zu agieren. Wir haben für Ihre Inspiration Kolleginnen und Kollegen gefragt, was ihnen Nachhaltigkeit bedeutet und wie sie helfen, unseren Planeten zu schützen.



MONIKA BURKHARD
VEEL GOOD, www.veel-good.ch

1. Was verbinden Sie mit dem Begriff Nachhaltigkeit und was bedeutet er Ihnen?

Nachhaltigkeit bedeutet für mich primär ein schonender Umgang mit den vorhandenen Ressourcen. Die Grundlage dafür ist, ein Bewusstsein zu entwickeln für die Auswirkungen meines eigenen Handelns. Das heisst, sich konkret damit zu befassen, welchen Einfluss mein Konsum auf andere Menschen sowie Tiere und die Natur hat. Dies ist auch ein Grund, weshalb ich seit bald fünf Jahren glücklich vegan lebe. Es ist eben dringend nötig, dass wir dann vom Denken in das Tun steigen, um das Steuer noch herumzureissen.

2. Seit wann ist Nachhaltigkeit ein Thema für Sie – gab es einen Aha-Moment?

Im Rahmen meiner Ausbildung zur Umweltberaterin sind mir die Zusammenhänge immer stärker bewusst geworden. So ist der Wunsch entstanden, die Erkenntnisse in meinen eigenen beruflichen Werdegang zu integrieren. Besonders eindrücklich

war für mich die Teilnahme an einer sogenannten „Schlachthof-Mahnwache“, bei der man die Tiere auf dem Weg zur Schlachtung verabschiedet. Da wurde mir vor Augen geführt, welche Opfer für unseren Konsum gebracht werden, obwohl es dazu eigentlich Alternativen gibt.

3. Agieren Sie nachhaltig im Institut?

Durch meine Selbstständigkeit kann ich gewährleisten, dass alles in meinem Studio nach meinen strengen Kriterien basierend auf der Nachhaltigkeit, Fairness, Umweltschutz, Tierschutz und Hygiene und natürlich auf das Wohlbefinden der Kundinnen und Kunden ausgelegt ist. Vom Reinigungsmittel über die verwendete Kosmetik bis hin zur Frotteewäsche wird alles diesen Ansprüchen gerecht. Ebenso ist es mir wichtig, nur mit Firmen zusammenzuarbeiten, die möglichst regional (europäisch) verankert, ohne den Einsatz schädlicher oder synthetischer Stoffe, produzieren und selbstverständlich Produkte ohne Tierversuche anbieten. Viele meiner anspruchsvollen Kundinnen und Kunden schätzen es sehr, dass bei meinen Behandlungen diese Werte vertreten und gelebt werden.



GIOIA GIARDINO

La Gioia Naturkosmetik, www.lagioia-naturkosmetik.ch

1. Was verbinden Sie mit dem Begriff Nachhaltigkeit und was bedeutet er Ihnen?

Nachhaltigkeit ist ein wichtiges Schlagwort in der heutigen Zeit, und niemand kommt mehr darum herum, sich damit zu beschäftigen. Sei es privat, aber auch beruflich.

Dieses Schlagwort entscheidet mittlerweile viele meiner Handlungen und begleitet mich beim Einkaufen. Statt Fast Fashion bevorzuge ich Secondhand oder langlebige Kleidungsstücke, bei meiner persönlichen Körperpflege achte ich auf verpackungsfreie Produkte aus biologischer Produktion. Meinen Kindern versuche ich zu vermitteln, dass unser nachhaltiges Handeln im Kleinen viel Grosses bewirken kann. Ich muss aber ehrlich gestehen, dass ich wohl noch viel nachhaltiger leben könnte.

2. Seit wann ist Nachhaltigkeit ein Thema für Sie – gab es einen Aha-Moment?

Daran kann ich mich sehr gut erinnern, das war 2010, als ich zum ersten Mal schwanger war. Das hat mein ganzes Denken über Kosmetik, ihre Wirkstoffe und den Anbau von Rohstoffen

auf den Kopf gestellt. Ich wollte sicher sein, mit meinem täglichen Handeln, mir und der zukünftigen Generationen eine möglichst gesunde Welt zu hinterlassen.

3. Agieren Sie nachhaltig im Institut?

Einerseits natürlich mit meiner verwendeten Bionaturkosmetik, bei der ich ganz genau weiss, dass neben der Natur und dem Menschen auch die Nachhaltigkeit, der Co₂-Abdruck, ein fairer Handel und eine ressourcenschonende Produktion die Grundpfeiler dieser Marken sind.

Andererseits auch durch mein Handeln: Ich verwende Einwegprodukte nur dort, wo es wirklich sinnvoll ist, um unnötigen Abfall zu vermeiden. Ich setze auf gute Qualität von Werkzeugen und Materialien, bringe meine Nagelzangen zum Schleifen, statt neue zu kaufen. Für meinen Online-Shop verwende ich Verpackungsmaterial auf natürlicher Basis oder das, was mir zugeschickt wird. Alle Pakete werden mit „pro clima“ von der Post versandt. Nachhaltigkeit bedeutet für mich aber auch, einen besonnenen Umgang mit Pflegeprodukten. Braucht die Haut wirklich 13 Cremes und Seren, fünf Duschgels und unzählige Make-up-Produkte? Eine abgestimmte und übersichtliche Pflegeroutine ist nicht nur für die Haut sinnvoll, sondern schon auch unsere immer knapper werdenden Ressourcen.

EVELINE HARTMANN

Lebe deine Schönheit, www.neovita-cosmetics.ch



1. Was verbinden Sie mit dem Begriff Nachhaltigkeit und was bedeutet er Ihnen?

Auch wenn Nachhaltigkeit seit einiger Zeit im Trend ist, so erkennen Frau und Mann schnell, ob eine Haltung dahintersteckt oder ob es sich um reine PR handelt. Wirkliche Nachhaltigkeit zeichnet sich durch eine Haltung aus, bei der sowohl die Prozesse als auch die Produkte genauer analysiert werden. Nachhaltigkeit durchdringt das ganze Leben und kann im Alltag oft relativ einfach umgesetzt werden. Es gilt, die Augen dafür zu öffnen!

2. Seit wann ist Nachhaltigkeit ein Thema für Sie – gab es einen Aha-Moment?

Der Weg zu einer nachhaltigeren Lebensweise erlebte ich bei mir als Prozess. Bei mir startete dieser schon in jungen Jahren, als das Thema nicht so hip war wie heute. Ich bin noch immer auf diesem Weg der erweiterten Bewusstmachung, habe aber viele Bereiche meines Lebens bereits umgestellt. Was die Kosmetik betrifft, wurden mir vor vier Jahren das Thema Konservierungsstoffe und die Zusätze in den Kosmetika beim Nachforschen, welche Inhaltsstoffe meine verwendeten Produkte haben, schlagartig bewusst. Es begann die Suche nach einem Produkt ohne schädliche Inhaltsstoffe. Schnell musste ich erkennen, dass dies nicht so einfach ist. Ein Produkt, das Wirkung erzielt und gleichzeitig verträgliche Inhaltsstoffe

aufweist und gleichzeitig auch das Prinzip der Nachhaltigkeit erfüllt, war gar nicht so leicht zu finden. Schliesslich bin ich aber doch noch fündig geworden.

3. Agieren Sie nachhaltig im Institut?

Seit vier Jahren arbeite ich mit NEOVITA-COSMETICS, die meine Ansprüche an ein nachhaltiges Kosmetikum erfüllen. Meine Produkte können von meinen Kundinnen und mir vollständig dem Recycling zugeführt werden, denn das Aluminium wird wiederverwertet.

Waschen statt wegwerfen lautet auch eine meiner Devisen. Die Überzüge für die Behandlungsliege und Frotteewäsche werden gewaschen und werden anstatt im Tumbler luftgetrocknet. Es gibt, wenn Frau sich damit auseinandersetzt, viele kleine Dinge, bei denen Nachhaltigkeit relativ einfach und ohne viel Aufwand umgesetzt werden kann. Ein bewusstes offenes Auge lohnt sich!

Für Kundenbesuche im Rahmen meiner Tätigkeit als Generalimporteurin von NEOVITA nehme ich, wenn immer möglich, den Zug, um meine Kundinnen zu besuchen. Das schont nicht nur das Klima, sondern gibt mir zudem die Möglichkeit, unterwegs zu arbeiten oder auch einmal entspannt etwas zu lesen.



Simone Feurer (rechts) setzt auf das goldene Trio aus Fusspflege, Naildesign und natürlicher Haarentfernung. Seit 2022 hat sie sich Verstärkung geholt. Nun können Kundinnen auch klassische Gesichtsbildungen bei Corinne de Prato (links) und Daniela Fellner buchen.

INSTITUT DES MONATS

VON KOPF BIS FUSS

SCHÖNPUNKT

Seit 14 Jahren ist Simone Feurer selbstständig, erst als Diplom-Naildesignerin, dann als Shaba-Expertin und Diplom-Fusspflegerin – seit 2022 gehören auch kosmetische Gesichtsbildungen in das Repertoire ihres Studios. Was sie erfolgreich gemacht hat? Zwei Dinge lassen sich jetzt schon verraten: die Spezialisierung auf Teilbereiche und die Lust, immer Neues dazuzulernen!

Nah dem Zentrum von St. Gallen gelegen, eröffnet sich für beauty-affine Damen und Herren das Kosmetikstudio Schönpunkt von Simone Feurer. „Klein, aber fein“, beschreibt die Geschäftsführerin ihre Räumlichkeiten, die sich auf etwa 70 Quadratmetern erstrecken und zwei Behandlungsräumen, einem Empfangsbereich sowie zwei Manikürestationen und zwei Pedikürestationen Platz bieten. Seit 2022 beschäftigt Simone Feurer ein Team aus drei Mitarbeiterinnen. Bei unserem Besuch erfahren wir, wie die Geschäftsführerin ihr Studio über die vergangenen 14 Jahre aufgebaut hat.

EINSTIEG IN DIE SELBSTSTÄNDIGKEIT

Abwechslung, neue Herausforderungen und Kreativität – das sind die Dinge, die Simone Feurer braucht, um in ihrem Beruf aufzublühen.

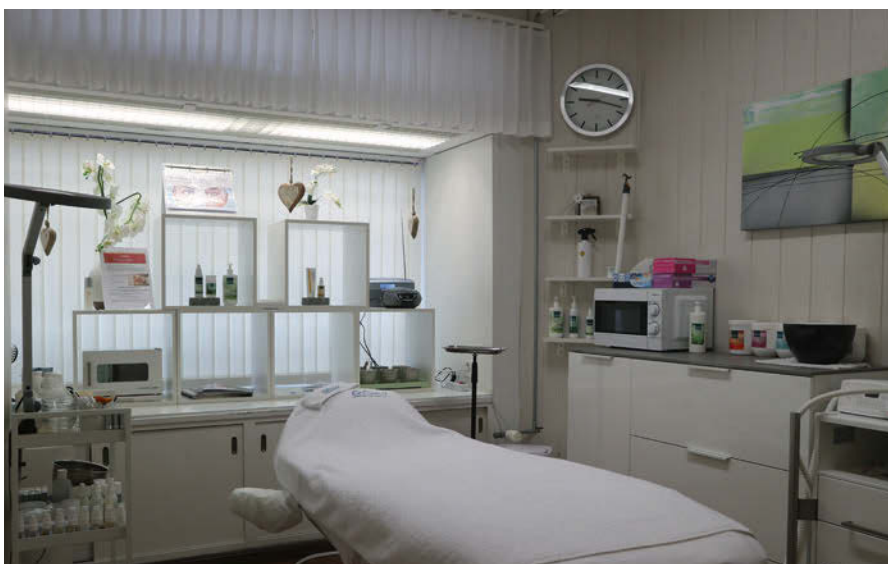
Als gelernte Coiffeuse hatte sie schon mit der ersten Arbeitsstelle viel Kundenkontakt und war begeistert davon, ihren Kunden etwas Gutes tun und sie mit einem guten Gefühl verabschieden zu dürfen. „Da ich früh Kinder bekommen habe – inzwischen sind meine drei Kinder erwachsen, und ich habe drei kleine Enkelkinder –, konnte ich den Beruf als Coiffeuse nicht länger mit meiner Fami-



Der Behandlungsraum von Simone Feurer bietet eine Liege für Fussbehandlungen sowie eine Manikürestation.

lie vereinbaren“, erzählt Simone Feurer. Sie begann, im Büro des Familienbetriebs ihres Vaters und Bruders in Teilzeit als Sachbearbeiterin tätig zu werden. Bald merkte Simone Feurer, dass sie den Kundenkontakt und die Kreativität aus ihrer Tätigkeit als Friseurin vermisste. So machte sie 2008 eine Ausbildung zur Naildesignerin und begann, sich mit ihrem Studio „SimoneNails“ in

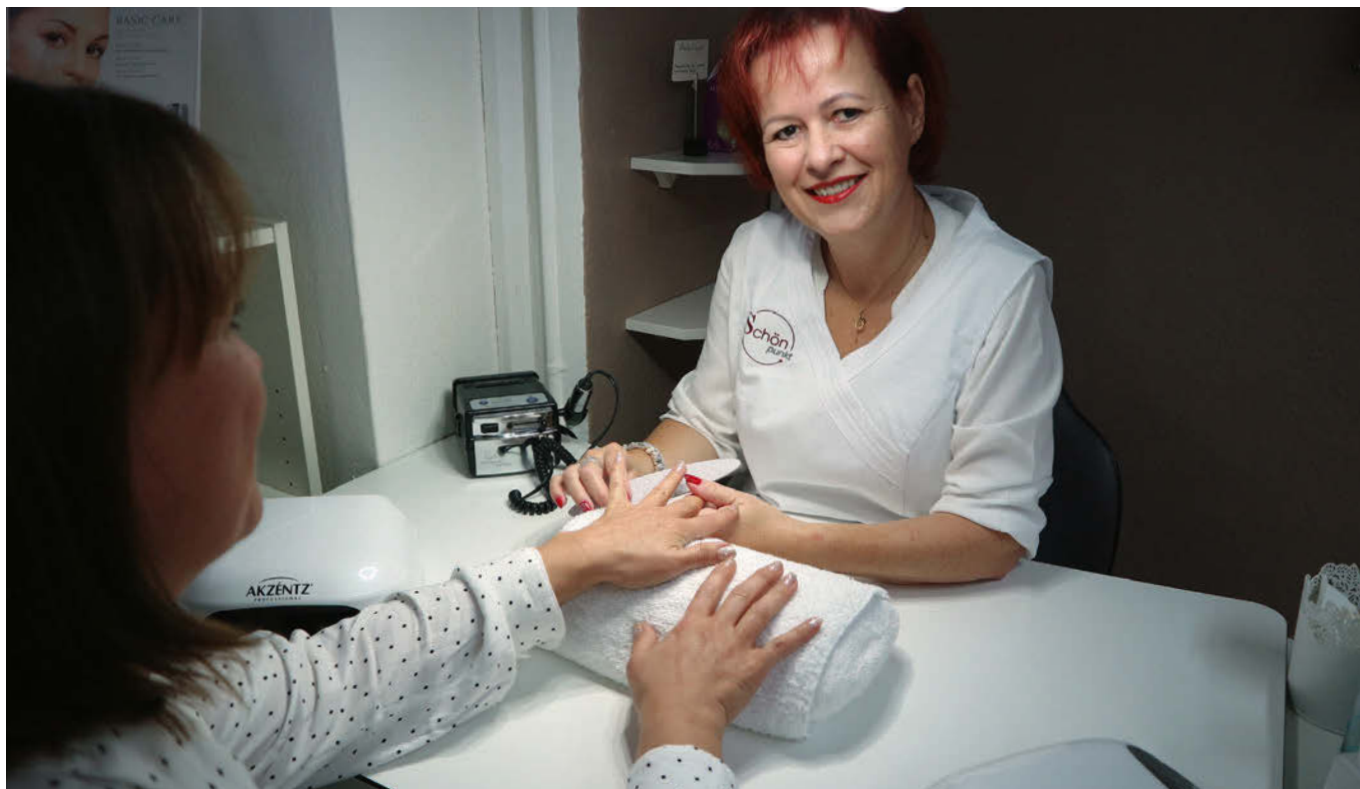
Teilzeit selbstständig zu machen. „So konnte ich endlich wieder mit Menschen zusammenarbeiten“, sagt Simone Feurer. „Danach ging alles Schlag auf Schlag: Ich lernte die richtigen Leute kennen, war zur richtigen Zeit am richtigen Ort, und es öffnete sich eine Tür nach der anderen – und ich machte einfach immer weiter“, erklärt die sympathische Geschäftsführerin.



Seit 2022 können Kundinnen und Kunden auch Gesichtsbehandlungen im Schönpunkt buchen.



Die Fusspflege ist Simone Feurers liebste Behandlung.



Simone Feurer legt Wert auf Qualität. Daher hat sie sich auf Naildesign, Fusspflege und Shaba-Haarentfernung spezialisiert.

STETIGE WEITERENTWICKLUNG

Immer weitermachen, das beschreibt die Einstellung von Simone Feurer treffend. Denn was mit dem Nagelstudio „SimoneNails“ begann, entwickelte sich zur heutigen Schönpunkt GmbH. Seit 2013 bietet Simone Feurer auch Shaba-Haarentfernung an und ist inzwischen Shaba-Expertin und -Schulungsleiterin. Und weil Simone Feurer die Abwechslung liebt, ist sie seit 2014 auch Diplom-Fusspflegerin und Mitglied im SFPV. Seit 2020 ist sie ausserdem im Vorstand des Verbands und Regioleiterin der Ostschweiz.

Zählt man die vielen Verantwortungsbereiche von Simone Feurer auf, so ergibt sich eine lange Liste: Fusspflegerin,

Naildesignerin, Shaba-Expertin und -Schulungsleiterin, Geschäftsführerin, Vorstandsmitglied sowie Regioleiterin im SFPV und nicht zuletzt Grossmami. Wie vereint sie alle diese Aufgaben? „Mir wird schnell langweilig, daher brauche ich breit gefächerte Aufgaben und sehr viel Abwechslung“, antwortet die Allrounderin aus St. Gallen bescheiden. „Was meine Behandlungen angeht, so ist es mir allerdings wichtig, spezialisiert zu arbeiten und dafür eine hohe Qualität zu liefern.“

Weil immer mehr Kundinnen aber auch nach kosmetischen Behandlungen bei SimoneNails gefragt haben, stellte Simone Feurer zwei Kosmetikerinnen ein und firmierte um zur Schönpunkt

GmbH. „Mit der Kosmetik und der Shaba-Haarentfernung können wir die saisonalen Schwankungen wunderbar ausgleichen“, erklärt Simone Feurer.

EIN KONZEPT MIT HAND UND FUSS

Die meistgebuchte Behandlung bei Schönpunkt ist die Shaba-Haarentfernung. Während der Kundenstamm tendenziell eher Damen mittleren bis höheren Alters umfasst, ist die Nachfrage für die Haarentfernung bei vielen jüngeren Kundinnen gefragt.

„Im Sommer haben wir sehr viele Termine – klar, jetzt wollen die Kundinnen Haut und Füsse zeigen“, sagt Simone Feurer. „Seit wir auch Gesichtsbehandlungen anbieten, können wir die saiso-

„FÜSSE PFLEGEN UND VERSCHÖNERN, DAMIT DIE KUNDINNEN UND KUNDEN MIT EINEM GUTEN GEFÜHL MEIN STUDIO VERLASSEN UND SCHMERZFREI BLEIBEN KÖNNEN, DAS MACHE ICH VON HERZEN GERN.“

nenalen Schwankungen allerdings wunderbar ausgleichen“, erklärt Simone Feurer.

Die Lieblingsbehandlung der Geschäftsführerin ist jedoch die Fusspflege: „So viele Kundinnen und Kunden fühlen sich mit ihren Füßen nicht wohl oder schämen sich sogar für sie. Es macht mir Freude, wenn ich mit der Fusspflege dafür sorgen kann, dass sie sich besser fühlen und beschwerdefrei bleiben!“

CROSSMEDIALES MARKETING

Es verwundert nicht, dass Simone Feurer grossen Wert auf Weiterbildungen und regelmässigen Austausch legt. So sind beispielsweise alle ihre Mitarbeiterinnen in der Shaba-Haarentfernung geschult.

Doch nicht nur, was die Fachkompetenz angeht, bleibt die Geschäftsführerin auf dem neuesten Stand. Auch das Marketing kommt nicht zu kurz: „Für meine Webseite, Google Ads und meine Social-Media-Kanäle werde ich von meinen Kindern unter-

stützt. Das ist für mich eine grosse Hilfe.“

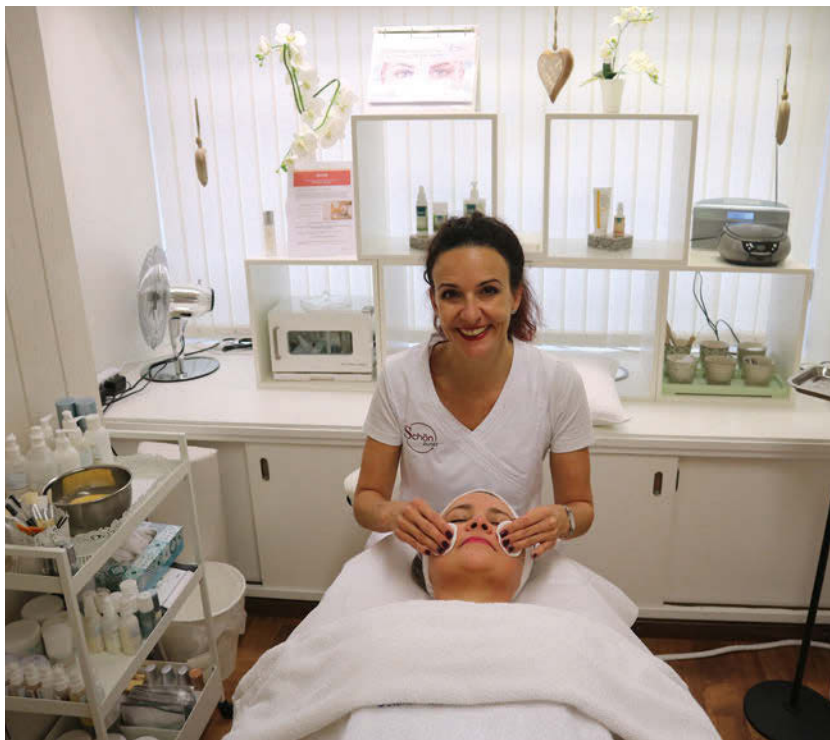
Auch wenn der Grossteil der Kundschaft aus Stammkunden besteht, die teilweise sogar die Fahrt von Zürich nach St. Gallen auf sich nehmen, um bei Simone Feurer und ihrem Team in den Genuss einer Behandlung zu kommen, so generieren Inserate im St. Galler Quartierblättli auch regelmässig Neukunden.

Ob die ehrgeizige Geschäftsführerin noch weitere Ziele hat? „Momentan habe ich das Gefühl, mit meinem Kosmetikstudio genau da angekommen zu sein, wo ich hinwollte“, freut sie sich. „Ausserdem möchte ich auch noch ein bisschen Zeit für meine Enkelkinder haben“, sagt Simone Feurer lächelnd.

Jaqueline Kramer

Jetzt bewerben!

Ihr Institut hat das Zeug zum „Institut des Monats“? Machen Sie mit unter: www.beauty-forum.ch/institut-des-monats/bewerben



Corinne de Prato ist Kosmetikerin EFZ und Diplom-Shabadora. Seit 2022 ist sie Teil des Teams von Schönpunkt, wo sie klassische Gesichtsbildungen anbietet.



FAKTEN

Eröffnet: 2022

Inhaberin:
Simone Feurer

Ausbildung:
Coiffeuse

Diplom-Fusspflegerin SFPV
Diplom-Shaba-Expertin
Naildesignerin

Behandlungsschwerpunkte:
Shaba-Haarentfernung

Mitarbeiterinnen:
2 Kosmetikerinnen und
1 Diplom-Shabadora in Teilzeit

Lieblingsbehandlung:
Fusspflege

Räumlichkeiten:
circa 70 m²,
2 Behandlungsräume,
1 Empfangsraum,
2 Maniküre- und
2 Pedikürestationen

Marken:
Akzentz, Allpresan, Belico,
Gehwol, LCN

Geräte:
Mesoporation

Kunden im Monat:
circa 340

KONTAKT

Schönpunkt

Grossackerstrasse 10
9000 St. Gallen
www.schoenpunkt.ch
Instagram: schoenpunkt_ch
Facebook: Schönpunkt Kosmetik

NUR MUT: PREISE ANPASSEN

Die Inflation bewirkt, dass alles um uns herum teurer wird – auch Sie als Kosmetikerin haben nun höhere Kosten zu tragen. Sind Ihre Preise noch aktuell? Wenn nicht, dann nutzen Sie den Jahreswechsel und überdenken Sie Ihre Preisliste. Unsere Gastautorin und Kosmetikexpertin Fabiola Risi gibt Ihnen einige Denkanstösse mit auf den Weg.

Diese eher ungewissen Zeiten aktuell machen es niemandem leicht, und ich weiss nicht, wie es Ihnen geht, aber ganz ehrlich – mir hat es auch schon bedeutend mehr Spass und Freude bereitet, mein Geschäft zu betreiben als in der aktuellen Situation.

Und dies liegt nicht etwa an meinen Kunden, sondern viel mehr daran, dass momentan alles, aber auch wirklich ALLES teurer wird. Kaum haben wir diese aussergewöhnliche Situation namens

Corona hinter uns gebracht, kommt das nächste „Unheil“ auf uns zu. Oder besser gesagt, wir stecken schon mitten-drin: in der Inflation.

Ich weiss nicht, wie es Ihnen mit der aktuellen Situation geht und wie sich die Teuerung auf Ihr Business auswirkt, ich aber merke bei mir im Institut durchaus, dass sich gewisse Problemen in meinen Berufsalltag als Studio-besitzerin schleichen. Sei es, dass einige Kunden ihren monatlichen Termin bei mir etwas hinauszögern, der Einkauf

unserer Produkte teurer wird oder auch, dass die Preise für den Strom- und Wasserverbrauch bedeutend in die Höhe preschen.

Doch was können wir nun tun, um bei all dem auch noch rentabel zu arbeiten? Gerne möchte ich Ihnen an dieser Stelle einige Punkte aufzeigen, an denen wir ansetzen können.

DEN EIGENEN WERT KENNEN

Dieser Punkt gilt natürlich nicht nur in Zeiten der Inflation, sondern sollte ge-



FOTO: YAKOBCHUK VIACHESLAV/SHUTTERSTOCK.COM

nerell verinnerlicht werden. Genau jetzt erscheint er mir aber wichtiger denn je. Vielleicht ist es Ihnen auch schon einmal so ergangen, dass Kunden Ihr Angebot zu teuer finden: Der Abopreis einer Kur sei zu hoch, oder Kosmetikerin XY habe günstigere Angebote. Auch wenn ich solche Aussagen extrem unhöflich finde, lasse ich mich davon nicht aus der Ruhe bringen.

Wieso? Ich kenne meinen Wert und weiss haargenau, was ich kann. Ich habe eine fantastische Ausbildung und bilde mich stetig weiter. Ausserdem ver füge ich über eine immense Berufserfahrung. Wenn eine Kundin mehr Wert auf den Preis als auf Qualität legen möchte, dann darf sie gerne zu Kosmetikerin XY wechseln.

Also: Kennen Sie Ihren Wert und stehen Sie hinter ihm! Glauben Sie mir, wenn Sie das tun, dann werden Sie auch Menschen, die Ihren Wert sehen und schätzen, in Ihr Leben und in Ihr Geschäft ziehen.

ATTRAKTIVE ANGEBOTE

Es gibt etwas, das mache ich seit Beginn meiner Selbstständigkeit: Ich gebe meinen guten Kunden, die regelmässig mein Studio besuchen, ab und zu kleine „Goodies“.

Damit meine ich nicht, dass Sie Ihre Kunden regelmässig beschenken sollen und somit für Sie Unkosten entstehen, sondern dass Kleinigkeiten wie das Enthaaren der Oberlippe, auch mal auf Kosten des Hauses gehen. Mit solch einer kleinen Geste hinterlassen Sie einen grossen Eindruck bei Ihrer Kundin, und für Sie sind mit Sicherheit keine Mehrkosten entstanden.

Ich versichere Ihnen, solch kleine Geschenke bedeuten Kunden sehr viel und bleiben in Erinnerung. Das Beste daran – Sie heben sich von anderen Studios ab.

AKTIONEN ANBIETEN

Was von meinen Kunden auch immer wieder mit grosser Begeisterung genutzt wird, sind gewisse Aktionen, die ich ein- bis zweimal im Jahr umsetzte, zum Beispiel meine alljährlich Weihnachtsaktion. Ich biete in dieser Zeit gewisse Gesichtsbehandlungen oder auch Anti-Aging- und Körperabos zum Sonderpreis an. Diese Angebote werden

immer mit grosser Begeisterung gebucht, da doch in uns allen eine Schnäppchenjägerin schlummert. Fazit: Die Kunden kommen in den Genuss eines Sonderpreises, sind happy, und Sie füllen Ihre Kasse. Denn seien wir ehrlich, insbesondere Anfang des Jahres sind wir doch alle dankbar, wenn die Kasse besonders üppig gefüllt ist. Dann haben wir für den manchmal etwas trägeren Januar bereits vorgesorgt.

WANN GERÄTE ANSCHAFEN?

Kunden möchten immer wieder etwas Neues – doch wann ist der richtige Zeitpunkt, ein neues Gerät anzuschaffen? Eines vorweg: Ich bin der Meinung, dass man niemals stehen bleiben sollte. Wer ein erfolgreiches Geschäft betreiben möchte, sollte, nein, MUSS sich stetig

„KENNEN SIE IHREN WERT UND STEHEN SIE HINTER IHM!“

weiterbilden. Man muss wissen, welche Behandlungen und Geräte derzeit gefragt sind und über was die Beauty-Branche spricht. Auch neue Geräte sind immer wieder ein grosses Thema. Geräte sind aus unserem Business nicht mehr wegzudenken, und manch eine Beauty-Unternehmerin fühlt sich gerade in Krisenzeiten wie diesen besonders dazu verleitet, sich nach einem neuen Gerät umzuschauen.

Wenn Sie finanziell in der Lage sind – prima! Dann macht es Sinn, sich genau jetzt ein Gerät anzuschaffen, um den Kunden etwas Neues zu bieten. Neuheiten, das wissen wir alle, sind stets zuverlässige Kundenmagnete. (Vorausgesetzt, man bewirbt sie fleissig und spricht mit allen Kunden darüber.) Bedenken Sie aber bitte, dass ein Gerät sich möglichst zügig amortisieren sollte. Ansonsten macht eine Anschaffung meiner Ansicht nach leider wenig Sinn – unabhängig davon, ob Sie das Gerät gekauft haben und es somit Ihnen gehört oder ob Sie es geleast haben. Letzteres finde ich persönlich eher heikel, denn da fallen Monat für Monat

teils hohe Leasinggebühren an. Die gilt es zu bezahlen, auch wenn Sie mit Ihrem Geschäft einmal einen finanziell eher schlechteren Monat durchleben. Wenn die Anschaffung eines Gerätes für Sie aktuell nicht möglich ist, Sie Ihren Kunden aber trotzdem etwas Neues bieten oder Neukunden dazugewinnen möchten, dann sprechen Sie doch mit der Beauty-Marke Ihres Vertrauens, meistens bieten diese immer wieder neue Behandlungs-Specials an.

EINE PREISERHÖHUNG UMSETZEN

Zugegebenermassen habe ich dieses Jahr schon mehrfach darüber nachgedacht, meine Preise anzupassen. Es kann nicht sein, dass alles um uns herum teurer wird und nur wir an unseren Dienstleistungen immer noch genau gleich viel verdienen. Ich denke, im Ansatz ist dieser Gedanke richtig, nur sollten wir einige Punkte dabei beachten:

- **Mehrwert generieren:** Die Preise sollten so angepasst werden, dass Sie einen Mehrwert daraus generieren und die Kundin sich dadurch aber auch nicht abgeschreckt fühlt.
- **Vorab informieren:** Ich persönlich finde es wichtig, die Kunden mindestens einen Monat im Voraus über die anstehende Preiserhöhung zu informieren. So laufen Sie nicht Gefahr, dass sich die Kunden von Ihnen vor den Kopf gestossen fühlen, und es gibt auch Ihnen ein besseres Gefühl.
- **Transparent sein:** Am besten geben Sie jeder Kundin eine neue Preisliste mit dem Vermerk mit, ab wann diese in Kraft tritt. So wissen die Kundinnen genau, wann welche Preise gelten.

Ich habe mich nach langem Hin- und Herüberlegen dazu entschieden, meine Preise auf Anfang Januar anzupassen. So gibt es einen sauberen Cut. Nach dem Motto: Neues Jahr – neues Glück! Preise zu erhöhen, ist in Zeiten wie diesen meiner Meinung nach unser gutes Recht, aber denken Sie dabei bitte immer an das nötige Feingefühl.



Fabiola Risi

Die Autorin ist Kosmetikerin EFZ mit über 16 Jahren Erfahrung. Sie führt ihr eigenes Kosmetikinstitut „Schönheitsatelier“ in Beckenried. www.schoenheitsatelier.ch

WAS GIBT ES NEUES ...



Blick hinter die Kulissen

Die diesjährige VIP-Reise von Jean d'Arcel zum Hauptsitz nach Kehl in Deutschland, gewährte den Teilnehmenden einen Blick hinter die Kulissen. Von der Forschungs- und Entwicklungsabteilung über die Produktion bis hin zur Logistik lernten die Schweizer Beauty-Expertinnen und -Experten die Abteilungen des professionellen Kosmetikherstellers kennen.

www.jeandarcel.ch



Von links: Barbara Schütz, Maura Leonardo, Irene Vögele, Nicole Martin sowie Franziska Aschwanden und Jaqueline Kramer von BEAUTY FORUM.

Round Table 2022

Um sich weiterzuentwickeln, braucht es den Austausch. Daher traf sich das Schweizer BEAUTY FORUM-Team zum alljährlichen Round Table mit seinen Leserinnen und Besucherinnen. Am 17. November wurde sich im Hiltl in Zürich rege über das Magazin, die Events von BEAUTY FORUM sowie aktuelle Themen, die die Kosmetikbranche bewegen, ausgetauscht. Mit dabei waren Barbara Schütz, Geschäftsführerin des Kosmetikinstituts Beautycorner in Bassersdorf und Geschäftsführerin von Swiss Beauty Point, Maura Leonardo, Kosmetikerin EFZ und Geschäftsführerin des Naturkosmetikstudios Maura Leonardo Kosmetik in Zürich Alstetten, Irene Vögele, Kosmetikerin FA und Geschäftsführerin von Sakura Beauty in Luzern, sowie Nicole Martin, Inhaberin des Vertriebs- und Kosmetikunternehmens Haute Beauté, L'Adresse Systems GmbH, Skeyndor Schweiz in Thalwil.

www.beauty-forum.ch

Nail-Design im Fokus

Am Montag, dem 14. November kamen Nail-Profis auf ihre Kosten: Im Rahmen des Nail-Experten-Talks von dobi waren Elsbeth Schuetz, Orly Brand Educator und Celebrity Manicurist, sowie Beatrice Widmer, Magnetic National Trainer und Schweizer Meisterin, bei dobi in Suhr zu Besuch.

Die beiden internationalen Nail-Spezialistinnen waren den ganzen Tag vor Ort, um ihre Marken zu präsentieren sowie wertvolle Tipps und Know-how zu vermitteln. Auch für Fragen standen die erfahrenen Nail-Spezialistinnen den Gästen zur Verfügung: ein gelungener Tag, ganz im Zeichen des Nail-Designs.

www.dobi.ch



Elsbeth Schuetz und Beatrice Widmer präsentierten im Rahmen des Nail-Experten-Talks Produkte und beantworteten Fragen.

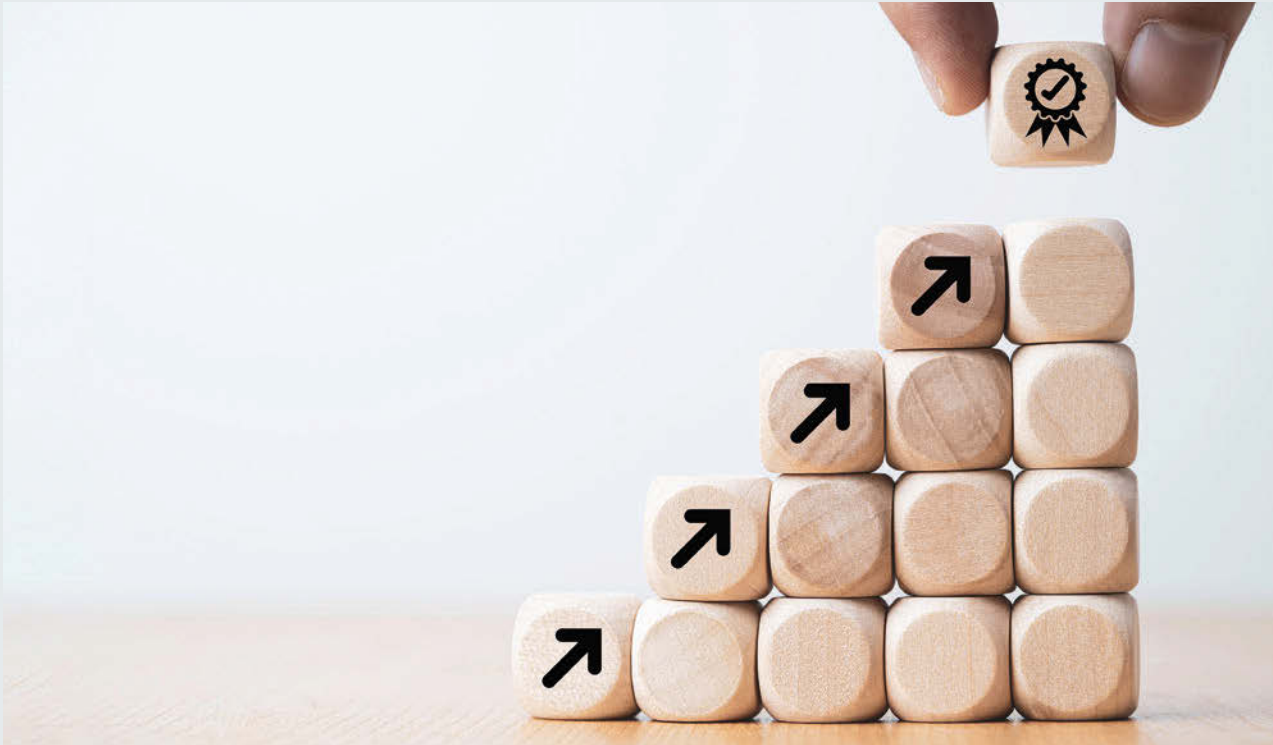


Die aktuelle „Best of Beauty“-Gewinnerin: Katja Thies.

ERFOLGREICH

Herzlichen Glückwunsch an Katja Thies! Sie ist die neue „Best of Beauty“-Gewinnerin von Belico. Mit einer Umsatzsteigerung um mehr als 6'000 Euro in zwölf Monaten durch den Zusatzverkauf von Produkten erhält sie einen Preis von 1'500 Euro zur Verschönerung ihres Instituts Schönheitskönigin Halstenbek. Mehr Informationen zum Erfolgswettbewerb sowie zu Produkten und Konzepten finden Sie auf der Website: www.belico.de

... AUS DER BRANCHE?



Qualitätssicherung ist in der Beauty-Branche kein einfaches Thema: Denn der Beruf der Kosmetikerin ist nicht geschützt. Umso wichtiger ist es, für eine gute Ausbildung einzustehen.

Was die Branche bewegt

Die Nachfrage nach kosmetischen Behandlungen und Produkten steigt. Die Anzahl an Geschäften, die sich in der Branche niederlassen, somit auch. Der bereits heterogene Markt verändert sich zusehends. Die Anzahl an Studios, die nur kleine Segmente von kosmetischen Behandlungen anbieten, wie Nagel- und Waxingstudios, wird immer höher.

Für den Nachwuchs starmachen

Der Schweizer Fachverband für Kosmetik SFK (OdA) sieht eine solche Entwicklung problematisch, zumal der Beruf der Kosmetikerin EFZ eine dreijährige Ausbildung voraussetzt und durch solche Anbieter an Berufsankommen verliert. Eine gut ausgebildete Kosmetikerin bietet im Gegensatz zu Bil-

liganbietern ein weites Spektrum an Behandlungen an und hat ein grosses Fachwissen. Es ist wichtig, dass sich die Branche für den Nachwuchs starkmacht und gute und genügend Ausbildungsplätze schafft, damit dem Arbeitsmarkt auch gut ausgebildete Fachkräfte zur Verfügung stehen.

Nicht an der Qualität sparen

Wenn man die niedrigen Preise für Behandlungen oder Maniküren in den Nagel- oder Waxingstudios sieht, ist die logische Schlussfolgerung: Hier wird am Lohn, an den Hygienemassnahmen und der Ausbildung gespart. Jeder kann ein Kosmetikstudio ohne Vorkenntnisse eröffnen. Wäre es nur noch erlaubt, mit einer qualifizierten Ausbildung diese Dienstleistungen anzubieten, wären

solche Auswüchse nicht mehr möglich. Auch könnte man schlechten Arbeitsbedingungen gezielter entgegenwirken.

Es ist nicht nur sehr schwer, in dieser Branche Reglementierungen zur Eröffnung von kosmetischen Studios zu erlangen, es ist leider so gut wie unmöglich. Die Gesetzgebung fordert eine freie Marktwirtschaft, obwohl hier Dienstleistungen am Menschen angeboten werden.

Mit einer Mitgliedschaft beim Schweizer Fachverband für Kosmetik SFK (OdA) stärken Sie den Beruf und eine qualifizierte Ausbildung.

Der SFK freut sich, mit Ihnen ins neue Jahr zu starten, und wünscht frohe Festtage.

www.sfkinfo.ch

Social Media

WAS GEHT AUF UNSEREN KANÄLEN?

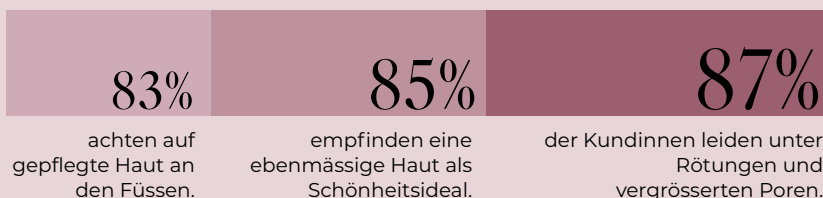
JA, LIKE MICH DOCH!



BEAUTY_FORUM_CH

UMFRAGE

Auf INSTAGRAM zum Dossier: Ebenmässige Haut



SPRUCH DES MONATS

„ICH BRAUCHE KEINE BLUMEN.
ICH BRAUCHE EIN FACIAL!“

FOLLOW US

2.635



BEAUTY FORUM SCHWEIZ

Kommentiert unter diesem Bild



FACEBOOK: Wie würdest du in einem solchen Fall reagieren?



BEAUTY_FORUM_CH

Verfeinert

Ebenmässige Haut

INSTAGRAM: Sichtbare Poren, Linien oder Fältchen sind ganz normale Erscheinungsbilder der Haut. Dennoch streben die meisten Menschen nach einem perfekten Teint mit möglichst glatter und ebenmässiger Textur.

Sicherlich tragen auch Filter und Bildbearbeitungs-Softwares ihren Teil zu diesem Wunsch bei. Doch in einem gesunden und realistischen Rahmen kann eine deutliche Hautbildverbesserung im Kosmetikinstitut erfolgen. Wie und mit welchen Treatments, das ist Thema unseres Dossiers der November-Ausgabe.



FOTO: ONEINCHPUNCH/SHUTTERSTOCK.COM

FESTLICHER GLANZ

Make-up-Artistin Reslie Mundwiler findet, Weihnachten ohne einen schimmernden Make-up-Look ist kein richtiges Fest! Daher zeigt sie Ihnen Schritt für Schritt, wie Sie für Ihre Kundinnen einen glamourösen Look zaubern können, der die Augen betont und den Teint frisch und rosig aussehen lässt.

DIE EXPERTIN



RESLIE MUNDWILER

Die Arbeiten der international tätigen Make-up-Artistin und Hairstylisten wurden in verschiedenen Beauty- und Modemagazinen im In- und Ausland vorgestellt. Sie schminkte bereits bei Modenschauen von Jean Paul Gaultier und Giambattista Valli in Paris und Mailand. Sie ist spezialisiert auf Braut-Make-up, Editorial, Kampagnen, Modenschauen und Events.

Was wäre Weihnachten ohne einen schönen, festlichen oder sogar glamourösen Make-up-Look? Und auch in der Zeit vor dem Fest darf gestrahlt werden: Denn jetzt sind wieder dunkle, satte Farben und schimmernde Nuancen angesagt!

FESTE FEIERN

Nun ist die Zeit der Feste, sei es die Weihnachtsfeier mit Kollegen, Glühweintrinken mit Freundinnen oder schliesslich die Sylvesterparty. Der Dezember bietet Ihren Kundinnen sicherlich einige Gelegenheiten, um sich in Schale zu werfen – und für Sie die Möglichkeit, den Look mit einem passenden Make-up zu vollenden. Das Make-up auf den folgenden Seiten lässt sich zu den verschiedensten Outfits kombinieren und kann, je

nach Wunsch der Kundin, intensiv oder etwas softer realisiert werden.

DRAMATISCH UND NATÜRLICH ZUGLEICH

Für den perfekten Look der Weihnachtsfeier setzt Reslie Mundwiler auf einen edlen Smokey-Eye-Look mit schimmerndem Lidschatten in Gold, der die Augen zum Strahlen bringt. Dazu kombiniert sie falsche Wimpern, um den Look dramatischer wirken zu lassen.

Den Gegenpol zu den ausdrucksstarken Augen schafft ein nudefarbener Lippenstift, der für dezenten Glanz auf den Lippen sorgt. Das roséfarbene Rouge auf den Wangen schenkt dem Teint Frische. So kreiert Reslie Mundwiler einen leuchtenden und rosigen Look, der für gute Laune sorgt und Ihre Kundin garantiert in den Mittelpunkt stellt.



1 Stellen Sie vor dem Auftragen der Foundation sicher, dass die Haut Ihrer Kundin gut mit Feuchtigkeit versorgt ist. Dafür trage ich erst eine Feuchtigkeitscreme und dann eine Grundierung auf. Nachdem die Basis geschaffen ist, verwende ich Concealer, um Unreinheiten zu korrigieren und die Augenpartie aufzuhellen. So bringen Sie den Blick Ihrer Kundin zum Strahlen!



2 Grundieren Sie das Augenlid, um zu vermeiden, dass sich der Lidschatten in den Fältchen absetzt. Um weiche Smokey Eyes zu kreieren, verwenden Sie einen Kajalstift auf dem oberen Lid und verblenden ihn mit braunem Lidschatten.

„DIE WEIHNACHTSFEIERTAGE
SIND UNVOLLSTÄNDIG, WENN
MAN NICHT EIN WENIG GLAMOUR
MITEINFLIESSEN LÄSST!

RESLIE MUNDWILER



Für einen festlichen Look tragen Sie goldschimmernden Lidschatten auf dem beweglichen Lid auf. Mit einem Pinsel den Lidschatten gut verblenden. Tragen Sie Kajal auf das untere Augenlid auf und verblenden Sie ihn mit einem braunen Lidschatten. Für einen dramatischen Look Mascara auftragen und mit falschen Wimpern abschliessen.



Tragen Sie einen Augenbrauenstift mit federleichten Strichen auf, um weiche, natürliche, aber glamourös wirkende Augenbrauen zu erzielen.



5

Um das Gesicht zu modellieren, verwenden Sie bestenfalls ein flüssiges Contouring-Produkt und verblenden es sanft. Mit einem Creme-Rouge in frischem Rosé verleihen Sie den Wangen einen Hauch von Farbe. Am besten, Sie tragen das Puder sanft mit einem synthetischen Pinsel auf. Für ein glattes, seidiges Finish geben Sie losen Puder mit einem fluffigen Pinsel auf die Haut.



6

Da die Augen bei diesem Look im Fokus stehen, trage ich zum Abschluss einen nudefarbenen Lippenstift auf. So werden die Lippen betont, ohne den Augen die Show zu stehlen.



Fertiger Look

Fertig ist der weihnachtliche Glamour-Look für Ihre Kundin! Die sanften Smokey Eyes in Brauntönen heben die Augen hervor, ohne harte Kontraste entstehen zu lassen, wie es bei schwarzen Smokey Eyes der Fall sein kann. Der goldene Lidschatten passt wunderbar in die Festsaison und öffnet zudem den Blick.

FOTOS: RALF EYERTT

HAIR & MAKE-UP: RESLIE MUNDWILER

MODEL: EDAMEY HUGENTOBler

PERFEKTIONIERT

1



2



3



4



5



1 TOLURE COSMETICS Die Mascara „Black to Nature“ in Tiefschwarz kommt mit einer veganen, cleanen Formulierung daher, die aus mindestens 96 Prozent natürlichen Inhaltsstoffen besteht und das Wimpernwachstum anregen soll. Tel. 062 855 22 22, www.dobi.ch **2 MISS KAY** Der Duft „Soft Cuddle“, soll seine Trägerin in eine warme, kuschelige Duftwolke einhüllen. Das Eau de Parfum öffnet mit einer Kopfnote aus Jasmin und Rose, entfaltet Heliotrop und Rose in der Herznote und kombiniert in der Basisnote warmen Moschus mit Bernstein. Tel. 034 420 08 00, www.simonkeller.ch **3 GLO SKIN BEAUTY** Der „Luminous Liquid Brightening Concealer“ kann als Concealer sowie als Highlighter verwendet werden. Das enthaltene Diamantpuder soll dafür sorgen, dass das Sonnenlicht reflektiert wird und der Teint weichgezeichnet erscheint. Ebenfalls neu ist der „Skin Glow Powder Highlighter“. Der mineralische Highlighter verleiht der Haut perlmuttfarbene Nuancen und soll dabei mit Vitamin C und Niacinamid die Haut pflegen. Das Produkt ist frei von Glitzer- und Schimmerpartikeln. Tel. 062 896 42 42, www.cosmovogue.ch **4 DR. BELTER** Das „Lip Trio Vintage Rose“ besteht aus dem semipermanenten Konturenstift „24/7 liquid liner pink guava“, dem „lip definer vintage rose“ sowie dem „glossy lip finish flamingo“. Tel. +49 (0) 531 34 44 78, www.dr-belter.de **5 MALU WILZ BEAUTÉ** Die „Color & Shine Lip Stylos“ versprechen, Farbe und Pflege zu vereinen, indem die Formulierung mit Hyaluronsäure und Marulaöl angereichert ist. Die Stylos gibt es in sechs Farben. Tel. 044 986 20 40, www.musculus.ch



Unser Immunsystem erweist uns täglich einen Bärendienst. Eine grosse Rolle spielen dabei unser Darm und unsere Darmflora. Ununterbrochen regelt der Darm, was in unseren Blutkreislauf gelangt und was nicht. Ernährungsberaterin Melanie Mazzara klärt Sie über den Zusammenhang von Immunsystem und Darm auf und gibt Tipps für eine starke Abwehr.

Was leistet unser Immunsystem? Die wichtigste Aufgabe des menschlichen Immunsystems ist die Bekämpfung von in den Körper eingedrungenen Krankheitserregern, das können Bakterien, Viren, Pilze oder Parasiten sein, aber auch die Bekämpfung eigener erkrankter Zellen wie Krebszellen, gehört dazu. Beide Fälle lösen eine Immunantwort aus, das heisst, es kommt zu einer Abwehrreaktion des Immunsystems. Im Verlauf der Immunantwort werden die eingedrungenen Erreger beseitigt oder die kranken Zellen zerstört. Manchmal erkennt das Immunsystem fälschlicherweise auch körpereigene Stoffe als fremde an. Die Folge können Autoimmunerkrankungen wie chronisch entzündliche Darmerkrankungen wie Morbus Crohn und Colitis ulcerosa sein. Ein gesundes Immunsystem kann aber zwischen nützlichen und schädlichen Immunreaktionen unterscheiden und durch vielfältige zelluläre Regulierungsme-

chanismen eine gesunde Balance innerhalb der Immunantworten aufrechterhalten. Lediglich bei Transplantationen muss die Medizin mit immunsuppressiven Massnahmen eingreifen, um Abstossungsreaktionen zu verhindern.

ABWEHRMECHANISMEN

Welchen Einfluss hat bei alledem die Darmgesundheit?

Der Darm spielt in Bezug auf unser Immunsystem eine weitaus grössere Rolle, als gemeinhin bekannt ist. Im Darm befinden sich circa 80 Prozent der menschlichen Immunzellen. Daher laufen dort wichtige biologische Prozesse der spezifischen und unspezifischen Immunabwehr ab.

Ist der Darm gesund, ist der Mensch gegen viele verschiedene Krankheiten besser geschützt. Der Darm besteht aus drei Schutzebenen: Auf der ersten ist die intestinale Mikrobiota (Darmflora) angesiedelt. Die zweite Schutzebene besteht aus der Mukusschicht und der Darmschleimhaut. Und die letzte und wichtigste

Schutzebene ist schliesslich das darmeigene Immunsystem.

Auf der dritten Schutzebene befinden sich zahlreiche verschiedene Immunzellen, zu denen die Makrophagen, T-Zellen – die sogenannten Killerzellen – und auch B-Zellen, das sind antikörperproduzierende Zellen, zählen.

Die Immunzellen kommunizieren mithilfe von bestimmten Botenstoffen (Neurotransmittern) untereinander und sind über das Blut- und Lymphsystem des Menschen mit allen anderen wichtigen Schleimhäuten, also der Nasenschleimhaut, Mundschleimhaut oder Bronchialschleimhaut, immunologisch verbunden.

DIE ROLLE DES DARMS

Die entscheidende Bedeutung eines funktionierenden Darms für das Immunsystem und damit für die menschliche Gesundheit hat bereits der berühmteste Arzt des Altertums, Hippokrates, vor über 2'000 Jahren erkannt, indem er das bekannte Zitat



Um die Darmgesundheit zu unterstützen, sollte auf eine gesunde, ballaststoffreiche Ernährung geachtet werden. Es eignen sich probiotisch angereicherte Lebensmittel wie Joghurt oder fermentiertes Gemüse.



Wer seinen Darm zusätzlich unterstützen möchte, kann Prä- und Probiotika auch als Nahrungsergänzung in Form von Pulver oder Pillen zuführen. Wichtig ist, sich dennoch so gesund und ausgewogen wie möglich zu ernähren.

prägte: „Der Darm ist die Wurzel aller Gesundheit.“ Der Schweizer Arzt Paracelsus formulierte es im 16. Jahrhundert noch drastischer: „Der Tod sitzt im Darm.“

Die moderne Wissenschaft ist mittlerweile zu der gleichen Erkenntnis gelangt. Heutzutage versagt das Immunsystem aufgrund von Darmstörungen bei immer mehr Menschen. Die Folge ist ein rasanter Anstieg der Autoimmunerkrankungen. Die Gründe dafür sind komplex, hängen aber unter anderem mit falschem Ernährungsverhalten zusammen.

ERNÄHRUNG FÜR DARM UND IMMUNSYSTEM

Moderne Diäten begünstigen oft eine Dysbalance der Darmflora. Einige der Faktoren, die eine Wechselwirkung zwischen Darm und Immunsystem begünstigen oder benachteiligen können, sind:

- **Faserstoffe:** Ballaststoffe schützen den Darm. Die Bakterien im Dickdarm bauen die Ballaststoffe zu kurzkettigen Fettsäuren ab. Diese wiederum fördern die Darmbewegung und wirken nebenbei entzündungshemmend.
- **Mikronährstoffe:** Eine ausgewogene Ernährung mit den wichtigsten Mi-

kronährstoffen fördert die Funktionsfähigkeit von Darm, Schleimhaut und Immunsystem. Zu den Mikronährstoffen zählen Zink, Selen, Vitamin A, C, E, B6, B2, B12, Folsäure Vitamin D, Zink, Biotin und Niacin.

- **Zusatz- und Schadstoffe:** künstliche Lebensmittelzusatzstoffe wie Konservierungsstoffe, Nahrungseulgatoren, künstliche Aromen und Farbstoffe beeinflussen die Darmbakterien negativ.

- **Zucker:** Nützliche Darmbakterien mögen keinen Zucker. Eine zu zuckerreiche Ernährung fördert die Entwicklung schädlicher Bakterien und Pilze im Darm. Mit der Folge, dass das Immunsystem geschwächt und der Körper damit anfälliger für Infektionen wird.

- **Antibiotika:** Antibiotika töten nicht nur schädliche Krankheitserreger, sondern ziehen auch nützliche Bakterien in Mitleidenschaft. Die Bakterienvielfalt im Darm nimmt ab. Innerhalb von etwa 6 Monaten erholt sich die Darmflora üblicherweise wieder. In dieser Erholungsphase ist das Immunsystem aber noch beeinträchtigt.

- **Medikamente:** Nicht nur Antibiotika, sondern auch viele andere Me-

dikamente können ein Ungleichgewicht in der Darmflora verursachen. Die Folge ist oft eine verstärkte Vermehrung pathogener Keime. Als Folge droht die Zerstörung der Darmbarriere, wodurch schädliche Stoffe ins Blut gelangen können.

DAS IMMUNSYSTEM STÄRKEN

Der Darm ist das grösste Immunorgan im menschlichen Körper. Er verarbeitet täglich die Nahrung, die der Mensch zu sich nimmt, vernichtet die darin enthaltenen Krankheitserreger und neutralisiert Giftstoffe. Zahlreiche Immunzellen verhindern, dass Schadstoffe durch die Darmwände in die Blutbahn gelangen. Damit das auch funktioniert, müssen sich das darmeigene Immunsystem, die Darmschleimhaut und die Darmflora optimal ergänzen und zusammenarbeiten.

Dieses Zusammenspiel kann durch einen gezielten Aufbau der Darmflora unterstützt werden. Die Darmschleimhautzellen benötigen zur Herstellung von Antikörpern, für die Bekämpfung von Krankheitserregern, eine intakte Darmflora. Eine gesunde Darmflora besteht aus Billionen nützlicher Bakterien. Um die Darmflora zu unterstützen, gibt es

drei bewährte Methoden: Präbiotika, Probiotika und die Darmreinigung (Darmspülung).

1. PRÄBIOTIKA

Präbiotika sind unverdauliche Lebensmittelbestandteile (Ballaststoffe), die den Darm günstig beeinflussen, indem sie das Wachstum und die Tätigkeit nützlicher Bakterienarten im Dickdarm gezielt fördern. Bei den Ballaststoffen unterscheidet man zwei Gruppen: wasserlösliche und wasserunlösliche. Wasserlösliche Ballaststoffe werden von den Bakterien im Darm fermentiert. Die dabei entstehenden Substanzen dienen den Bakterien dann als Nahrung. Wasserunlösliche Ballaststoffe

te Bakterienpopulation wieder regeneriert werden. Dazu eignen sich probiotisch angereicherte Lebensmittel wie Joghurt, Käse, Müsli, fermentiertes Gemüse wie Sauerkraut oder probiotische Präparate (Bakterienkulturen in Kapseln oder Pulvern). Mit den zugeführten Bakterienkulturen wird die Darmflora gezielt wieder aufgebaut. Um das Immunsystem zusätzlich zu stärken, werden meistens noch Vitamin B12 und Folsäure sowie Biotin zur Erhaltung einer gesunden Darmschleimhaut beigegeben.

3. SUPPLEMENTIERUNG

Eine ausreichende Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen ist für alle

„DER DARM SPIELT IN BEZUG AUF UNSER IMMUNSYSTEM EINE WEITAUS GRÖßERE ROLLE, ALS GEMEINHIN BEKANNT IST. IM DARM BEFINDEN SICH CIRCA 80 PROZENT DER MENSCHLICHEN IMMUNZELLEN.“

durchlaufen den Verdauungstrakt zwar unverändert, sie regen aber die Darmbewegung an und verhindern damit unerwünschte Beschwerden und Krankheiten wie Verstopfung und Divertikulitis (Ausstülpungen der Darmwand).

2. PROBIOTIKA

Probiotika sind lebensfähige Mikroorganismen, in der Regel Milchsäurebakterien wie Bifidobakterien und Laktobazillen, die schon natürlich in einer gesunden Darmflora vorkommen und schädliche Bakterien in Schach halten. Eine Störung der Darmflora, wie sie häufig nach einer Antibiotikatherapie eintreten kann, führt meistens auch zu einer Störung der Immunabwehr. Um längerfristig eine Schwächung des Immunsystems zu vermeiden, muss die zerstör-

Körpersysteme wichtig. Die dafür erforderlichen Vitamine und Mineralstoffe müssen grösstenteils von aussen zugeführt werden.

Die folgenden vier Vitamine und Spurenelemente sind für das Immunsystem von besonderer Bedeutung:

Vitamin C: Vitamin C trägt zur Kollagenbildung bei, schützt die Zellen vor oxidativem Stress und erhöht die Eisenaufnahme.

Vitamin D: Das Sonnenvitamin ist ein wahres Multitalent unter den Vitaminen und an zahlreichen Stoffwechselprozessen beteiligt. Es nimmt zudem eine Schlüsselrolle bei der Knochenmineralisierung ein.

Zink: Die einen nehmen Zink für Haut, Haare und Nägel, die anderen um die Hormonbalance zu unterstützen. Eine der Funktionen von Zink ist jedoch auch, der Beitrag zur normalen Funktion unseres Abwehrsystems.

MEHR ERFAHREN – PODCAST HÖREN!



Sie möchten noch mehr über gesunde Ernährung erfahren? Dann hören Sie in unsere neuen Podcast-Folgen mit Ernährungsberaterin Melanie Mazzara hinein!

Selen: Selen ist ein spannendes Spurenelement, es hat grossen Einfluss auf die Schilddrüse und dient zur Prävention diverser Krankheiten, die oxidativer Stress begünstigt. Weitere Mikronährstoffe, die ein funktionierendes Immunsystem unterstützen, sind: Vitamin A, die B-Vitamine B6, B12, die ebenfalls zu den Vitaminen der B-Gruppe gehörende Folsäure (Folat) sowie die Spurenelemente Eisen und Kupfer.

DARMGESUNDHEIT IM ALLTAG

Die Darmgesundheit ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für ein starkes Immunsystem. Das lässt sich meist auch mit einfachen Erstmassnahmen erreichen:

Gemüse- und Obstkonsum in der täglichen Ernährung erhöhen. Im Gegenzug Zucker, Brot und Teigwaren reduzieren. Unverarbeitete Lebensmittel bevorzugen. Viel Wasser (mindestens 1,5 bis 2 Liter täglich) über den Tag verteilt trinken. Sportliche Betätigung und ausreichend viel Schlaf in den Tagesablauf einbauen. Stress nach Möglichkeit vermeiden. Alkohol, Süsstoffe, Nikotin und Medikamente weitestgehend reduzieren. Zweimal jährlich gezielt entgiften. Diese einfachen Massnahmen reichen in der Regel bereits aus, um das Immunsystem zu stärken und es gesund zu halten.



Melanie Mazzara

Melanie Mazzara leitet ein Gesundheitszentrum in Zug. Ausserdem leitet sie ihre Praxis für Ernährung und Darmgesundheit und eröffnete die Infusions-lounge Health Station in Zürich.
www.detox-station.ch

Event
NACHBERICHT

BEAUTY BUSINESS DAY LUGANO

SAVE THE DATE
Unser nächster
Event findet am
5. März 2023
statt!



Das edle 5*-Hotel Splendide Royal bot die perfekte Location, um unsere Roadshow der BEAUTY BUSINESS DAYS Switzerland mit einem erfolgreichen Abschluss zu krönen. Am 14. November 2022 nutzten zahlreiche Kosmetikexpertinnen aus dem Tessin und der Deutschschweiz die Möglichkeit, sich in der exklusiven Atmosphäre und in einem persönlichen Rahmen dem Beauty-Business zu widmen.

EXKLUSIVE FACHAUSSTELLUNG

Die Fachaussstellung bot direkten Kontakt zu Anbietern und Herstellern der professionellen Kosmetikbranche, sodass Besucherinnen und Besucher die

Produkte hautnah erleben und testen konnten. Die Kaffeepausen und das feine Finger-Food-Buffer luden die Gäste dazu ein, sich in luxuriösem Ambiente auszutauschen und zu netzwerken.

EIN TICKET, ALLES DRIN

Sechs spannende und informative Expertenpräsentationen und Firmenvorträge umfasste das italienischsprachige Rahmenprogramm, das von den Gästen mit grossem Interesse besucht wurde.

Zum Schluss erhielten alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer noch ein prall gefülltes Geschenk: die Swiss Beauty Box. Die Box enthielt eine Reihe von

Produktproben der Aussteller zum Testen für zu Hause.

Mit den vier BEAUTY BUSINESS DAYS Switzerland starteten wir ein brandneues Eventkonzept, das BEAUTY FORUM in diesem Jahr einmal durch die ganze Schweiz führte: angefangen in Zürich über Bern bis hin in die Romandie nach Lausanne und ins Tessin nach Lugano. Es war uns eine Freude, ein Stück BEAUTY FORUM in Ihre Region zu bringen. Wir möchten uns bei all unseren Gästen für diese erfolgreiche Reise bedanken!

Und auch 2023 wird es ereignisreich weitergehen – lesen Sie auf den folgenden Seiten, welche Events wir für Sie auf die Beine gestellt haben.

FOTOS: BEAUTY FORUM

RÜCKBLICK

BEAUTY BUSINESS DAYS SWITZERLAND



Am 23. März machte der BEAUTY BUSINESS DAY Zürich den Auftakt – und die Gäste standen bereits vor Beginn Schlange an unserer Kasse.



Die inkludierten Vorträge waren bei jedem Event stark besucht. In Zürich zeigte Anja Hürlimann, wie sich Videocontent einsetzen lässt.

„DIE BEAUTY BUSINESS DAYS SWITZERLAND WAREN ERFOLGREICHE EVENTS, DIE KOSMETIKERINNEN UND AUSSTELLER IN PERSÖNLICHEM RAHMEN ZUSAMMENBRACHTEN.“

Sebastian Moser, Director Health and Beauty Marketing Swiss GmbH



Im Ausstellungsbereich konnten die Gäste Marken und Produkte genauer kennenlernen.



Das prunkvolle Hôtel Lausanne Palace entzückte sowohl die Aussteller als auch die Besucher.



Das BEAUTY FORUM SWISS-Team strahlt nach getaner Arbeit.



NEUE EVENTS 2023



Wir leben in Zeiten, in denen die Themen „Veränderung“ und „Zuhören“ besondere Bedeutung haben. „Die Marke BEAUTY FORUM mit ihren Medien und Events entwickelt sich durch die Kommunikation und Interaktion mit den Beauty-Professionals aus der ganzen Schweiz stetig weiter“, erklärt Geschäftsführer der Health & Beauty Group, Roberto Valente. Um noch spezifischer auf die Wünsche und Interessen unserer Fachbesucherinnen und Fachbesucher einzugehen, entwickelt sich die jährliche Fachmesse BEAUTY FORUM SWISS in Zürich im Jahr 2023 zu einer Vielzahl von verschiedenen Kosmetikevents für Beauty-Professionals.

VOLLER EVENTKALENDER

Die Teilung der BEAUTY FORUM SWISS in lokale Events über das gesamte Jahr hinweg ermöglicht es uns, unseren Gäs-

ten noch näher zu sein und sie themenspezifischer anzusprechen. Der Eventkalender 2023 beginnt mit dem Fuss- & Medical-Beauty-Kongress am 5. März in Baden.

Hier erwartet die Gäste nicht nur eine Fachaussstellung, sondern auch Podiumsdiskussionen und Vorträge. Nach den erfolgreichen BEAUTY BUSINESS DAYS Switzerland werden wir die exklusiven Events auch im Jahr 2023 in Zürich und Lausanne anbieten. Weiter geht es im September mit dem BEAUTY FORUM MATCHMAKING Event. Hier bringen wir Schweizer Distributoren und ausländische Marken für ein perfektes Match zusammen.

Im November sorgt die SWISS BEAUTY CONVENTION für den krönenden Abschluss. Das Beauty-Erlebnis umfasst nicht nur einen Ausstellungsbereich mit Shoppingmöglichkeiten und Rahmenprogramm, sondern wird auch von einem

exklusiven Abendprogramm mit Apéro und Preisverleihung ergänzt.

Die aktuellen Informationen zu den bevorstehenden Events finden Sie auch auf unserer Webseite: www.beauty-fairs.ch

Save the Dates

TERMINE & LOCATIONS

■ FUSS + MEDICAL BEAUTY KONGRESS

5. März 2023,
Trafohalle Baden

■ BEAUTY BUSINESS DAY LAUSANNE

25. September 2023,
Hôtel Lausanne Palace

■ SWISS BEAUTY CONVENTION

25. + 26. November 2023,
StageOne, Zürich Oerlikon



AUFTAKT IM MÄRZ

FUSS- & MEDICAL-BEAUTY-KONGRESS

Am 5. März 2023 erwartet Sie der neue Fuss- & Medical-Beauty-Kongress in der Trafohalle Baden. Mit diesem Event wollen wir den Fusspflegerinnen und Medical-Beauty-Profis eine thematisch zielgerichtete Plattform bieten, um sich weiterzubilden, auszutauschen und auf die Neuerungen der Branche einzugehen. Daher arbeiten wir hierbei sehr eng mit dem Schweizerischen Fusspflegeverband (SFPV) und der Schweizerischen Gesellschaft für medizinische Kosmetik (SGMK) zusammen.

EIN TICKET, ALLES DRIN

Freuen Sie sich auf einen eintägigen Event mit Podiumsgesprächen, Präsentationen und Vorträgen aus den Bereichen Fusspflege und Medical Beauty. In der stilvollen Atmosphäre der Trafohalle in Baden können Sie sich über neue Produkte und Behandlungen informieren und sich mit unseren Experten persönlich austauschen.

Das Besondere an dem neuen Eventkonzept: Fachausstellung und Podiumsgespräche finden in einem Raum statt – so sind Sie immer mitten im Geschehen, und Ihnen entgeht nichts. Neben der Fachausstellung und dem Rahmenprogramm erwartet Sie ein schmackhaftes Mittagsbuffet. Das Beste an dem Kongress: Alles ist im Ticketpreis inkludiert!

Was unterscheidet den Fuss- & Medical-Beauty-Kongress von den BEAUTY BUSINESS DAYS?

Gisela Warthmann: Die BEAUTY BUSINESS DAYS waren mehrheitlich auf Kosmetik und nicht auf Füsse ausgerichtet. Dies wird nun aber beim geplanten Fuss- & Medical-Beauty-Kongress der Fall sein. Daher sprechen wir gezielt Gäste aus diesem Bereich an.



GISELA WARTHMANN
Präsidentin des SFPV

Auf was dürfen sich Besucherinnen und Besucher beim Rahmenprogramm freuen?

Konkret werden keine kostenpflichtigen Seminare angeboten. Das Konzept sieht Podiumsgespräche, Präsentationen und Vorträge vor, wobei auch die jeweiligen Aussteller einbezogen werden.

Inwiefern arbeiten die Verbände und BEAUTY FORUM für diesen Event zusammen?

Mit dem BEAUTY FORUM zusammenzuarbeiten, ist für den Schweizerischen Fusspflegeverband und seine Mitglieder eine ideale Möglichkeit, sich auf dem Schweizer Markt zu zeigen, zu informieren und auszutauschen. Wichtig ist auch die Zusammenarbeit mit anderen Verbänden, wie in diesem Fall mit der SGMK.

AUSBILDUNGEN

Kompetente Adressen – für Ihre Aus- und Weiterbildung
in den verschiedenen Fachbereichen finden Sie in nachfolgender Übersicht

KLASSISCHE KOSMETIK

■ Bern

faces Fachschule für Kosmetik academy of make-up

Professionelle Aus- und Weiterbildungen mit
Diplomabschluss für Ihren Erfolg in der Beauty-
branche, all in 1. KosmetikerIn, Make-up Artist/
VisagistIn, Permanent Make-up, Naildesign,
Hairstyling, MasseurIn, Lash Extensions, Lash
Lifting, Med. Kosmetik (Plasma Corrector, Nano-/
Micro-Needling, LED-Therapie, Hyaluron-Filler).

Spitalgasse 28, 3011 Bern
Tel. 031 312 18 00, info@faces-kosmetikschule.ch
www.faces-kosmetikschule.ch

■ Burgdorf / Dübendorf

SWISS WELLNESS ACADEMY

Mit der Swiss Wellness Academy kommen Sie
beruflich weiter. Über 100 Aus- und Weiterbildungs-
an den Standorten Burgdorf und Dübendorf
warten auf Sie. Erfahrene Dozenten und Dozen-
tinnen bilden Sie in den Bereichen Wellness,
Kosmetik, Fusspflege, Selbstmanagement,
Massage, Hair und Physiotherapie weiter und
bieten praxisnahe Verkaufs- und Marketing-
seminare an. Dank dem Anschluss an die Simon
Keller AG profitieren Sie beim Besuch eines
Seminars von Sonderkonditionen auf die
kursspezifischen Produkte.

Lyssachstrasse 83, 3400 Burgdorf
Tel. +41 34 420 08 04,
Fax: +41 34 420 08 01
info@swa.ch, www.swa.ch

■ Dübendorf

BEAUTY BUSINESS SCHOOL BBS

Markenspezifisches Fachwissen, fundiertes prak-
tisches Können sowie aktuelles Zusatzwissen
zu Marketing und Verkauf sind die wichtigsten
Erfolgsfaktoren, um Ihre gesteckten Ziele zeitnah
zu erreichen. Die Beauty Business School BBS
unterstützt Sie dabei mit exklusiven Schulungen
und Weiterbildungen, die Ihnen das richtige
Know-how und viel Selbstvertrauen mit auf den
Weg geben.

Beauty Business School BBS
Jean-Pierre Rosselet Cosmetics AG
Hochbordstrasse 9, 8600 Dübendorf

Tel. 044 389 87 87, bbs@jp-rosselet.ch
www.beauty-business-school.ch

■ Luzern

DICKERHOF AG Bildungszentrum für therapeutische Massage, Kosmetik und Visagistik

Wir sind ein ISO 29990- und EduQua zertifiziertes
Unternehmen mit moderner Infrastruktur. Die
Lehrgänge werden berufsbegleitend in Tages-
oder Abendkursen sowie an den Wochenenden
angeboten. Kontakt und Unterlagen unter
www.dickerhof.ch oder unter 041 544 95 35.

Dickerhof AG,
Rüeggisingerstrasse 29, 6020 Emmenbrücke

■ St. Gallen

ARCOS die internationale Kosmetikfachschule

wurde 1999 als erste Schule der deutschsprachi-
gen Schweiz von CIDESCO international
anerkannt. CIDESCO arbeitet nur mit führenden
Schulen der Welt zusammen. Die ARCOS
erfüllt den internationalen Standard und bietet
die geforderten Qualifikationen an. Die Kosmetik-
fachschule ist seit über 20 Jahren unter gleicher
Leitung. Erfahrung und Kontinuität die sich aus-
zahlt. Alle Lehrgänge sind ISO 29990 zertifiziert.
Die ARCOS gehört der Sektion Fachschulen
SVKAB des Schweizerischen Fachverbandes
für Kosmetik (SFK) an und erfüllt somit weitere
Grundlagen, die den Absolventinnen eine seriöse
und fundierte Ausbildung garantieren. Auf einer
über 300 qm² grossen Schul- und Praktikums-
fläche mit moderner Einrichtung bietet die
Kosmetikfachschule den Absolventinnen alles,
was eine qualifizierte Ausbildung ausmacht. Die
lichtdurchfluteten Räume und die schlichte Ele-
ganz bieten ideale Voraussetzungen für ein gutes
Lernklima. Durch die intensive Ausbildungszeit
von rund 1'400 Stunden sind die Teilnehmerinnen
mit ihrer fundierten Ausbildung auf dem Kosme-
tikmarkt gefragt.

ARCOS
Internationale Kosmetikfachschule
Heiligkreuzstrasse 12 A, 9008 St. Gallen,
Tel. +41 71 250 19 19, wolf@arcosakademie.ch
www.arcosakademie.ch

■ Zürich

Maria Schweizer AG

Fachschule für Kosmetik
Internationale CIDESCO-Schule
Im Jahr 1936 von Maria Schweizer gegründet,
gehört die Fachschule für Kosmetik Maria
Schweizer AG seit 2015 als Ausbildungspartnerin
zur Swiss Wellness Academy. Dank langjähriger
Ausbildungserfahrung, modernsten Methoden
und kompetenten Kursleiterinnen steht das Aus-
bildungsinstitut an den Standorten Burgdorf und
Dübendorf für höchste Qualität. In den mehr als
80 Jahren des Bestehens absolvierten bereits
tausende von Schülerinnen und Schülern die
anspruchsvolle Ausbildung mit Diplom der Fach-
schule für Kosmetik Maria Schweizer und legten
damit den Grundstein zum beruflichen Erfolg.

Stettbachstrasse 6, 8600 Dübendorf
Tel.: +41 44 312 39 39, info@mariaschweizer.ch
www.mariaschweizer.ch

MEDIZINISCHE KOSMETIK

■ Baar

swisseeстетische AG

Erfolgreich dank Wissen
Die Kosmetikbranche durchlebt einen ständigen
Wandel. Es ist nicht einfach, auf dem neusten
Stand zu bleiben. Die Kunden haben immer hö-
here Ansprüche, die rechtlichen Anforderungen
werden komplizierter und die Kosmetikindustrie
bringt laufend neue Produkte auf den Markt.
Wir helfen Ihnen, auf dem neusten Stand zu
bleiben. Profitieren Sie von unserer langjährigen
Erfahrung in der kosmetisch-medizinischen
Branche. Nehmen Sie teil an unseren professio-
nellen Weiterbildungen und Events, lernen Sie
unsere innovativen Produkte und Behandlungen
kennen und lieben.

Seien Sie erfolgreich dank Wissen! Wir freuen
uns auf Sie.

Unsere fundierten Schulungen inklusive Zertifikat
beinhalten unter anderem die folgenden Themen,
bei denen Theorie, sowie auch die praktische An-
wendung kompetent weitergegeben werden:
Anti-Aging, Akne, chem. Peeling, Depigmenta-
tion, Kabinenbehandlungen, Verkaufsprodukte
und viele mehr.

Die aktuellen Kursdaten finden Sie auf unserer Homepage.

swissestetic AG
Blegistrasse 5, 6340 Baar, Schweiz
Tel.: 041 768 80 80
www.swissestetic.ch
Weiterbildungskategorien:
• Medizinische Kosmetik
Marken:
• mesoestetic
• swissestetic

■ Birmensdorf

MED BEAUTY SWISS AG WISSEN SCHAFFT SCHÖNHEIT®

Die anspruchsvolle medizinische Kosmetik wie auch die neue, phyto-medical Kosmetik erfordern eine aktuelle Fachkenntnis für Beratung, Behandlung und Verkauf. Aufbauend auf einer mehr als 30-jährigen Erfahrung, bieten wir Seminare über folgende Marken an: med beauty swiss, Swiss Phyto-Cell, cell premium und Team Dr Joseph – als Distributor für die CH / FL. Unser aktuelles Seminarangebot finden Sie auf unserer Website oder kontaktieren Sie unseren Kundenservice. Wir freuen uns, Sie fundiert und praxisnah auszubilden.

Med Beauty Swiss AG
Weissenbrunnenstrasse 41
8903 Birmensdorf
Tel. 044 260 22 80; Fax. 044 260 22 81
office@medbeauty.com
www.medbeauty.com
www.cellpremium.com
www.swissphtho-cell.com

■ Zürich

Fachakademie für Ästhetische und Medizinische Kosmetik Zürich

Wir setzen uns für ein professionelles Miteinander von Kosmetikerinnen und Ärzten ein. Kosmetikerinnen übernehmen in dieser Zusammenarbeit wichtige Aufgaben als Bindeglied zwischen Patienten und Patientinnen und den Ästhetikmedizinern. Wir bieten insgesamt vierzig Module zur Weiterbildung an:

- Grundlagen der Dermatologie, Anatomie und Physiologie der Haut und Hautkrankheiten medizinische Grundlagen
- Prä- und postoperative Behandlungen
- Bleaching im Intimbereich – (HA, Whitening und Pflege)
- Manuelle Lymphdrainage
- Vampir-Lifting / PRP Therapie
- Coaching von A bis Z für die Kosmetikerin, Kundengewinnung
- Professionelle Mesotherapie freihändig (Theorie und Praxis)
- Cosmeceuticals und Raw Materials in Cosmetic Products
- Onkologie
- Ernährung
- Chemische Peelings, AHAs, BHAs, TCAs, Retinol
- Menopause und Hautbehandlungen
- Buchhaltung, Businesspläne für Selbstständige
- Laserschutzbeauftragtenkurs nach BGV B2 und OStrV
- Faltenbehandlung, Alterungsprozess des Gesichts und Konzepte der Gesichtsanatomie
- Naturkosmetik
- Diamant Mikrodermabrasion mit Ultra-

schall • Hydra Peel Face Prof • Elektro-Muskuläre-Stimulation • Nd:YAG Carbon Peeling Laser • BB Glow • Mesoporation (Mechanische Mesotherapie) • Cold Plasma • Radiofrequenz (Gesicht und Körper) • Pressotherapie • SHR / IPL / Diodenlaser • Hautdiagnose mit Gerät • Plasma Pen • HIFU / Facelift ohne OP (Theorie und Live-Demonstration vom Fachexperten) • RF-Microneedling • Professionelle Mesotherapie mit Mesopistole • Microneedling mit dem Pen • Microneedling mit dem Dermaroller • Kavitation, Ultraschall • Kryolipolyse • Stossquelle • Lichttherapie / Anti Aging • Unterschiede zwischen Diodenlaser, Alexandrit- und Nd:Yag Laser • Grundlagen der Kosmetologie • Grundlagen der Medizin

Nägelihof 1, 8001 Zürich
Tel.: +41 43 818 58 75 / Mobile: +41 79 780 87 08
fmkz.sekretariat@gmail.com, www.fmkz.ch

LASHES

■ Frauenfeld

alessandro Schweiz AG / GL Beautycompany

Die alessandro Schweiz AG zählt durch ihr umfassendes Qualitätssortiment zu den führenden Anbietern von hochqualitativen Produkten und Dienstleistungen in der Schweiz. In unserer modernen Academy in Frauenfeld bilden wir stetig neue Talente aus und begleiten Profis in der Aus- und Weiterbildung. Professionelle Schulungen auf höchstem Niveau rund um das Thema Naildesign, Pediküre, Sugaring-Waxing und Lashes erwarten Sie bei uns.

alessandro Schweiz AG
Bahnhofstrasse 88
8500 Frauenfeld
Tel. 052 762 01 01, info@alessandro.ch
www.alessandro.ch, www.gl-beauty.ch

■ Quartino

VIPLASHES

Die VIPLASHES GmbH bietet seit 2009 professionelle Schulungen in den Bereichen: Wimpernlängerung, Lash Lifting, Brow Lifting, Brow-Henna und Seidenfaden-Lifting ohne Nadel an. Die von erfahrenen Trainerinnen geleiteten Schulungen finden in der ganzen Schweiz statt und sind immer Einzelschulungen. Alle VIPLASHES Produkte werden in Zusammenarbeit mit den Produzenten selbst entwickelt und in Europa hergestellt. Die Naturkosmetiklinie SanPietro-LAB aus Italien führen wir in Kooperation und exklusiv als Distributor. Qualität und Innovation ist unsere Motivation. Unsere Produkte richten sich immer nach der EU-Kosmetikverordnung. Gerne informieren und beraten wir Sie persönlich, denn dies ist bei VIPLASHES immer Chefsache.

Via Quadri 4, CH-6572 Quartino
Tel. 091 858 37 30, info@viplashes.ch
www.viplashes.ch

■ Zürich / Schaffhausen

Luxus Lashes Schweiz

Wir bieten Ausbildungen zur zertifizierten Profi-Wimpernstylistin. Unser Angebot umfasst:

Einsteigerschulungen, Volumenschulungen, Lash- und Brauenlifting sowie Umschulungen nach Wunsch auch in Ihrem Studio.

Bei uns in Schaffhausen erwarten Sie moderne Schulungsräume und kleine Gruppen.

Sie erhalten fachmännisches Wissen mit viel Praxis von Profis mit langjähriger Erfahrung vermittelt.

Gerne informieren und beraten wir Sie persönlich, um für Sie den passenden Schulungstermin zu vereinbaren.

Luxus Lashes Schweiz
Anita Dolder
Stadthausgasse 23, 8200 Schaffhausen
mail@augenblick-sh.ch
www.luxuslashes-schweiz.ch

MAKE-UP

■ Bern

BLEND – Academy of Make-up Artistry Visagistenschule

Ausbildung / Weiterbildung

Die Nummer 1 Ausbildung zum professionellen Hair- & Make-up-Artisten / Visagisten im Herzen von Bern. Unter erstklassigen Bedingungen baust Du Dir im familiären Umfeld eine vielfältige Grundlage auf, um in der Beautybranche durchzustarten. Du lernst alles über Make-up und Hairstyling von Schweizer Top Make-up-Artisten und profitierst von unserem Netzwerk. In aufbauenden Modulen bieten wir eine solide Grundausbildung zum Visagisten für Quereinsteiger und Fachleute sowie Weiterbildungen im Bereich Hairstyling und Make-up. Zudem organisieren wir regelmässige Workshops und Masterclasses.

Aarberggasse 36, 3011 Bern
Tel. 031 312 20 00, mail@blend-academy.ch
www.blend-academy.ch

faces Fachschule für Kosmetik academy of make-up

Professionelle Aus- und Weiterbildungen mit Diplomabschluss für Ihren Erfolg in der Beauty-Branche, all in one. KosmetikerIn, Make-up-Artist/ VisagistIn, Permanent Make-up, Naildesign, Hairstyling, MasseurIn, Lash Extensions, Lash Lifting, Med. Kosmetik (Plasma Corrector, Nano-/ Micro-Needling, LED-Therapie, Hyaluron-Filler).

Spitalgasse 28, 3011 Bern
Tel. 031 312 18 00
info@faces-kosmetikschule.ch
www.faces-kosmetikschule.ch

■ Wetzikon

Visagistenschule Face Design GmbH

Face Design ist seit über 20 Jahren bekannt als die innovativste und kreativste Visagistenausbildung in der Schweiz und wurde im 2022 mit dem Gold Award ausgezeichnet.

In entspannter Atmosphäre begleiten wir dich auf deinem Weg zur Make-up-Artistin. Lernen, geniessen, erfolgreich durchstarten, dank unseren anerkannten Zertifikaten und Diplomen!

An der Visagistenschule Face Design lernst du intensiv und erfolgreich – du erhältst eine Ausbildung auf höchstem Niveau. Wir bieten dir das beste PreisLeistungsverhältnis der Schweiz!

Weitere Vorteile

- E-Learning-Plattform zur Ergänzung des Präsenzunterricht
- Rabatt auf unser gesamtes Make-up- & Pinsel Sortiment
- Topmoderne Infrastruktur mit professionellen Make-up-Stationen
- Kostenlose Trainingseinheiten zur Vertiefung und Vorbereitung (unbeschränkt)
- International erfolgreiches Dozierendenteam – Profis von der Front
- Professionelle Unterstützung vor, während und nach der Ausbildungszeit
- Beratung für Selbstständigkeit, Social Media, Website und Bewerbungsschreiben
- Anerkannte Diplome dank eduQua-zertifiziertem Schulbetrieb
- Kostenlose Parkplätze und gut erreichbar mit ÖV

Zürcherstrasse 91, 8620 Wetzikon
Tel. 044 994 60 40, info@facedesign.ch,
www.facedesign.ch, www.pofy.ch

PERMANENT-MAKE-UP

■ Aarau

MAYKOSMETIK ACADEMY

Perfektion rund um die Uhr. Schönheit ohne Aufwand. Gleichbleibendes Aussehen in allen Lebenslagen. Tag und Nacht eine tolle Ausstrahlung. Träumen Sie auch davon, Ihre Kunden das anzubieten?

Unsere Schulungsangebote:

Grundausbildungen PMU, Microblading, Farbschulung, Korrektur Workshop, PMU Entfernung mit Professional Remover, Workshops Spezial Technik, Candy Lips/ Eyeliner/ Nano Brows/ Herren Pigmentation, Onkologische Pigmentierung, Tricho (Skalp) Pigmentation, Areola- und Narbenpigmentation.

Vertiefen Sie Ihr praktisches Können bei einer Privat-Schulung, auch für Umsteiger geeignet. Ausbildung in Deutsch, Französisch

MAYKOSMETIK ACADEMY
Laurententorgasse 14, 5000 Aarau
+41 62 822 71 87
+41 79 212 08 27
academy@maykosmetik.ch
www.maykosmetik.ch

■ Basel

Conny Egg Cosmetics GmbH

Permanent Make-up Einzelschulung und Weiterbildungs-Seminare auch in Ihrem Institut. Vertrieb von CE und GS-geprüften Geräten (Einstieger- und Profigeräte), Farben, Zubehör.

Hammerstrasse 50
4058 Basel
Tel. 061 681 08 52
Fax: 061 683 11 7
admin@conny-egg-cosmetics.ch
www.conny-egg-cosmetics.ch

■ Dettikon

Natural Design Swiss Academy

- Offizielles PMU Verband Ausbildungsinstitut.
- Über 20 Jahre Erfahrung.
- Grundausbildung mit persönlicher Betreuung bis zu einem Jahr nach der abgeschlossenen Ausbildung.
- Visagistik-Kurs und verschiedene Weiterbildungen.
- Medizinisches Permanent Make-up.
- Areola, Trichopigmentation, SMP
- Modelle werden für Sie organisiert
- Ausbildung in Deutsch, Italienisch, Portugiesisch, Englisch und Spanisch.

Othmarsingerstrasse 3, 5605 Dettikon AG
Tel. 056 535 43 34, www.naturaldesign.ch

NAIL

■ Frauenfeld

alessandro Schweiz AG

Die alessandro Schweiz AG zählt durch ihr umfassendes Qualitätssortiment zu den führenden Anbietern von hochqualitativen Produkten und Dienstleistungen in der Schweiz.

In unserer modernen Academy in Frauenfeld bilden wir stetig neue Talente aus und begleiten Profis in der Aus- und Weiterbildung. Professionelle Schulungen auf höchstem Niveau rund um das Thema Naildesign, Pediküre, Sugaring-Waxing und Lashes erwarten Sie bei uns.

alessandro Schweiz AG
Bahnhofstrasse 88, 8500 Frauenfeld
info@alessandro.ch,
Tel. 052 762 01 01
www.alessandro.ch

■ Mellingen

GRECO AG / LCN

Infos zum Weiterbildungsangebot: Ausbildung zur Nail-Designerin, Ausbildung zur Maniküristin und Workshops Nail-Art.

Obere Bahnhofstrasse 11, 5507 Mellingen
Tel. 056 481 77 88, Fax: 056 481 77 80
info@greco.swiss, www.greco.swiss

FUSSPFLEGE

■ Burgdorf / Dübendorf

SWISS WELLNESS ACADEMY

Mit der Swiss Wellness Academy kommen Sie beruflich weiter. Über 100 Aus- und Weiterbildungen an den Standorten Burgdorf und Dübendorf warten auf Sie. Erfahrene Dozenten und Dozentinnen bilden Sie in den Bereichen Wellness, Kosmetik, Fusspflege, Selbstmanagement, Massage, Hair und Physiotherapie weiter und bieten praxisnahe Verkaufs- und Marketingseminare an. Dank dem Anschluss an die Simon Keller AG profitieren Sie beim Besuch eines Seminars von Sonderkonditionen auf die kursspezifischen Produkte.

Lyssachstrasse 83, 3400 Burgdorf
Tel. +41 34 420 08 04
Fax: +41 34 420 08 01
info@swa.ch, www.swa.ch

HAARENTFERNUNG

■ Aarau

MAYKOSMETIK ACADEMY

Sugaring als Enthaarungsmethode liegt hoch im Trend. Begeistern Sie jetzt Ihre Kunden mit Ihrem erweiterten Angebot als Dermapeepil Sugaring Profi. Mit unseren Ausbildungsangeboten in kleinen Gruppen von 2 bis 6 Teilnehmern können auch Sie diese zuckersüsse Haarentfernungsmethode erlernen und sofort in Ihrem Institut anbieten. Mit der „Dermaepil Basic“ Schulung legen Sie den ersten Grundstein für Ihre Ausbildung. Vertiefen und festigen Sie 4 bis 6 Wochen nach der Basic Schulung am „Praxis Day“ das Gelernte gratis. Mit unserer „Dermaepil Expert Sugaring“ Schulung, werden allfällige Fehlhaltungen angeschaut. Ausbildung in Deutsch, Französisch und Italienisch.

Laurententorgasse 14, 5000 Aarau
+41 62 822 71 87, +41 79 212 08 27
academy@maykosmetik.ch
www.maykosmetik.ch

MASSAGEN

■ Burgdorf / Dübendorf

SWISS WELLNESS ACADEMY

Mit der Swiss Wellness Academy kommen Sie beruflich weiter. Über 100 Aus- und Weiterbildungen an den Standorten Burgdorf und Dübendorf warten auf Sie. Erfahrene Dozenten und Dozentinnen bilden Sie in den Bereichen Wellness, Kosmetik, Fusspflege, Selbstmanagement, Massage, Hair und Physiotherapie weiter und bieten praxisnahe Verkaufs- und Marketingseminare an. Dank dem Anschluss an die Simon Keller AG profitieren Sie beim Besuch eines Seminars von Sonderkonditionen auf die kursspezifischen Produkte.

Lyssachstrasse 83, 3400 Burgdorf
Tel. +41 34 420 08 04, Fax: +41 34 420 08 01
info@swa.ch, www.swa.ch

FARB- & STILBERATUNG

■ Bern/Zürich/Vevey

Koloristika GmbH

Infos zum Weiterbildungs-Angebot:

Koloristika GmbH – Ausbildungszentrum für Farbe, Stil & Image

Wir bieten seit über 37 Jahren eine umfassende, zeitgemässe und massgeschneiderte Aus- und Weiterbildung im Bereich der Farbe, Stil & Imageberatung in der ganzen Schweiz an.

- Dipl. Farb- und ModestilberaterIn Damen SIF auch im Fernlehrgang möglich
- Dipl. StylistIn SIF
- Dipl. Personal ShopperIn SIF
- Dipl. ImageberaterIn Professional SIF
- Diverse Seminare/Workshops

Unsere Standorte:

Koloristika GmbH, Chaumontweg 20,
3095 Spiegel b. Bern

Koloristika & Atelier Joerg Kressig,
Zähringerstrasse 32a, 8001 Zürich

3C Conseil en image, Mme Chantal Cadonin,
Rue du Midi 17, 1800 Vevey

Tel. : +41 31 972 18 19

info@koloristika.ch, www.koloristika.ch



Buchen Sie jetzt Ihren Ausbildungseintrag!

Kontakt: Tobias Klumpp
Tel. 078 212 26 22
tobias.klumpp@health-and-beauty.com

VERBÄNDE



Schweizer Fachverband für Kosmetik
Bernstrasse-West 64, 5034 Suhr, Tel. 062 822 01 33
info@sfkinfo.ch, www.sfkinfo.ch



Der schweizerische Fusspflegeverband
Wisacherstrasse 2a, 8182 Hochfelden, Tel.: 0840 088 088,
info@fusspflegeverband.ch, www.fusspflegeverband.ch



Schweizer Fachverband für
Permanent Make Up (PMU)
Sternenweg 1, 8617 Mönchaltorf, Tel. 079 859 86 05
info@permanentmakeup-verband.ch, www.permanentmakeup-verband.ch



Berufsverband Fusspflege Schweiz – BVFS
Der Schlüssel zur Professionalität
Gasterweg 5d, 8730 Uznach, Tel. 079 826 96 82
berufsverband-fusspflege@mail.ch, www.berufsverband-fusspflege.ch



Schweizer Gesellschaft für medizinische Kosmetik
Dorfstrasse 19a, 6340 Baar
Tel. 078 749 25 88, info@sgmkverband.ch, www.sgmkverband.ch



Schweizerische Informations- und Fachstelle für Farb- und Modestilberatung
Chaumontweg 20, 3095 Spiegel bei Bern
Tel. 031 972 50 13, Fax: 031 971 14 01
info@farbstil.ch, www.farbstil.ch



Offizieller Berufsverband
der Schweizer NaildesignerInnen
Postfach, 3123 Belp, Tel. 079 425 87 74
office@swissnaildesign.ch, www.swissnaildesign.ch



Visagisten Verband der Schweiz
Regensdorferstrasse 32, 8108 Dällikon
Tel. 052 649 10 62, info@vdds.ch, www.vdds.ch

IHRE STERNSTUNDEN IM DEZEMBER

HOROSKOP

Schütze (23.11. – 21.12.)

SETZEN SIE IHRE TALENTE EIN:

Die kosmischen Aussichten sind besonders zum Monatsbeginn recht verheissungsvoll. Setzen Sie dabei auf Ihre Fähigkeit, Optimismus zu verbreiten und Ihre Talente gekonnt in Szene zu setzen. Bleiben Sie aber auch besonnen, überstürzen Sie nichts und versuchen Sie, sich nicht mit anderen zu vergleichen. Konzentrieren Sie sich stattdessen auf Ihre Einzigartigkeit und umgeben Sie sich mit Menschen, die sich auf Ihrer Wellenlänge befinden, denn Sie sind jetzt sehr kontaktfreudig. In finanziellen Angelegenheiten beweisen Sie Weitblick.

DAS LIEBES-SPECIAL FÜR DIE GEBURTSTAGSKINDER:



In den kommenden Wochen bezaubern Sie Ihre Liebsten nicht nur mit sehr viel Charme, sondern auch mit Ihrer Grossherzigkeit. Kein Wunder, dass es zahlreiche Liebesbeweise gibt, die Ihr Herz höherschlagen lassen. Allerdings spielt auch die Eifersucht eine grössere Rolle als sonst. Ausserdem zeigt sich, dass Männer und Frauen einfach unterschiedlich ticken. Aber deshalb ergänzen sie sich perfekt! Sollten Sie noch solo durchs Leben gehen, stehen die Chancen, von Amors Pfeilen getroffen zu werden, in der ersten Dezemberwoche am besten.

2 Steinbock (22.12. – 20.1.):
Ihr Wohlfühllevel steigt von Woche zu Woche! Es fällt Ihnen leicht, in Balance zu kommen und sich mit Ihren Visionen und Zielen auseinanderzusetzen, denn Merkur versorgt Sie ab dem 07.12. mit vielen guten Ideen. Und auch in der Liebe läuft es ab dem 11.12. rund.

♉ Stier (21.4. – 20.5.):
Ab dem 07.12. bestimmt Merkur, wo es lang geht. Der Businessplanet beflügelt Ihren Geist und pusht auch Ihre Geschäftstüchtigkeit und Ihr Kommunikationstalent. Zusammen mit Jupiter serviert er Ihnen bis zum 20.12. Erfolgchancen, bei denen Sie zugreifen sollten.

♍ Jungfrau (24.8. – 23.9.):
Für Ihr Perfektionsstreben stellt der Dezember eine ziemliche Herausforderung dar! Zu hohe Ansprüche und die Tendenz, sich zu verzetteln sorgen für Chaos. Vor allem in den ersten sechs Dezembertagen sollten Sie deshalb keine wichtigen Entscheidungen treffen.

♊ Wassermann (21.1. – 19.2.):
Der kosmische Fahrplan beschert Ihnen zum Jahresende einen richtig guten Lauf! Sonne und Mars statten Sie spürbar mit Vitalität, Begeisterung, Mut und Selbstbewusstsein aus und bringen Ihre ehrgeizige Seite hervor.

♊ Zwillinge (21.5. – 21.6.):
Übertriebener Ehrgeiz könnte sich jetzt als Erfolgskiller erweisen. Meiden Sie Sprunghaftigkeit und egoistische Alleingänge. Vor allem im 1. Monatsdrittel fällt es Ihnen schwer, das rechte Mass (auch finanziell) zu finden. Ab dem 22.12. stehen Sie wieder auf der Gewinnerseite.

♎ Waage (24.09. – 23.10.):
Anfang des Monats segeln Sie noch in ruhigen Gewässern. Ab dem 07.12. durchkreuzt Minus-Merkur Ihren Lauf und fordert Sie auf, sich auf das Wesentliche zu fokussieren, Prioritäten zu setzen und achtsam zu kommunizieren. Extra-Ausgaben sollten Sie vermeiden.

♓ Fische (20.2. – 20.3.):
In der ersten Dezemberwoche wissen Sie wahrscheinlich gar nicht, wo Ihnen der Kopf steht. Ab dem 07.12. entspannt sich die Lage. Merkur und Jupiter helfen, den physischen Kräfteverlust durch mentale Stärke und jede Menge Optimismus auszugleichen.

♋ Krebs (22.6. – 22.7.):
Ein Stimmungstief ist im Anflug: Ihre Vitalität schwächelt und Sie sehen die Dinge schwärzer als sie sind. Lassen Sie sich nicht von den negativen Meinungen anderer runterziehen. Bleiben Sie realistisch und finanziell zurückhaltend.

♏ Skorpion (24.10. – 22.11.):
Auch wenn nicht alles nach Plan läuft, fühlen Sie sich jeder Situation gewachsen. Merkur lässt Sie Karrierepunkte sammeln und ab dem 11.12. brechen wunderbare Zeiten in der Liebe an. Venus sorgt für Harmonie und Zweisamkeit.

♈ Widder (21.3. – 20.4.):
Ab dem 07.12. steht Merkur quer, weshalb Sie sich geistig erschöpft fühlen und an Konzentrationsfähigkeit und Überzeugungskraft einbüssen. Auch finanziell ist mit Minus-Merkur und Minus-Venus eher Vorsicht geboten.

♌ Löwe (23.8. – 23.8.):
Sonne und Mars pushen Ihre Aufbruchenergien und Erfolgchancen. Vorausgesetzt, Sie sind engagiert und bereit, Verantwortung zu übernehmen. Sollten Sie eine Vision im Kopf haben, dann gehen Sie jetzt in die Umsetzung.



Jutta Gilch

ist Kosmetikerin und selbstständige Astrologin. Ihr Ziel als Beautycoach besteht darin, energetische Blockaden aufzulösen, die uns daran hindern, das Schöne in und um uns zu pflegen.

IMPRESSUM

29. Jahrgang 2022
www.beauty-forum.ch

Copyright
Health and Beauty Germany GmbH,
Ettlingen/Deutschland

Offizielles Organ der:
BEAUTY FORUM SWISS

Herausgeber und Verlag
Health and Beauty Marketing
Swiss GmbH

Geschäftsführer:
Roger von Ah, Roberto Valente
Zinggendorferstrasse 1a
6006 Luzern

Tel. 041 417 07 70; Fa 041 417 07 71
www.health-and-beauty.ch
info@health-and-beauty.ch

**Director Health and Beauty
Marketing Swiss GmbH**

Sebastian Moser
Tel. +49 7243 7278-110
sebastian.moser@
health-and-beauty.com

Manager Publishing Editor-in-Chief

Jaqueline Kramer
Tel. +49 7243 72 78 197
jaqueline.kramer@
health-and-beauty.com

Senior Manager Graphics Department

Rolf Jäger
Tel. +49 7243 72 78 194
rolf.jaeger@health-and-beauty.com

Expertenbeirat

Aline Stephanie Furrer, Jacqueline
Kennedy, Caroline Rindlbacher,
René Schätti, Gisela Warthmann

Customer Service

Martina Sidler
Tel. 041 417 07 78
martina.sidler@health-and-beauty.ch

Director Media Sales

Florian Knobloch
Tel. +49 7243 72 78 116
florian.knobloch@
health-and-beauty.com

Manager Media Sales

Tobias Klumpp
Tel. 078 212 26 22
tobias.klumpp@health-and-beauty.com

Jenny Würtenberger
Tel. +49 7243 72 78 198
jenny.wuerthenberger@
health-and-beauty.com

Associate Sales Support

Estelle Schütz
Tel. +49 7243 7278 217
estelle.schuetz@
health-and-beauty.com

Anzeigenpreisliste
vom 01.01.2022

Bezugspreise

Einzelpreis pro Heft: CHF 9.- inkl. Porto
Jahresabonnement: für 10 Ausgaben
CHF 79.- inkl. Porto
Schülerabo: CHF 50.- inkl. Porto

**Verlagsrepräsentanten Ausland
Deutschland und Österreich**

Health and Beauty Germany GmbH
Ludwig-Erhard-Str. 2
D-76275 Ettlingen

Postfach 10 04 11
D-76258 Ettlingen
Tel. +49 7243 7278-0;
Fax +49 7243 7278-227
www.beauty-forum.com

Frankreich

Health and Beauty
Marketing France SARL
5, Rue Geoffroy Marie
F-75009 Paris
Tel. +33 1 84 79 27 80
info@health-and-beauty.fr
www.beauty-forum.fr

Griechenland

Beauty Greece Tsirimokou O.E.
Vouliagmenis Ave 415 &
Ergaton Typou 2
16346 Ilioupoli
GR-11710 Athen
Tel. +30 210 9010016
Fax +30 210 9016663
info@beautygreece.gr
www.beautygreece.gr

Italien

ZeroVenti, Loris Sparti
Via Valprato, 68
I-10155 Torino
Tel. +39 348 2247176
loris.sparti@zeroventi.com

Polen

Health and Beauty Media Sp.z.o.o.
ul. Kubickiego 9/3
PL-02-954 Warszawa
Tel. +48 22 858 79 55
Fax +48 22 858 79 53
malgorzata.szulc@health-and-beauty.pl
www.health-and-beauty.com.pl

Ungarn

Health and Beauty Business
Media Hungary Kft.
Hattyú utca. 14.8 et
H-1016 Budapest
Tel. +36 1 45 70 067
Fax +36 1 20 13 248
www.health-and-beauty.hu

Slowenien

Apertus d.o.o.
Kamniska ulica 12
SLO-2000 Maribor, Slowenien
Tel. +38 65 1335319, d.kukovec@apertus.si

Nachdruck (auch auszugsweise)

verboten. Vervielfältigungen jeder Art
bedürfen der schriftlichen Genehmigung
des Verlages. Fremdbeiträge, die mit
Namen des Verfassers gezeichnet sind,
geben nicht unbedingt die Meinung der
Redaktion wieder. Für unverlangt einge-
sandte Manuskripte wird keine Haftung
übernommen. Die Redaktion behält es
sich vor, Leserbriefe oder andere Beiträge
evtl. gekürzt zu veröffentlichen oder zu zi-
tieren und die Bebilderung der Fachartikel
selbst vorzunehmen.

Druck:

L.N. Schaffrath GmbH & Co. KG DruckMe-
dien, Marktweg 42-50, D-47608 Geldern

NR. 01/23 ERSCHEINT AM 16. JANUAR 2023

VORSCHAU



DOSSIER:

GANZHEITLICHE
WOHLFÜHLKONZEPTE

Wenn Ihre Kundinnen vom Winterblues geplagt werden, dann helfen Sie ihnen doch mit dem passenden Wohlfühlkonzept aus dem Stimmungstief. In der nächsten BEAUTY FORUM ED. SWISS erfahren Sie, wie Sie mit ganzheitliche Entspannungsmethoden punkten können!

HYBRID-
KOSMETIK

Wenn Make-up und Pflege sich
vereinen.

EYEBROW
TRENDS

Ob Eyebrow-Lifting oder Henna-
Brows: Wir zeigen Ihnen die Trends.



ABO-HOTLINE:

Tel. 041 417 07 70

WERBEPARTNER IN DIESER AUSGABE

BTB BioTech Beauty AG Swiss	U2
CellCare Lab AG	13
Health and Beauty Marketing Swiss GmbH	15, 21, U3
Lydia Dainow Suisse Cosmetic GmbH	9
swissestetic AG	U4



4 FRAGEN AN

EINFACH LEBEN!

In unserer Serie „Einfach leben!“ fragen wir Menschen aus der Beauty-Branche, wie sie sich in ihrem Alltag fit halten, wie sie sich entspannen können und was ihr liebstes Reiseziel ist. Lassen Sie sich inspirieren von ...



WERNER STRICKER

hat vor über 13 Jahren zusammen mit einem bekannten Arzt aus Küsnacht ZH die swissestetic AG gegründet. Vor knapp zehn Jahren kam in Deutschland die Silkmed-Distribution GmbH dazu. Kurze Zeit später stiess Sandra Flury, die seit 2013 erfolgreich das Unternehmen leitet, hinzu.

1

Was machen Sie, wenn Sie freihaben?

Freihaben – das ist beinahe ein Fremdwort! Leider kann ich die Tage an einer Hand ablesen, an denen ich gedanklich nicht im Geschäft bin. Aber mir macht dies Freude. Für gute Gespräche mit Freunden und herzhaftes Lachen finde ich aber immer Zeit.

2

WAS IST IHR LIEBSTES REISEZIEL UND WARUM?

Ganz klar El Gouna, Ägypten! Dort herrscht praktisch immer schönes Wetter, und selbst im Winter fällt das Thermometer kaum unter 20 Grad. Sawiris sei Dank, dass man mit nur vier Stunden Flugzeit eine so schöne und sichere Feriendestination erreichen kann.

3

Was tun Sie, um zu entspannen?

Meine Ehefrau und ich sind leidenschaftliche Golfer und zudem seit 23 Jahren glücklich verheiratet. Beim Golfspiel muss man zwingend abschalten und sich auf das Spiel konzentrieren. Das Schöne daran ist, dass man nach der Runde meist zusammen mit Freunden noch ein Glas Wein trinkt und über das Leben philosophiert. Ich persönlich geniesse es, in einem entspannten Umfeld eine feine kubanische Zigarre zu rauchen.



Auf jeden Schlag konzentrieren – dabei findet Werner Stricker beim Golfen Ruhe.

4



Bei Werner Stricker geht es auch gerne hoch hinaus.

WIE HALTEN SIE SICH FIT & HEALTHY?

Wandern in der Schweiz ist eine so tolle Sache. Dabei denke ich oft, dass ich nun die schönsten Flecken der Schweiz gesehen habe, aber ich täusche mich regelmässig. Besonders im Herbst, wenn sich der Wald farblich verändert und der Himmel tiefblau ist, kann ich stundenlang laufen, denn dann empfinde ich das Wandern am schönsten.

WIR SAGEN

*Danke
schön*

FÜR EIN JAHR GUTER UND VERTRAUENSVOLLER
ZUSAMMENARBEIT.

DAS GESAMTE BEAUTY FORUM-TEAM
WÜNSCHT EIN FROHES UND BESINNLICHES
WEIHNACHTSFEST IM KREISE IHRER LIEBEN.
ZEIT ZUM GENIESSEN UND INNEHALTEN IN
DIESER SCHNELLLEBIGEN ZEIT.

BEAUTY FORUM
BE INFORMED, BE INSPIRED, BE YOURSELF!

www.beauty-forum.ch

mesoestetic®

85



Me

mesopeel

Hauterneuerung auf höchstem Niveau

the element for skincare experts

swissestetic®
medical solution

Blegistrasse 5 | 6340 Baar | Tel. 041 768 80 80
www.swissestetic.ch | kontakt@swissestetic.ch