

BE INFORMED, BE INSPIRED, BE YOURSELF!

ZWEITER FRÜHLING

PARTNERSCHAFT
IM ALTER

LUST AUF FARBE

TRENDS IN SACHEN DEKORATIVER
KOSMETIK FÜR HERBST/WINTER

DOSSIER:

GOLDENER HERBST

PFLEGE UND TREATMENTS FÜR
FRAUEN IN DER MENOPAUSE



MENO-FREE
by bellabaci

MENOPAUSE KEIN GRUND, INS SCHWITZEN ZU KOMMEN

Eine neue Lebensphase beginnt! Nun darf frau mit Stolz auf das zurückblicken, was sie bereits erreicht hat!

MENO-FREE by bellabaci

Die speziell zusammengestellten Inhaltsstoffe der Meno-Free-Produkte lindern die Symptome der Menopause an Körper, Geist und Seele. Rein vegane, wild geerntete, natürliche Inhaltsstoffe, vereint in einer einzigartigen Formel, unterstützen die moderne Frau in dieser ganz besonderen Phase der Veränderung.

Ihre Vorteile:

- rein natürliche Inhaltsstoffe
- wirkt gegen Hitzewallungen
- erholsamer Schlaf
- stimmungsaufhellend
- verdauungsregulierend
- Entspannung für Muskel und Gelenke



ALLE ONLINEBESTELLUNGEN JETZT PORTOFREI



Simon Keller AG
Lyssachstrasse 83
3400 Burgdorf

+41 34 420 08 00
info@simonkeller.ch
www.simonkeller.ch

Keller
simonkeller.ch

ALLE ZEICHEN *stehen auf Sturm!*

Mit den letzten heissen Tagen verabschiedet sich der Sommer und überlässt die Bühne dem Herbst, der nicht anders kann, als launisch zu sein. So schön sein farbenfrohes Naturschauspiel ist, so gefürchtet sind auch seine Stürme. Ja, der Jahreszeitenwechsel ist eine aufregende Zeit mit vielen Veränderungen. Und wie begegnet man einem Wandel am besten? Genau, mit positiver Energie. Denn auf Regen folgt Sonne. Mit diesen optimistischen Vibes starten wir auch in unsere neue Ausgabe, die sich ganz dem Thema „Menopause“ widmet. Eine Phase im Leben der Frau, die nicht unbeständig sein könnte.

Mit der richtigen Vorbereitung ist sie aber gut gewappnet, es mit allen Widrigkeiten aufzunehmen, wie der Artikel „Pro Aging“ aufzeigt. Welche Pflegebehandlungen in dieser Zeit besonders guttun, ist Thema in unserem Dossier „Alles wieder im Gleichgewicht“. Mit „Natürlich schön“ geben wir Frauen einen Guide an die Hand, sich so jung zu fühlen, wie sie es gerne möchten, u. a. mit Unterstützung der ästhetischen Medizin. Etwas weniger drastisch, dafür aber genauso schön, unser Step-by-Step „Best Ager“. Bei so viel Schönheit darf ein Thema natürlich nicht fehlen: die Liebe! Sie kennt kein Alter und beflügelt zu jeder Zeit, wie man im Artikel „Zweiter Frühling“ lesen kann. Nun wünschen wir Ihnen viel Spass und Inspiration beim Lesen! Lehnen Sie sich zurück und geniessen Sie alles, was der Goldene Herbst zu bieten hat.



Ihre

Judith Lorenzon

Judith Lorenzon (re.)

Editor-in-Chief BEAUTY FORUM Ed. Swiss

&

Nadine Schwarz

Nadine Schwarz (li.)

Deputy Editor-in-Chief BEAUTY FORUM Ed. Swiss



INHALT

SEPTEMBER 2024

34

SKIN & BODYCARE CLASSICS

Pflege

- 6** **Aufs Umfeld kommt es an**
Umwelteinflüsse auf die Haut
- 11** **SOS! Erste Hilfe für die Haut**
Bessere Haut dank Skin Coaching
- 14** **Skincare-Hopping**
Änderungen in der Pflege-routine
- 17** **Was würden Sie tun?**
Serie

NATURAL & ORGANICS

Naturkosmetik

- 18** **Naturkosmetik trifft Bio-technologie**
Was versteht man unter Hightech-Naturkosmetik?

HIGH COMPETENCE

Apparative Kosmetik

- 20** **Fleck, lass nach!**
Effektive Entfernung von Sonnen- und Pigmentflecken

Medical Beauty

- 22** **Natürlich schön**
Methoden der sanften Verjüngung

BUSINESS & COMMUNITY

- 42** **Produktnews**
- 43** **Institut des Monats**
AB DERMALOUNGE GMBH
- 47** **Branchen-News**
- 48** **Ja, like mich doch!**

STYLE & FASHION

- 49** **Best Ager**
Step-by-Step Make-up-Look
- 53** **Farbfest**
Herbst/Winter Trends 24

LIFESTYLE & SELFCARE

Ernährung & Fitness

- 56** **Höhen und Tiefen**
Serie, Teil 2
Zyklisch Leben

DOSSIER

PRO AGING

Der Goldene Herbst ist für die Frau eine Zeit der Herausforderungen, der man am besten mit positiver Energie und den richtigen Pflegeprodukten begegnet.

- 31** **Intro**
In der Menopause verändert sich vieles, darunter auch die Haut. Welche Hautpflege braucht es jetzt?
- 32** **Die Haut in den Wechseljahren**
Die Rolle der Hormone und entsprechende Therapien
- 34** **Pro-Aging**
- 38** **Die Aromen der Menopause**
Die helfende Kraft ätherischer Öle
- 40** **Alles wieder im Gleichgewicht**
Treatments in den Wechseljahren



20

FLECK, LASS NACH!

Entfernung von Hautflecken



58

ZWEITER FRÜHLING

Neue Liebe im Alter finden

58 Zweiter Frühling

Neue Liebe im Alter

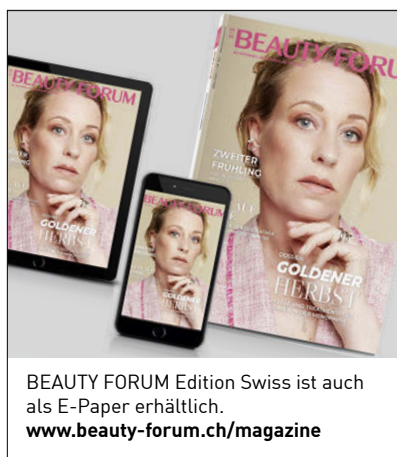
Personality

66 Einfach leben!

Serie: 4 Fragen an Beni Durrer

IN JEDER AUSGABE

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



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

Titelbild + Cover-Look
Fotos: Ngan Nguyen
Make-up: Iliana Illien
Stylist: Lucine Ayanian
Model: Sonja Kosanetzky



BEAUTY FORUM
 MÜNCHEN by COSMOPROF

26.+27.10.2024
 Messe München

Jetzt Ticket sichern!
www.beauty-fairs.de/muenchen



FEEL THE INSPIRATION!

AUFS UMFELD KOMMT ES AN

Die Haut ist biologisch optimal darauf ausgerichtet, sich gegen den Organismus schädigende Einflüsse zu schützen. Diese Funktionen können durch die richtige Hautpflege unterstützt werden. Aber welche Wirkansätze stecken hinter sogenannten „Anti-Pollution-Produkten“, und welche äußeren Einflüsse bedeuten für unsere Haut den größten Stress?

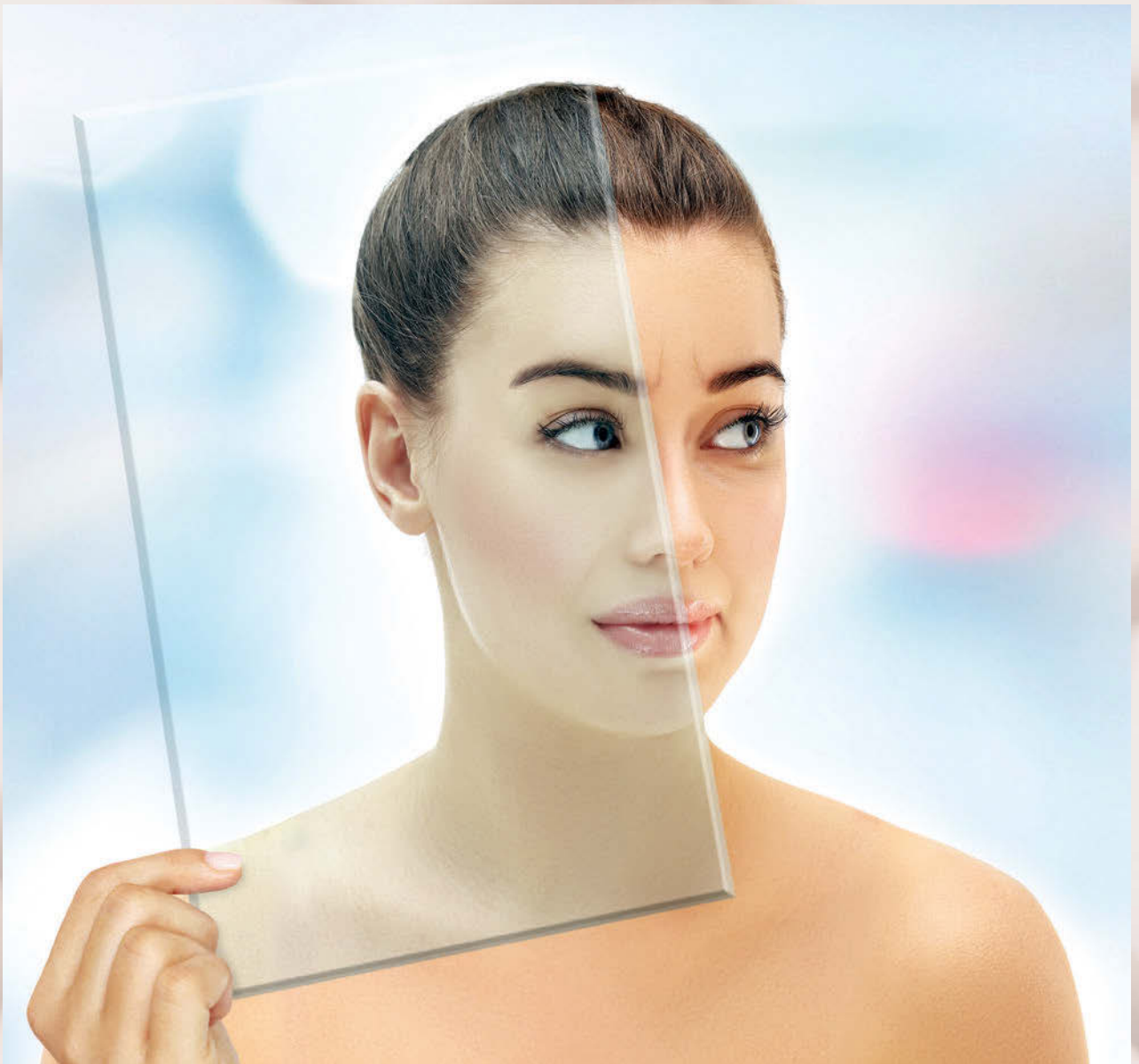


FOTO: LADO, PIVASET/SHUTTERSTOCK.COM

Unser Körper ist darauf angelegt, Leistungen zu erbringen, dabei Energie zu verbrauchen sowie im Anschluss in Ruhephasen sich der Regeneration zu widmen. Damit diese Regeneration optimal verlaufen kann, muss der Körper gesund sein und gut ernährt. Ein Umstand, der sich mit einem gesunden Lebensstil erreichen lässt. Dazu gehören u. a. gute Luft, sauberes Wasser, möglichst viel Bewegung und die Vermeidung von schädlichen Substanzen wie etwa Nikotin, Alkohol und anderen chemischen Substanzen, die den Alltagsprodukten und Lebensmitteln zugesetzt werden.

GUTE UND SCHLECHTE UMWELTEINFLÜSSE

Wichtige, weitere schädliche Substanzen und Umweltgifte, die einen negativen Effekt auf Körper und Haut haben, sind Pestizide, Feinstaub, Mikroplastik, zu viel UV-Strahlung oder schädliche elektrische Felder, um nur die gängigsten Faktoren zu nennen. Natürlich gibt es auch positive

Regenerationsfähigkeit der Haut bei, wie es gute Wirkstoffe täten. Diese Stoffgruppen entfalten keine positive Wirkung für die Haut, sondern dienen nur der Haptik des Produktes oder entfalten andere Produkteigenschaften, gaukeln eine glatte Haut vor oder verbessern die Auftragung von dekorativer Kosmetik.

Zu Mikroplastik gehören flüssige Stoffe wie Paraffinöl und andere ausgehärtete Kunststoffe. Diese Kleinstpartikel aus Plastik, die teils lediglich zum Peeling verwendet werden, bleiben wie die nicht biologisch abbaubaren Paraffinöle in der Umwelt. Sie konsequent zugunsten anderer Produktformulierungen zu meiden, hilft, die Nutzung dieser Stoffgruppen schnell zu beenden.

OZON

In der Atmosphäre absorbiert die Ozonschicht UV-Strahlung und vermindert damit UV-Exposition. Ozon in der Atemluft wirkt als ein Reizgas. An Tagen mit hoher Ozonkonzentration leiden viele Menschen

SCHON GEWUSST?

Das Leibniz-Institut für umweltmedizinische Forschung (IUF) in Düsseldorf zeigte in einer Studie (2010) mit 400 älteren Frauen aus dem ehemals stark belasteten Ruhrgebiet, dass die Probandinnen 20 Prozent mehr Pigmentflecken hatten als Frauen aus ländlichen Gebieten. Neben der Wirkung von Abgasen auf die Hautpigmentierung gibt es zudem Hinweise darauf, dass durch Feinstaub mehr Falten entstehen können.

Atmung durch Sport oder Arbeit im Freien kann Ozon tiefer in das Lungengewebe eindringen, dort das Gewebe schädigen und Entzündungen hervorrufen.

Im Gegensatz zur Veränderung der Lungenfunktionswerte bildeten sich entzündliche Reaktionen des Lungengewebes nur langsam zurück. Atemwegs- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind mit dem Auftreten erhöhter bodennaher Ozonkonzentrationen assoziiert. Hierbei spielt das Zusammenspiel mit Hitze als Co-Faktor eine Rolle, die die Bildung von Sommersmog fördert.

UV-STRAHLUNG KANN DAUERHAFTES HAUTVERÄNDERUNGEN HERVORRUFEN, DIE ALS UV-SCHÄDIGUNG MESSBAR SIND.

Einzelfaktoren, z. B. reine Luft und frisches Trinkwasser, die ebenfalls wichtig sind, ausgleichend wirksam und ein interessantes Thema für sich. In diesem Artikel soll es aber hauptsächlich um die negativen Einflüsse gehen, denen unsere Haut tagtäglich ausgesetzt ist.

MIKROPLASTIK

Jedes Jahr werden allein in Europa aus Kosmetikprodukten etwa 3800 Tonnen Mikroplastik in die Umwelt, meist in das Wasser, emittiert. Das ist eine absolut vermeidbare Verschmutzung, die Flora, Fauna und auch den menschlichen Organismus nachweisbar schädigt, denn das Mikroplastik trägt nichts Positives zur

an Reizerscheinungen der Augen, Atemwegsbeschwerden (Husten) und Kopfschmerzen. Diese Reizungen treten bereits unabhängig von der körperlichen Aktivität auf, können aber bei sportlicher Aktivität noch verstärkt sein.

Ihr Ausmass wird primär durch die Aufenthaltsdauer in der ozonbelasteten Luft bestimmt. Bei Kindern und Erwachsenen wurden in den Lungen eine verminderte Atemfunktion sowie in der Folge eine Einschränkung der körperlichen Leistungsfähigkeit dokumentiert. Diese funktionellen Veränderungen und Beeinträchtigungen normalisierten sich im Allgemeinen spätestens 48 Stunden nach Expositionsende. Bei einer vertieften

UV-STRAHLUNG

UV-Strahlung ist Teil des Lichtspektrums, welche aber für den Menschen nicht sichtbar ist. Die darin enthaltene Energie spüren wir später, wenn wir zu viel von dieser Energie aufgenommen haben: Sie zeigt sich in Hautrötungen und anderen physiologischen Entzündungszeichen im Extremfall als Sonnenbrand. Dies schadet unserem Körper, verursacht Veränderungen in unserer DNA, trägt zur Bildung von Radikalen bei, das sind biochemisch veränderte Moleküle in unserem Körper, die weitere Veränderungen in den Hautzellen verursachen.

Die Haut verfügt über mehrere biologische Prozesse, um entzündliche Veränderungen zu reparieren. Doch diese Regenerationsfähigkeit hat auch Grenzen. UV-Strahlung kann daher dauerhafte Hautveränderungen hervorrufen, die als UV-Schädigung

Gut gewappnet gegen schädliche Umwelteinflüsse

Wer bei der täglichen Pflege- und Beauty-Routine ein paar einfache Regeln befolgt, reduziert die Wirkung von Umweltbelastungen auf die Haut und vermindert das Risiko für vorzeitige Hautalterung, Zellschädigung durch freie Radikale, sogenannte aggressive Sauerstoffmoleküle, Schädigung der Hautschutzbarriere und Pigmentstörungen.

1. Gesunder Lebensstil: dazu gehören u. a. ausreichend Bewegung und eine ausgewogene Ernährung mit regelmäßig frischem Obst und Gemüse, die viel Vitamin C, E und Biotin sowie Mineralien wie Zink oder Magnesium enthalten.
2. Reinigung der Haut: Morgens und abends gründlich Schmutzpartikel mit milden Reinigungsprodukten entfernen.
3. Pflege: Feuchtigkeitsspendende Cremes oder Lotionen mit Antioxidantien verwenden, Toner und Pflegeprodukte mit feuchtigkeitbindenden und zellregenerationsunterstützenden Wirkstoffen einsetzen; zusätzlich ein- bis zweimal die Woche spezielle Masken oder Peelings.
4. Beauty-Routine: Zusätzlich auf Make-up mit Inhaltsstoffen setzen, die freie Radikale abwehren und die Hautschutzbarriere stärken sowie einen UV-Schutz aufweisen.

messbar sind. Diese Schädigungen verstärken die Mikronarbenbildung (UV-Alterung) mit Faltenbildung. Einige weitere unsichtbare Veränderungen korrelieren mit dem Risiko für Hauterkrankungen, insbesondere sind sie ein signifikanter Risikofaktor für Hautkrebs (z. B. Melanom).

NICHTS MUSS, ALLES KANN

Einen möglichst gesunden Lebensstil erreichen wir, wenn wir im Alltag an vielen Stellen einfach die richtige Wahl treffen. Dabei geht es weniger um absoluten Verzicht, sondern um das gesunde Mittelmaß. Es gilt also abzuwägen, denn manche sogenannte schädliche Faktoren sind in einer geringen Menge Teil eines positiven und freudigen Lebensstils. Es ist dann besser, diese bewusst zu geniessen, als sie streng zu vermeiden und in die „Spessfreiheit“ abzugleiten. Gleichzeitig kann man bestimmte Expositionen schlichtweg einfach nicht vermeiden. In diesem Fall spielt dann z.B. bei der Haut der präventive Schutz oder die Reinigung die entscheidende Rolle. Letztlich ist es also immer eine Abwägung zwischen dem, dem man sich aussetzen will oder muss, und dem, was man als schützende Massnahme vorher oder nachher vornimmt.

BEWUSSTE ENTSCHEIDUNGEN

In manchem Zusammenhang ist das gesunderhaltende Verhalten verhältnismässig leicht umzusetzen. Das wird an dem Beispiel der Sonnencreme deutlich. Es ist sinnvoll, sich

gegen ein Zuviel an UV-Strahlung zu schützen. Es stehen verschiedene Konzepte zur Verfügung wie physikalische oder chemische Filter mit bestimmten Anwendungsvorteilen: physikalische wirken sofort, chemische Filter haben Vorteile, weil sie nach Aufnahme in der Haut wirken und nicht durch Transpiration oder beim Baden abgespült werden.

Das ist der Entscheid über die intelligente Anwendung, auf sich selbst bezogen. Mit der Auswahl des Produktes schütze ich aber nicht nur mich selbst, sondern entscheide darüber, welche Substanzen möglicherweise die Flora und Fauna im Badensee schädigen oder als Mikroplastik in den Gewässern landen.

NACHHALTIGER SCHUTZ

Es gibt moderne Produktkonzepte, die besten Hautschutz mit optimalem ökologischen Fussabdruck verbinden. Dazu gehören auch die Produkte, die unter dem Sammelbegriff Anti-Pollution-Beauty zusammengefasst werden.

Beim Anti-Pollution-Ansatz liegt der Fokus, wie der Name erahnen lässt, auf Stärkung und Schutz der Haut vor Umweltbelastungen – sogenannten Umweltstressoren, welche die Regenerationsfähigkeit der Haut erschweren und verlangsamen. Ihre Aufgabe ist es, die Haut in ihrer natürlichen Barrierefunktion durch eine gesunde Pflege bestmöglich zu unterstützen, ohne sie durch Aufnahme-Enhancer oder vermeidbare Konservierungsstoffe selbst wiederum zu belasten.

Was heisst Anti-Pollution ?

Pollution ist das englische Wort für Umweltverschmutzung. Zur Umweltverschmutzung zählen z. B. Feinstaubbelastung, Abgase, erhöhte Ozonwerte und Zigarettenqualm.

Weitere Kriterien sind die effiziente Reinigung und die Resilienz der Haut, so gut es geht, zu fördern.

ANTI-POLLUTION IST NICHT GLEICH ANTI-POLLUTION

Feinstaub und andere schädliche Partikel, die sich auf der Haut tagsüber ablagern, lassen unser größtes Organ schlechter atmen; die Sauerstoffzufuhr und der Stoffwechsel werden verlangsamt. Das bleibt nicht ohne Folgen: Die Poren verstopfen, und das führt auf lange Sicht zu Hautunreinheiten und einer veränderten Hautstruktur. Außerdem wirkt das Hautbild fahler und verliert seinen natürlichen Glanz. Mit einer sanften Tiefenreinigung werden die winzigen Mikropartikel sicher entfernt.

Auch hier spielt aber das Produktkonzept ähnlich wie beim Sonnenschutz eine enorme Rolle, denn falsch ausgewählte Produkte können zwar eine Reinigungsfunktion entfalten, aber selbst Stoffe enthalten, die das Hautbild oder die Umwelt schädigen. Nicht alle reinigenden bzw. pflegen-



BEAUTY FORUM MÜNCHEN by COSMOPROF

26.+27.10.2024
Messe München

ERLEBEN SIE DAS VIELFÄLTIGE AUSSTELLUNGSANGEBOT!

Die BEAUTY FORUM MÜNCHEN bietet eine breite Ausstellung aus der professionellen Kosmetik. Die Kombination innovativer Trendthemen und klassischer Angebote präsentiert einen ganzheitlichen Überblick.

Die klassischen Ausstellungsbereiche:

- **Kosmetik** mit den Bereichen Cosmetic Exclusiv und Cosmetic Direct
- **Fuß/Podologie** mit Barfußpfad und Vortragsbereich FUSS FORUM
- **Nail, PMU und Lashes mit neuen Features:** Live Area – der Vortragsbereich für Präsentationen, Live-Demos & Expertentalks und Nail Presentation Area

Die Trendthemen:

- **Start-up-Area:** Newcomer der Branche mit spannenden Innovationen
- **Naturkosmetik & Nahrungsergänzung:** Ausstellungsbereiche mit ganz eigenem Look & Feel, Vitaminbar mit kostenfreien Shots und Vortragsfläche Holistic Speaker Area

**FEEL THE
INSPIRATION!**

BEAUTY FORUM MÜNCHEN
erleben!

Infos und Tickets

www.beauty-fairs.de/muenchen



SCAN ME



Mit der richtigen Anti-Pollution-Kosmetik lässt sich ohne schlechtes Gewissen die Welt draussen geniessen.

den Produkte erfüllen demnach die Kriterien einer Anti-Pollution-Pflege.

WIE GENAU SCHÜTZT ANTI-POLLUTION-KOSMETIK DIE HAUT?

- Zum einen bildet sie eine Schutzschicht auf der Haut: Denn es ist wichtig, den Biolipidfilm der Haut zu bewahren und damit den Feuchtigkeitshaushalt in einem gesunden Gleichgewicht zu erhalten. Damit kann sich der Stoffwechsel der Hautzellen an der Basalmembran dem Aufbau und der Vielzahl an biologischen Prozessen widmen. Ectoin ist beispielsweise sehr gut geeignet, um die Zellmembran zu stabilisieren. Dieser Wirkstoff wird von Bakterien gebildet, die sich vor extremen Umweltbedingungen wie hohen Temperaturen und starker UV-Strahlung schützen müssen.
- Zum anderen bringt sie die Wirkstoffe tief in die Haut ein. Das ist wichtig, weil durch Umweltstres-

soren freie Radikale – sogenannte aggressive Sauerstoffmoleküle – in der Tiefe der Haut entstehen, welche die zellulären Strukturen schädigen. Mithilfe von Anti-Pollution-Pflege wird eine spezifische Wirkstoffkosmetik mit wissenschaftlich nachgewiesenen Antioxidantien, wie zum Beispiel Vitamin C und E, tief unter die Haut gebracht, die sich gezielt an den sogenannten Aryl-Hydrocarbon-Rezeptoren (Ah-Rezeptoren) in den Zellen andockt und damit den Schadstoffen „den Platz wegnimmt“. Der Anwendungseffekt ist unmittelbar sichtbar durch ein stabileres, vitaleres Hautbild.

FAZIT

Anti-Pollution-Beauty ist kein unsinniger, in die Luft gepusteter Hype der Kosmetikindustrie, wie viele Studien zum Thema beweisen. Denn Feinstaub, Mikroplastik, Ozon und Abgase schädigen nicht nur die

Lunge, sondern sind auch eine Zumutung für die Haut. Doch für den Verbraucher ist es manchmal schwer, zwischen Schmutz- und Geldfängern zu unterscheiden.

Versprechungen seitens der Hersteller werden viele gemacht, dabei erfüllen die wenigsten Produkte die Kriterien: Nämlich sanft zu reinigen, tiefenwirksam zu pflegen und zu schützen sowie Haut und Umwelt nicht zu belasten! Sicher ist, dass die gründliche Reinigung der Haut hilft und eine Pflegeroutine mit Vitaminen und anderen Antioxidantien den molekularen Stress für die Haut mindert.



Dr. med. Urs Pohlman

ist als Arzt vorwiegend im Bereich der Neurologie und Immunologie tätig. Durch Forschungsprojekte hat er sich mit der Resilienz insbesondere der Haut beschäftigt und an der Entwicklung von nachhaltigen Hautpflegekonzepten mitgewirkt. Unter anderem ist er für die Marken ananè und Suncademy beratend tätig.

SOS! ERSTE HILFE FÜR DIE HAUT

Jede Haut ist anders: Sie kämpft mit spezifischen Problemen und benötigt individuelle Pflege, die ganz auf ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist. Pickel, Rötungen, Falten? Mittels Skin Coaching geht man den Ursachen auf den Grund und lernt die eigene Haut besser kennen.

Hand aufs Herz, wie oft stand man schon im Drogeriemarkt und liest Begriffe wie Hyaluron, Kollagen, entzündungshemmend, perfekt mattierend usw. und weiß eigentlich gar nicht, welches Produkt nun das richtige für die eigene Haut ist, oder hat zu Hause schon mehrere angebrochene Tuben, Tiegel und Co. stehen, die aber einfach nicht funktio-

niert haben? Die Probleme und Bedürfnisse der eigenen Haut zu kennen, ist gar nicht mal so einfach ...

SKIN WELL-BEING: EIN BALANCEAKT

Unserer grösstes Sinnesorgan ist gleichzeitig auch eines der empfindlichsten unseres Körpers. Denn es braucht nur wenig, um ihr sensibles Gleichgewicht

aus der Bahn zu werfen. Tagtäglich ist die Haut vielen inneren und äusseren Belastungen ausgesetzt, die enormen Einfluss auf ihr Wohlbefinden haben. Rasch reagiert sie mit Rötungen, Juckreiz oder Pickeln, um sich sichtlich „Gehör“ zu verschaffen. Dabei ist dann von äusserster Wichtigkeit, nicht nur die Symptome zu behandeln, sondern vor allem den Ursachen auf den Grund zu gehen.



FOTO: GALAXIE LOVE DESIGN/ SHUTTERSTOCK.COM



Unsere Haut ist einzigartig wie ein Fingerabdruck. Aus diesem Grund bedarf sie auch einer individuellen Pflege.

EIN GENAUER BLICK „UNTER DIE HAUT“

Starke hormonelle Schwankungen in Lebensphasen, in denen sich der menschliche Organismus neu ausrichtet, verursachen sehr häufig Hautprobleme. So leiden viele junge Menschen in der Pubertät sowie Frauen in der Schwangerschaft und den Wechseljahren unter lästigen und unangenehmen Irritationen der Haut, die durch eine Überproduktion von Talg entstehen. Verstopfte Poren und daraus resultierende

bakterielle Infektionen lassen den Teint dann regelrecht „blühen“. Zu scharfe Reinigungsprodukte würden hier aber genau das Gegenteil bewirken, nämlich noch mehr Irritation, anstatt die ohnehin schon gestresste Haut zu beruhigen. Besser sind sanfte Reinigungsprodukte, welche die Entzündung hemmen, ohne die Haut auszutrocknen.

SICH NICHT STRESSSEN LASSEN

Hauterkrankungen infolge genetischer Ursachen, beispielsweise einige endo-

gene Ekzeme und Allergien, können nicht an der Wurzel gepackt werden, lediglich ihre Symptome lassen sich gezielt behandeln. Zu den wichtigsten Präventivmassnahmen gehört die Stressreduktion. Seelische Probleme können den Hautzustand verschlechtern, nicht umsonst spricht man von der Haut als Spiegelbild der Seele. Stress und innere Unruhe rauben der Haut Energie, schwächen das Immunsystem und irritieren ihre natürlichen Schutzmechanismen. Die meisten Hautzellen reagieren besonders empfindlich auf Stresshormone, u. a. Cortisol und Adrenalin. Diese biochemischen Botenstoffe verengen die Gefäße, das Gewebe wird schlechter versorgt, und die Haut ist weniger widerstandsfähig. Außerdem konnte Stresshormonen in einer wissenschaftlichen Studie der EFA (European Federation of Allergy and Airways Diseases Patients' Associations) aus dem Jahr 2018 eine entzündungssteigernde Wirkung nachgewiesen werden, die den Juckreiz oder Ausschlag zusätzlich verstärkt. Neben einer positiven Grundeinstellung können auch Entspannungstechniken wie Meditation, autogenes Training oder PME (progressive Muskelentspannung) sowie Achtsamkeitsübungen und

FOTO: STUDIO ROMANTIC/SHUTTERSTOCK.COM

Bedürfnisse der Haut in den verschiedenen Altersphasen:

- 1. In jugendlichen Jahren bis etwa zum 20. Lebensjahr:** Herausforderungen wie Pickel, fettige und empfindliche Haut stören das Gleichgewicht. Die Verwendung von milden, nicht austrocknenden Reinigungsprodukten, um überschüssiges Öl zu entfernen, sowie leichte, ölfreie Feuchtigkeitscremes helfen, das Hautbild zu verbessern. Bei schwerer Akne können Pflegeprodukte mit Salicylsäure oder Benzoylperoxid sowie dermatologische Behandlungen wie chemische Peelings oder Lasertherapie helfen.
- 2. Ab den 20er Jahren:** Hier treten die ersten Anzeichen von Hautalterung auf, u. a. ungleichmässiger Hautton und erweiterte Poren. Regelmäßige Peelings entfernen abgestorbene Hautzellen und erfrischen den Teint, während Hyaluronsäure-Seren intensive Feuchtigkeit spenden. Die tägliche Anwendung von Breitband-Sonnenschutzmitteln ist ein Muss, um vorzeitiger Hautalterung vorzubeugen.
- 3. Mit den 30er Jahren:** Ab jetzt beginnt der Kampf gegen feine Linien und erste Fältchen. Anti-Aging-Produkte mit Retinoiden oder Retinol fördern die Zellregeneration und regen die Kollagenproduktion an; Vitamin C-Seren bekämpfen freie Radikale und hellen zugleich den Hautton auf. Mit Microneedling sowie leichten bis mittleren chemischen Peelings und Laserbehandlungen kann die Haut gestrafft werden.
- 4. In den 40er Jahren:** Falten vertiefen sich, Pigmentflecken entstehen und die Haut verliert an Festigkeit. Reichhaltige Feuchtigkeits- und Nachtcremes mit Peptiden und Hyaluronsäure können dem entgegenwirken. Sie spenden intensive Feuchtigkeit und polstern kleine Linien auf. Regelmäßige, sanfte Peelings fördern zudem die Hauterneuerung, während Radiofrequenztherapie und Ultraschallbehandlungen die Kollagenproduktion anregen. Botulinumtoxin und Filler können helfen, Falten zu mindern und Volumen wiederherzustellen.
- 5. Ab der Lebensmitte (ab 50 Jahren) und darüber hinaus:** Die Hautstruktur verändert sich sichtbar. Starke Trockenheit, tiefe Falten und Volumenverlust sowie Hyperpigmentierungen, sogenannte Altersflecken, gehören zu den Hauptproblemen. Feuchtigkeitsspendende und nährende Cremes, reich an Ceramiden und Fettsäuren, sowie regenerierende Behandlungen mit Retinoiden und Vitamin C-Seren unterstützen die Hauterneuerung, schenken Stärke und Elastizität. Nicht chirurgische Behandlungen mit Biostimulatoren, Filler und Botox können zudem das Gesicht auffrischen und die Haut straffen.



Die Haut ist immer auch der Spiegel unser Seele, d. h. schöne Haut gleich gutes Gefühl und umgekehrt.

Yoga helfen, den Stresspegel zu vermindern, um die Hautgesundheit zu unterstützen.

ES GIBT KEINE EINHEITSGRÖSSE IN DER HAUTPFLEGE

Das Wissen um die Ursache des Problems ist ein gutes Stück des Weges zu gesunder und schöner Haut. Nun müssen die Erkenntnisse auch in die tägliche Beauty-

Routine einfließen. Welche Pflege verträgt meine Haut und welche Inhaltsstoffe helfen ihr, das Gleichgewicht wiederzufinden? Die Antworten auf diese Fragen sind nach umfassender Hautanalyse leicht zu finden, wobei den Auswirkungen des Älterwerdens auf die Haut eine Schlüsselrolle zufällt, wenn es um die richtige Hautpflege geht. Fazit: Die passende Hautpflege für die eigenen

Bedürfnisse zu finden, ist nicht einfach. Bei dem Überangebot an unterschiedlichen Produkten ist man nicht nur selbst schnell überfordert, sondern auch die Haut. Ein Teufelskreis, dem man am besten mit Verständnis, Zeit und Unterstützung begegnen sollte. Denn der Weg zu einer gesunden, strahlend schönen Haut ist ein Prozess, an dessen Ende man die Haut wirklich „in- und auswendig“ kennt!



Vanessa Habibian

ist Mitgründerin des Skin Ateliers in Kilchberg und Holistic-Skin-Therapeutin. Sie kann auf 10 Jahre Expertise im Bereich medizinischer Kosmetik und Anti-Aging zurückblicken und arbeitet eng mit führenden plastischen Chirurgen und Dermatologen zusammen.



Dr. Marta Michalik

ist Mitgründerin des Skin Ateliers in Kilchberg und Fachärztin für Sportmedizin, mit Fokus auf professionelle Behandlungen in der ästhetischen Medizin.



HANRA

Body-Sugaring

- 100% natürliches Produkt
- Ohne Konservierung
- Für jeden Hauttyp
- Schweizer Produkt



SKINCARE-HOPPING: ÄNDERUNG DER PFLEGEROUTINE

Kosmetik-Hopping ist ein Trend in der Beauty-Welt. Was bedeutet der ständige Wechsel von Produkten und Marken für unsere Haut? Und wie sieht eine wirksame Hautpflegeroutine aus? Die Antwort auf diese und andere Fragen finden Sie hier.



FOTO: DUDAREV MIKHAIL / SHUTTERSTOCK.COM

Auf Plattformen wie Instagram, TikTok und Co. sehen wir ständig die neuesten Kosmetiktrends. Promis und Influencer bewerben Produkte mit angeblich tollen Ergebnissen und attraktiven Angeboten. Das macht uns neugierig, besonders wenn wir unzufrieden sind mit unserer aktuellen Hautpflege. Die Suche nach der perfekten Lösung für unsere Haut kann uns zum Kosmetik-Hopping verleiten – also zum häufigen Wechsel von Kosmetikprodukten, meist ohne ein konsistentes Pflegeritual zu verfolgen.

KOSMETIK-HOPPING: NICHT OHNE FOLGEN

Das Hopping von Produkt zu Produkt kann Risiken für die Hautgesundheit haben. Es kann das Hautgleichgewicht stören, unerwünschte Reaktionen hervorrufen und die Pflege unwirksam machen, da Beständigkeit

und Kontinuität bei der Verwendung der Produkte fehlen. Mögliche Nachteile können Hautirritationen sein: Die Haut ist ein empfindlicher Indikator für unsere Gesundheit.

Jede noch so harmlose Reaktion, sei es Rötung, Juckreiz oder Pickel, ist ein Anzeichen, dass die Haut überfordert ist. Ein weit verbreitetes Missverständnis ist, dass sich die Haut an Wirkstoffe gewöhnt und dass man daher die Pflegeprodukte immer wieder wechseln muss, um Ergebnisse zu erzielen. Tatsächlich brauchen Hautpflegeprodukte jedoch Zeit, um ihre volle Wirkung zu entfalten.

Die Haut muss sich erst an die Anwendung einer neuen Pflege gewöhnen, bis sie vollen Nutzen daraus ziehen kann. Beim Kosmetik-Hopping verzichten viele auf diese Anwendungszeit. Dabei zeigen viele klinische Tests etwa nach vier Wochen signifikante Ergebnisse wie eine Verringerung von Entzündungen so-

wie eine Verbesserung der Hautdicke und Elastizität.

STÄRKUNG DER HAUTBARRIERE

Sobald unsere Haut spannt oder juckt, sich leicht schält, ungewöhnliche Pickel auftreten, der Teint fahl ist, Rötungen oder Hautprobleme wie Hyperpigmentierung auftreten, funktioniert die Pflege möglicherweise nicht optimal. Schöne Haut braucht eine starke Hautbarriere. Eine kohärente Pflegeroutine, die auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt ist, hilft der Hautbarriere mehr, als immer wieder neue Kosmetikexperimente zu machen.

ANGEPASSTE ROUTINE STATT EXPERIMENTE

Das heisst aber nicht, dass wir unseren Kosmetikprodukten ein Leben lang treu bleiben müssen. Es kann durchaus sinnvoll sein, die Pflege zu wechseln – nämlich wenn sich unse-

STAGECOLOR
COSMETICS

MASCARA
High Definition & Length

WRAP AND GO!

Die innovative Tubing-Mascara
für sofort definierte,
verlängerte Wimpern!



SCANNEN FÜR
MEHR INFOS



Welche Inhaltsstoffe für welchen Hauttyp?

- **Fettige Haut:** Zink (talgregulierend), Vitamin B3 oder Niacinamid (entzündungshemmend), Salicylsäure (entstopft Poren)
- **Trockene Haut:** Urea und Ceramide (stärken Hautbarriere), Panthenol oder Vitamin B5 (Feuchtigkeit), Sheabutter (verzögert Hautalterungsprozess), Hyaluronsäure (aufpolsternd)
- **Empfindliche Haut:** Squalan (glättend), Kamille (beruhigend und entzündungshemmend), Niacinamid (bekämpft UV-bedingte Schäden), Dexpanthenol (reduziert Abschuppung und Entzündungen)

re Hautbedürfnisse ändern. Unsere Haut reagiert auf unseren Lebensrhythmus, auf Alter, Umwelt, Jahreszeiten und Stress. Es ist daher unerlässlich, der Haut zuzuhören, um ihr das „Hautmenü“ zu bieten, das ihre Gesundheit fördert.

HAUTPFLEGE NACH JAHRESZEIT

Wir kleiden uns im Winter anders als im Sommer, und so wie unsere Ernährung je nach Klima variiert, so ist auch unsere Haut den Launen des Wetters und dem Einfluss der Jahreszeiten ausgesetzt. Im Sommer schüt-

zen wir die Haut vor der Sonne. Im Herbst wird sie fahler, im Winter trockener, dehydrierter und verletzlicher. Wir müssen sie schützen, mit Feuchtigkeit versorgen und nähren. Im Frühling setzen wir auf Ausstrahlung, entgiften mit einem Peeling, passen die Feuchtigkeitzufuhr an und schützen sie vor den warmen Sonnenstrahlen.

ANPASSEN AN DIE ZEICHEN DER HAUTALTERUNG

Der Alterungsprozess der Haut zeigt sich mit Falten, schlaffer Haut, Pig-

mentflecken und fahlem Teint. Entsprechend sollte die Schönheitspflege auf die Bedürfnisse eingehen. Guter Schlaf, gesunde und abwechslungsreiche Ernährung – reich an Antioxidantien, Omega-3-Fettsäuren und den Vitaminen A, C und E – sowie Sport tragen ebenfalls zu einer schönen Haut bei.

WÖCHENTLICHE ROUTINE

Ein Peeling 1–3 Mal pro Woche hilft, die Haut zu glätten und das Hautbild zu verfeinern. Die verschiedenen Arten von Peelings – mechanisch, chemisch, enzymatisch – werden je nach Hautzustand angepasst. Eine Maske wiederum bringt die Haut ins Gleichgewicht, spendet tiefgehende Feuchtigkeit, nährt die Haut und sorgt für Geschmeidigkeit und einen strahlenden Teint.

NATURKOSMETIK ODER SYNTHETISCH

Beide haben ihre Vorteile. Naturkosmetik ist nicht immer besser oder sicherer. Einige natürliche Inhaltsstoffe können für manche Menschen reizend oder allergieauslösend sein. Synthetische Kosmetika profitieren von jahrzehntelanger wissenschaftlicher Forschung und bieten stabile, wirksame und oft hypoallergene Formeln.

FAZIT ZUM KOSMETIK-HOPPING

Kosmetik-Hopping bietet die Möglichkeit, neue Produkte zu entdecken, kann aber auch Risiken für die Hautgesundheit mit sich bringen. Es lohnt sich, die eigene Haut zu verstehen und ihr die passende Pflege zu geben, ohne ständig von Produkt zu Produkt und von Trend zu Trend zu springen.

Wie sieht die optimale Hautpflegeroutine aus?

Eine gute Routine ist eine angepasste, personalisierte Routine, die auf die Besonderheiten der Haut eingeht. Fünf Schritte sind täglich unverzichtbar:

1. **Entfernen von Make-up und Reinigung:** Um gesund zu bleiben, muss die Haut atmen können. So werden auch Unreinheiten, die sich in der Tiefe der Haut befinden, gelöst.
2. **Lotion oder Tonic:** morgens und abends. Die Lotion gleicht den pH-Wert der Haut aus. Ausserdem bereitet sie die Haut auf die Aufnahme weiterer Pflegeprodukte vor und sorgt dafür, dass die Wirkstoffe besser eindringen können.
3. **Seren:** Seren enthalten hochkonzentrierte Wirkstoffe und erfüllen die spezifischen Bedürfnisse der Haut (Feuchtigkeit, Ausstrahlung, Pigmentflecken, Zellregeneration etc.). Aufgetragen werden sie vor der schützenden Pflege. Es ist möglich, morgens und abends unterschiedliche Seren zu verwenden oder auch mehrere Seren übereinanderzuschichten.
4. **Creme:** Am Morgen schützt die Tagescreme die Haut vor äusseren Einflüssen, versorgt sie den ganzen Tag mit Feuchtigkeit, bildet eine Barriere gegen Umweltverschmutzung, verzögert die Auswirkungen der Hautalterung, indem sie den Widerstand gegen ultraviolette Strahlen erhöht und sorgt dafür, dass das Make-up besser hält. Zudem verstärkt sie die Wirkung des Serums/der Seren. Nachts repariert eine Nachtcreme Schäden, die durch äussere Einflüsse entstanden sind. Sie ist unerlässlich, um das Auftreten von Alterungserscheinungen zu begrenzen.
5. **Sonnenschutz:** Tägliche Sonnenschutzpflege ist ein Muss. Ob auf dem Land, am Meer oder in der Stadt, die Sonne erreicht uns auf die gleiche Weise. Um das vorzeitige Auftreten von Falten und Pigmentflecken zu verhindern, ist der Sonnenschutz unser bester Freund.



Sophie Demaret

ist Training Director bei NESCEMS. Das Schweizer Unternehmen für Longevity setzt fortschrittliche Technologien ein, um Gesundheit und Ästhetik zu verbessern, und hat die eigene Hautpflegeroutine NESCEMS Cosmeceuticals entwickelt.

Ratgeber
ALLTAGSPROBLEME TEIL 41

WAS WÜRDEN SIE TUN?

„Aus wirtschaftlichen Gründen musste ich meine Preise erhöhen. Von einigen Stammkundinnen habe ich nun die Rückmeldung bekommen, dass sie das zwar verstehen, sich so eine Behandlung aber kaum noch leisten können. Soll ich die Preise wieder anpassen?“

Martina M. Kosmetikerin aus Aargau

DIE EXPERTIN



IRENE VÖGELE

Mit Rat und Tat zur Seite steht in diesem Monat Irene Vögele. Sie ist Kosmetikerin mit eidg. Fachausweis und Inhaberin von Sakura beauty Luzern.
www.sakurabeauty.ch

Erstmal herzlichen Glückwunsch! In Ihrem Institut herrscht eine solch ehrliche und offene Kommunikationskultur, dass Ihre Stammkundinnen ihre Meinungen deutlich mitteilen. Dies zeigt das Vertrauen Ihrer Kundschaft in Sie und Ihre Arbeit. Zudem leben Sie Ihr Kostenmanagement aktiv und bewusst.

TRANSPARENZ IST DAS A UND O

Die Gründe für eine Preisänderung sind oft vielfältig und für Ihre Kundschaft selten ersichtlich. Deshalb ist es sinnvoll, diese proaktiv oder auf Nachfrage zu erläutern. Sollten Sie dies im Vorfeld verpasst haben, ist ein Nachholen jederzeit möglich. Gibt es Preiserhöhungen aufgrund externer Faktoren, auf die Sie keinen Einfluss haben? Erläutern Sie diese transparent, wie z. B. eine Mieterhöhung, eine neue MwSt.-Pflicht, steigende Löhne infolge Inflation, höhere Einkaufspreise auf Produkte und Rohstoffe etc. Verdeutlichen Sie dabei auch die Vorteile, die Ihre Kundinnen davon haben, beispielsweise der Erhalt des zentralen Standortes, die fachliche

der Preiskalkulation berücksichtigt werden müssen.

KUNDENBINDUNG STÄRKEN

Trotz all dieser Bemühungen: Ein Teil der Kundschaft vergisst manchmal, was es bedeuten würde, die Preise trotz aller Umstände beizubehalten: das Risiko, Ihr Geschäft aufgeben zu müssen, in eine unattraktivere Umgebung zu ziehen oder die Qualität der Behandlungen zu verringern. Bei sehr verständnisloser Kundschaft können solche Argumente zu einem AHA-Effekt führen. Sollten Sie dennoch auf Unverständnis stossen, gibt dies wieder Zeit und Raum für Neukunden mit Verständnis Ihrer professionellen Unternehmensführung.

Weiterentwicklung, verbesserte Produkte oder moderne Geräte.

BONUSPROGRAMME UND ALTERNATIVEN PRÄSENTIEREN

Bieten Sie zudem den betroffenen Kundinnen alternative Lösungen an, wie etwa kürzere Behandlungszeiten, andere Geräte/Spezialprodukte, längere Intervalle zwischen den Behandlungen. Erwähnen Sie auch Ihre Treueprogramme oder Rabatte bei Weiterempfehlung, Geburtstagen, Produktkäufen. Denken Sie jedoch daran, dass solche Aktionen auch in

Brauchen Sie auch einen Rat?

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

NATURKOSMETIK TRIFFT BIO- TECHNOLOGIE

In einer Zeit, in der Klimawandel und Umweltbewusstsein zu den wichtigsten globalen Herausforderungen gehören, bieten Pflanzen Lösungen. In den letzten zwei Jahrzehnten hat das Interesse an Naturkosmetik stark zugenommen und damit auch die Technologien in diesem Bereich – klassische Naturkosmetik wird mit neuester Wissenschaft vereint. Hightech-Naturkosmetik zeigt, dass diese Kombination kein Widerspruch ist.



FOTO: 2088707473/ SHUTTERSTOCK.COM

In der Vergangenheit wurden Kosmetika hauptsächlich aus Pflanzen und Mineralien hergestellt. Die Technologie zu ihrer Herstellung war relativ einfach; sie sind auf Grundlage von Rezepten hergestellt worden, die von Generation zu Generation weitergegeben wurden. Hightech-Naturkosmetik entsteht aus Prozessen, die stetig optimiert werden, unter Berücksichtigung sämtlicher Einflussfaktoren, z.B. Emissionen, Respekt vor Biodiversität, der Fauna und dem Ressourcenverbrauch.

WIE UNTERSCHIEDEN SICH HIGHTECH- UND NORMALE NATURKOSMETIK?

Bei der konventionellen Naturkosmetik werden hauptsächlich Inhaltsstoffe verwendet, die unsere Haut pflegen, jedoch nicht bis in die Tiefe der Zellen vordringen und somit nur oberflächlich wirken. Bei Hightech-Naturkosmetik werden die Rohstoffe aus der klassischen Naturkosmetik mit neuesten Technologien verbunden, um längerfristige sichtbare Ergebnisse und eine Verbesserung und positive Veränderung der Hautstruktur zu erzielen. Naturprodukte werden sozusagen mit einer Kombination aus Wissen und modernster Technologie veredelt.

WELCHE VERFAHREN WERDEN BEI DER HERSTELLUNG ANGEWANDT?

Die Ausgangssubstanz bei der Herstellung der Hightech-Naturkosmetik bleibt ein biozertifizierbarer Rohstoff, der technologisch verfeinert wird. Angelehnt an die Industrie, werden industriell verwendete Technologien an natürliche Rohstoffe angepasst. So werden beispielsweise Liposome, die dank ihrer grossen Molekularstruktur häufig in Pflegeprodukten Anwendung finden, bei der Hightech-

WELCHE BESONDEREN INHALTSSTOFFE SIND ENTHALTEN?

- 1. BAKUCHIOL – DIE NATÜRLICHE RETINOLALTERNATIVE**
Bakuchiol ist ein starkes Antioxidans, aus Indien stammend. Im Gegensatz zu Retinol, das synthetischen Ursprungs ist, ist Bakuchiol rein pflanzlich. Das macht es für Liebhaber der natürlichen Hautpflege besonders interessant. Bakuchiol ist sehr hautverträglich und demnach auch bei empfindlicher Haut geeignet. Der Wirkstoff kann ausserdem tagsüber und während der Schwangerschaft verwendet werden. Es fördert die Zellerneuerung und verbessert sichtbar feine Linien und Falten. Bei regelmässiger Anwendung entfaltet Bakuchiol sein volles Potenzial – für eine Haut, die strahlend und verjüngt aussieht.
- 2. HIBISKUS – DAS NATÜRLICHE BOTOX**
Oligopeptide der Hibiskussamen reduzieren Muskelkontraktionen und damit die Entstehung von Mimikfalten. Die hohe Konzentration an Vitamin C und seine antioxidative Wirkung machen die Pflanze zum perfekten Mittel im Kampf gegen Giftstoffe und schädliche Umwelteinflüsse wie UV-Strahlen.
- 3. FEIGENEXTRAKT FÜR TIEFE DURCHFEUCHTUNG DER HAUT**
Die Feigenfrucht gedeiht auf trockenen Böden und ist in der Lage, Unmengen an Feuchtigkeit in ihren Früchten zu speichern. Die in den Feigen vorkommenden Pektine bilden in der Haut einen Film, der die Durchlässigkeit der Hornschicht verringert, wodurch der Wasserverlust reduziert werden kann. Die Wirksamkeit wurde in einer Studie bestätigt: Die Feuchtigkeit der Haut wird um 90 % gesteigert, und auch noch acht Stunden nach dem Auftragen ist der Feuchtigkeitsgehalt der Haut um 40 % erhöht.

Naturkosmetik mithilfe sogenannter Mikroliposomkapseln möglichst tief in die Haut eingeschleust. Damit können die natürlichen Wirkstoffe vornehmlich auch in die unteren Hautschichten vordringen, wodurch die Effektivität der Pflegeprodukte in der Haut verbessert und verstärkt wird.

WIE WIRKT HIGHTECH NATURKOSMETIK AUF DIE HAUT?

Hightech-Naturkosmetik bietet eine wirkstarke Antwort auf Oxidation, erhöhte Entzündungsbereitschaft, die Schwächung der Kollagenfasern und das Nachlassen der körpereigenen Hormonproduktion. Das Verfahren zur Herstellung von Hightech-Naturkosmetik ist so ausgeklügelt, dass die in den Produkten enthaltenen Wirkstoffe die Kollagensynthese anregen, Muskelkontraktionen reduzieren und freie Radikale binden.

HIGHTECH-NATURKOSMETIK IN GESICHTSBEHANDLUNGEN?

In Gesichts- und Körperbehandlungen entfalten Produkte der Hightech-Naturkosmetik ihre volle Wirkkraft, vor allem, wenn sie mit neuesten Technologien wie Ultraschall oder LED-Lichttherapie in die Haut eingebracht werden. Inhaltsstoffe wie Hyaluron oder Bakuchiol können durch Lymphdrainage und biodynamische Lifting-Massagen tief in die Hautschichten dringen. Damit werden sofortige Ergebnisse und maximale Effekte bei den Kundinnen erzielt.



Lunella Casciani

ist seit über 10 Jahren Kosmetikerin mit Spezialisierung auf Gesichtsbehandlungen und Inhaberin des Studios LUA Skin Therapy in Zürich.
www.luaskin.ch

„AUCH IN DEN TREATMENTS LIEGT DER FOKUS AUF DER VERBINDUNG VON TRADITIONELL UND MODERN, INDEM NATURKOSMETIK MIT NEUESTEN BEHANDLUNGSMETHODEN KOMBINIERT WIRD.“

FLECK, LASS NACH!

Man nennt sie Sonnenflecken oder Pigment- und Altersflecken. Wer sich damit nicht abfinden will, hat eine Reihe von modernen Behandlungsmöglichkeiten, welche die Schönheitsmakel verblassen lassen.



FOTO: TATIANA FOXY/SHUTTERSTOCK.COM

Zarte Sommersprossen finden viele attraktiv – aber die bräunlichen Flecken, die gerne ab der Lebensmitte im Gesicht auftauchen, will niemand haben. Es sind Sonnenflecken, und der Begriff trifft es gut. Denn es handelt sich dabei um sonnenbedingte Hautschäden. Zwar sind diese Flecken in den allermeisten Fällen harmlos, werden aber als störend und unschön empfunden. Wie entsteht diese Überpigmentierung – und was kann man konkret dagegen tun?

SO ENTSTEHEN PIGMENTFLECKEN

Sonnenbedingte Hautschäden entstehen durch UV-Strahlen, die die Hautzellen schädigen. Die Haut reagiert auf diese Belastung mit einer Überproduktion von Melanin, dem Pigment, das die Hautfarbe bestimmt. Diese Überproduktion führt bei langjähriger UV-Exposition zu ungleichmässigen Ansammlungen von Melanin in der Haut, was letztlich zur Bildung von Pigmentflecken führt. Hinzu kommt der natürliche Al-

entfernen so oberflächliche Flecken. Laserbehandlungen zielen auf das Melanin in tieferen Hautschichten, während Microneedling die Kollagenproduktion anregt, um die Haut von innen heraus zu erneuern. Die PRP-Therapie (Plättchenreiches Plasma) zeigt ebenfalls gute Ergebnisse. Das ist eine Behandlung mit eigenem Blutplasma mit dem Ziel, die Heilung und Regeneration der Haut

Nicht invasive Methoden zur Reduktion:

- **Chemische Peelings**
- **Laserbehandlungen**
- **Microneedling**
- **PRP-Treatments**
- **Topische, also äusserliche Behandlungen mit Cremen mit aufhellenden Wirkstoffen wie Hydrochinon und Retinoiden sowie Vitamin C und Sonnenschutz**

Gut zu wissen:

Pigmentflecken können bei intensiver Sonnenexposition oder bei Menschen mit hellerer Haut auch schon früher auftreten. Besonders anfällig sind Menschen mit hellen Hauttypen (Typen I und II auf der Fitzpatrick-Skala). Diese haben von Natur aus weniger Melanin, das als natürlicher Schutz vor UV-Strahlen dient.

terungsprozess. Die Haut verliert die Fähigkeit, sich gleichmässig zu regenerieren. Über die Jahre kommt der Körper mit dem Aufräumen nicht mehr nach, die Haut kann das Melanin nicht mehr gleichmässig verteilen und schon nimmt sie Farbe an: als sichtbare Pigmentflecken. Diese Hautschäden werden vor allem ab der Lebensmitte, etwa ab 40 Jahren, deutlich erkennbar.

UNTERSCHIED GESICHT UND HÄNDE

Die Verfahren zur Entfernung der unerwünschten Flecken wirken auf unterschiedliche Weise: Chemische Peelings tragen die oberen Hautschichten ab und

zu fördern. Hautpflegeprodukte mit aufhellenden Wirkstoffen können ebenfalls helfen, bestehende Flecken zu reduzieren und die Entstehung neuer Flecken zu verhindern, insbesondere in Kombination mit konsequentem Sonnenschutz.

Die Wahl der Behandlung hängt aber nicht nur von der Tiefe der Hautschäden ab, sondern auch von der betroffenen Körperregion: Die Haut im Gesicht ist dünner und empfindlicher als an den Händen, was eine sanftere Behandlung erfordert. Andererseits sind die Hände oft stärker der Sonne ausgesetzt, hier können robustere Behandlungen notwendig sein.

VERBESSERUNG NACH 4 BIS 6 WOCHEN MÖGLICH

Wann darf man mit sichtbaren Verbesserungen nach einer Behandlung rechnen? Das hängt von der Methode und der Hautreaktion ab. In der Regel sind erste Ergebnisse nach etwa vier bis sechs Wochen sichtbar. Vollständige Resultate können oft mehrere Monate in Anspruch nehmen.

PRÄVENTION: DAS A UND O

Am besten ist es natürlich, effektiv vorzubeugen und sonnenbedingte Hautschäden gar nicht erst entstehen zu lassen. Damit das Sonnenkonto der Haut über die Jahre nicht zu sehr strapaziert wird, empfiehlt sich die tägliche Anwendung von Sonnenschutz, das Tragen von Schutzkleidung und das Meiden direkter Sonneneinstrahlung, insbesondere während der Mittagsstunden. Idealerweise beginnt die Prävention schon im Kindesalter und in jungen Jahren.

MINDESTENS LICHTSCHUTZFAKTOR 30

Empfohlen werden Breitband-Sonnenschutzmittel mit einem hohen Lichtschutzfaktor (SPF) von mindestens 30. Nebst chemischen Filtern gibt es auch mineralische UV-Filter wie Zinkoxid. Diese bieten zusätzlichen Schutz und sind besonders für empfindliche Haut geeignet. Sonnenschutz ist selbst in den Wintermonaten wichtig. Denn UV-Strahlen können auch durch Wolken hindurchdringen und von Schnee reflektiert werden, wodurch die Haut selbst bei schlechtem Wetter in der kalten Jahreszeit Schaden nehmen kann.

FAZIT

Der beste Weg zu einem ebenmässigen Hautbild, auch in späteren Lebensjahren, beginnt also schon früh: Um Pigmentflecken zu vermeiden, sollte man die Haut gar nicht erst den schädlichen UV-Strahlen aussetzen oder auf täglichen Sonnenschutz setzen. Doch auch für bestehende sonnenbedingte Hyperpigmentierung gibt es verschiedene moderne Methoden – sodass die braunen Flecken nach und nach verblassen und unsichtbar werden.



Dr. med. Mumbuono Liliane Kathriner-Ndjoko

Dr. med. Mumbuono Liliane Kathriner-Ndjoko hat den Clinic Lead in der HAIR & SKIN Klinik Bern. Sie hat ihr Studium der Human-Medizin an der Universität Wien abgeschlossen und später den Facharzt als Praktische Ärztin absolviert. In schweizweit 14 Kliniken bietet HAIR & SKIN Haar- und Hautbehandlungen an.
www.hairskin.com

NATÜRLICH SCHÖN: DIE SANFTE VERJÜNGUNG

Viele Menschen wünschen sich ein jugendliches, frisches und strafferes Aussehen. Dabei steht der natürliche Look im Vordergrund. Doch welche Methoden der modernen ästhetischen Medizin gibt es? Hier ein Überblick, was möglich ist.



FOTO: GROUND PICTURE/SHUTTERSTOCK.COM

Der Wunsch nach natürlicher Schönheit ist weitverbreitet. Wichtig ist es, sich umfassend zu informieren und die individuell passende Behandlung zu wählen – ob für eine straffere Körperkontur oder eine sanfte Hautverjüngung. So gelingt der Weg zu einem natürlich schönen Erscheinungsbild:

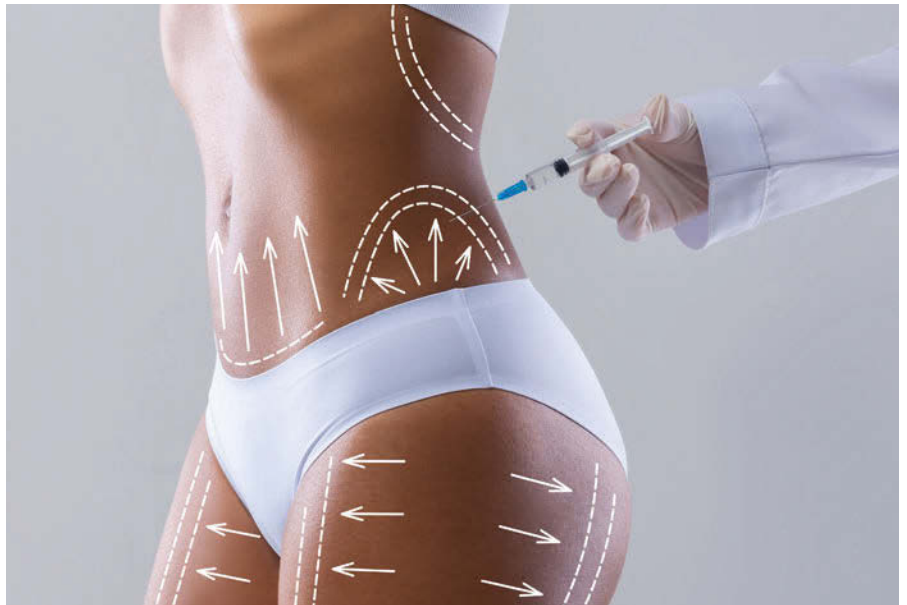
BODYCONTOURING: LÄSTIGE FETTPÖLSTERCHEN LOSWERDEN UND DIE SILHOUETTE FORMEN

Das ideale Bodycontouring-Verfahren hängt von der Körperform, dem behandelnden Körperteil, dem Fettanteil und der Hautbeschaffenheit ab.

Diese Methoden kosten pro Behandlung ab CHF 500.– bis 3.000.–, je nach Anbieter und Gesamtpaket. Es können Risiken wie vorübergehende Rötungen oder Schwellungen auftreten. Die Erholungszeiten sind in der Regel kurz. Dafür sind die Ergebnisse oft weniger dramatisch und erfordern regelmässige Auffrischungen.

INVASIVE BODYCONTOURING-METHODEN

Invasive Methoden bieten tiefgreifendere und länger anhaltende Ergebnisse. Diese sind mit Ausfällen verbunden, ob im Alltag oder bei Freizeitaktivitäten und im Sport. Auch bringen sie im Ver-



Eine wohlgeformte Körpersilhouette ist der Traum vieler. Mithilfe unterschiedlicher Behandlungsmöglichkeiten (mit OP oder ohne OP) wird der Wunsch zur Realität.

gleich zu den nicht invasiven Behandlungen höhere Risiken und längere Erholungszeiten mit sich. Folgende invasive Behandlungen gibt es:

- **Liposuktion:** Bei der Fettabsaugung wird überschüssiges Fett chirurgisch entfernt. Patientinnen und Patienten benötigen etwa 1 bis 2 Wochen Ruhezeit, um sich von der Liposuktion zu erholen. Es kann 3 bis 6 Monate dauern, bis die Schwellungen vollständig abgeklungen sind und das endgültige Ergebnis sichtbar ist.
- **Bauchdeckenstraffung:** Überschüssige Haut und Fett am Bauch werden chirurgisch entfernt, um eine straffere Silhouette zu erzielen. Hier sollten Patientinnen und Patienten mit etwa 2 bis 4 Wochen Ruhezeit rechnen, bevor sie wieder leichte Aktivitäten aufnehmen. Bis zur vollständigen Heilung und zum endgültigen Ergebnis dauert es 6 bis 12 Monate.
- **Oberschenkelstraffung und Arm-Lifting:** Überschüssige Haut und Fett an den Oberschenkeln bzw. den Oberarmen werden chirurgisch entfernt, um straffere Konturen zu schaffen. Die erste Erholung nach einem Arm-Lifting tritt nach 1 bis 2 Wochen auf, bei der Oberschenkelstraffung sind es 2 bis 4 Wochen. Für die vollständige Heilung kann es 3 bis 6 Monate dauern,

bis die Schwellungen und Blutergüsse vollständig abgeklungen sind.

- **Bodylift:** Ein Bodylift kombiniert mehrere Straffungsoperationen (z. B. Bauch, Oberschenkel, Po) zur umfassenden Körperformung. Nach diesem Eingriff können Patientinnen und Patienten nach einer Erholungszeit von etwa 4 bis 6 Wochen zu normalen Aktivitäten zurückkehren. Bis zur vollständigen Heilung kann bis zu einem Jahr vergehen.

Die Kosten für die meisten invasiven Methoden bewegen sich zwischen CHF 3.000.– und 12.000.–. Das Body Lifting sticht deutlich heraus, mit Kosten von CHF 10.000.– bis 30.000.–. Viele Anbieter ermöglichen jedoch flexible Finanzierungsmöglichkeiten für teurere Eingriffe wie etwa Ratenzahlung.

WICHTIG

Bei chirurgischen Eingriffen können Risiken wie Infektionen, Serome (Ansammlung von Wundflüssigkeit), Allergien auf verwendete Materialien, Blutungen, schlechte Wundheilung, Narbenhypertrophie (wulstige Narbe) oder Keloid (Gewebswucherung durch gestörten Heilungsprozess), Hautverlust, allenfalls auch Anästhesie-Komplikationen oder Asymmetrien auftreten.

Nicht invasive Bodycontouring-Behandlungen

- **Kryolipolyse (CoolSculpting):** Fettzellen werden durch Kälte zerstört.
- **Laser-Lipolyse:** Mithilfe von Laserenergie werden Fettzellen durch „Überhitzung“ geschmolzen.
- **Radiofrequenz (RF)-Behandlungen:** Nutzen Radiowellen zur Straffung der Haut und Reduktion von Fett.
- **Ultraschall-Lipolyse, auch Ultherapy oder HIFU genannt:** Ultraschallwellen zerstören gezielt die jeweiligen Fettzellen.
- **Muskelstimulation (EMS SCULPT):** Elektromagnetische Wellen rufen Muskelkontraktionen hervor, um Muskelmasse aufzubauen und Fett zu reduzieren.



Ultraschalltherapie (Ultherapy) ermöglicht ein tieferes Eindringen von Wirkstoffen in die Haut dank Schallwellen und Mikrovibrationen, die auf die Haut treffen und thermische, mechanische und biochemische Einflüsse bewirken. Diese Reize sorgen dafür, dass sich die Poren, die Lipidstruktur und die Gefässe öffnen und die Haut so aufnahmefähiger wird.

SANFTE VERJÜNGUNGSMETHODEN FÜR DIE HAUT

Natürliche Schönheit liegt im Trend, auch wenn es um Gesichtsbehandlungen geht. Wer die frühen Anzeichen des Alterns bekämpfen, sofortige Ergebnisse sehen und Ausfallzeiten im Alltag vermeiden möchte, wird sich für minimal-invasive Hautbehandlungen entscheiden. Die beliebtesten nicht-invasiven Verjüngungsbehandlungen sind:

- **Botulinumtoxin-Injektionen:** Auch bekannt unter dem geschützten Begriff Botox. Diese reduzieren vorübergehend das Auftreten von feinen Linien und Falten, insbesondere um die Augen und an der Stirn.
- **Dermal Filler:** z. B. mit Hyaluronsäure, füllen Volumenverluste im Gesicht auf, insbesondere in den Wangen, Lippen und um den Mund herum. Auch die sogenannte Jawline am Unterkiefer oder unschöne Kinnpartien lassen sich so harmonisieren.
- **Laser-Hautverjüngung:** Fraktioniertes Lasern reduziert Falten, Pigmentflecken und Aknenarben, während CO₂-Laser für tiefere Hauterneuerung verwendet werden.
- **Chemische Peelings:** Diese verwenden verschiedene Säuren, entfernen die obersten Hautschichten, verbessern die Hauttextur und reduzieren Pigmentierungen.
- **Medical Needling,** auch bekannt als medizinisches Needling: Es erzeugt

mit feinen Nadeln Mikroverletzungen in der Haut, um die Kollagenproduktion anzuregen und die Hautstruktur zu verbessern. Diese Methode verwendet das sogenannte PRP (Plättchenreiches Plasma), um die Ergebnisse zu verstärken. Die dort enthaltenen Heilungs- und Wachstumsfaktoren stimulieren den Aufbau von neuem Kollagen und geben der Haut ein strafferes, jugendlicheres Aussehen.

- **Radiofrequenz (RF)-Hautstraffung:** Dabei werden Radiowellen zur Erwärmung der tieferen Hautschichten genutzt, was die Kollagenproduktion anregt und die Haut strafft. Das Intense Pulsed Light (IPL) behandelt Pigmentflecken, Sonnenschäden und rote Äderchen durch ein breites Lichtspektrum.
- **HydraFacial:** Diese Behandlung kombiniert Reinigung, Peeling, Extraktion und Hydratation, um die Haut zu reinigen und zu erfrischen.
- **Ultraschalltherapie (Ultherapy):** Fokussierter Ultraschall wird zur Straffung und Hebung der Haut genutzt, insbesondere im Gesicht und am Hals.
- **Kryotherapie:** Dank gezielter Kälteanwendung werden Pigmentflecken und kleine Hautunregelmässigkeiten behandelt.

Je nach Anbieter und Behandlungszone bewegen sich die Kosten bei CHF 300.– bis 3.000.–. Die minimalinvasiven Ver-

jüngungsbehandlungen sind beliebt, weil sie wenig bis keine Ausfallzeit erfordern und oft sofortige oder schnell sichtbare Ergebnisse liefern. Bei fachgerechter Anwendung gelten sie als sehr sicher. Dennoch kann es zu Komplikationen wie Infektionen, allergischen Reaktionen, Hyperpigmentierung, asymmetrischen Ergebnissen, Migration des Fillers und sehr selten zu Komplikationen wie Gefässverschlüssen bei Fillern kommen.

Diese sanften Hautbehandlungen sind besonders geeignet für Frauen und Männer ab etwa 30 bis 40 Jahren, die sich subtile Verbesserungen ihres natürlichen Aussehens wünschen. Für längerfristige Resultate müssen diese Behandlungen regelmässig aufgefrischt werden. Wer lieber eine ein- bis zweimalige Behandlung statt häufiger Auffrischungen mit länger anhaltenden Ergebnissen, aber auch längeren Ausfallzeiten wünscht, kann einen chirurgischen Eingriff in Betracht ziehen.



Dr. Patrick Kramar

Der Autor ist Facharzt für Anästhesie und behandelnder Arzt bei den HAIR & SKIN Kliniken Bern und Biel. HAIR & SKIN ist mit ihrer Expertise für medizinische minimal-invasive Schönheitsbehandlungen mit aktuell 14 Kliniken in der ganzen Schweiz vertreten.
www.hairskin.com

Goldener HERBST

Spezialisierung – so heisst das Zauberwort für mehr Umsatz im Institut. Das funktioniert unter anderem mit saisonalen Produkten! Auf den nächsten Seiten finden Sie eine Auswahl von Lieferanten, die alle unterschiedliche herbstliche Produkte im Angebot haben. Werden Sie so zum Herbsthaut-Profi!

Anbieter	Seite
CNC Skincare.....	26
Dermatude Deutschland.....	27
Lydia Dañnow.....	28
Med Beauty Swiss	29



MORE THAN BEAUTY

Innovativ bei Hyperpigmentierung

CNC
SKINCARE

Whitening Konzept

Innovativ bei
Hyperpigmentierungen

Für ein
ebenmäßiges,
verjüngtes Hautbild.
Beugt Hyperpigmentierungen
vor und hellt
Pigment- und
Altersflecken auf.

Overnight Mask
24h Whitening Cream
Vitamin C Serum
Niacin Transform Serum

Erfahre mehr über die **Behandlungsmöglichkeiten** und **apparativen Methoden** bei
unserem **DERMA LIVE Seminar** und erlebe die **Behandlung vor Ort**.

Melde dich jetzt an.

UNSER TOP-PRODUKT: UNSER WHITENING KONZEPT

Die Herausforderung und Erwartungshaltung an Behandlung und Produkt bei Hyperpigmentierung sind hoch. Die Lösung bietet das CNC Whitening Konzept, mit 4 aufeinander abgestimmten, zielorientierten Produkten, die sowohl präventiv als auch korrigierend auf das Hautkolorit wirken können. Ergänzt werden diese mit effektiven Behandlungen wie hochdosierten Fruchtsäuren, Diamant Mikrodermabrasion und tiefenregenerierenden Behandlungen wie Skin OXYmizer und Micro Needling PRO.

CNC
SKINCARE

CNC skincare GmbH

Aeschengraben 13
4051 Basel
Tel. +41 61271 6060
www.cnc-cosmetic.ch



Meta Therapy

Lösen Sie Hautprobleme schnell und sicher



UNSER TOP-PRODUKT: UNSER STARTERSET

Das exklusive Therapieverfahren für alle Hautprobleme. Keine Ausfallzeiten, ganzjährig einsetzbar. Langzeitwirkung garantiert. Erzielen Sie eine schnelle Kapitalrendite und profitieren Sie von Ihrem Alleinstellungsmerkmal. Spezialisieren Sie sich in Ihrer Region als zertifizierte*r Hautexperte *innen.

Jetzt kostenfreie Dermature Businessbox anfordern!

DERMATUDE
META THERAPY®

Dermature Deutschland

Kokenhorststr. 19
30938 Burgwedel
contact@dermatude-deutschland.de



Beruhigende Regenerationsmaske



REGENERATION FÜR SONNENVERWÖHNTE HAUT

Die neue Calming Cream Mask mit natürlichem verkapseltem Calcium, Aloe Vera, Inca Inchi Öl und Limettenkaviar. Stimuliert die Regeneration der Haut, stärkt die Schutzbarriere und spendet Feuchtigkeit. Ihre Haut ist besser vor Stress und neuen Irritationen geschützt. Mehr Informationen unter: www.lydiadainow.com



Lydia Daïnow Suisse Cosmetic

Hauptstrasse 15
5027 Herznach
Tel. +41 62 878 31 41
info@lydiadainow.com



Microneedling

Sterile Schweizer Stammzellen-Seren

Die sterilen LAB91 Stammzellen-Seren, entwickelt von der Schweizer Mibelle Biochemistry – einem international führenden Wirkstoffhersteller – sind speziell für das Microneedling konzipiert, eignen sich aber auch hervorragend für eine Vielzahl anderer apparativer Kosmetikbehandlungen. LAB91 Seren stehen für höchste Schweizer Qualität und Leistungsfähigkeit. Aufgrund des breiten Anwendungsspektrums sind die sterilen LAB91 Stammzellen-Seren auch aus wirtschaftlicher Perspektive die Seren der ersten Wahl für jedes professionelle Institut. Unreiner Haut, Falten und Linien, Pigmentflecken sowie fahler und müder Haut kann effektiv und sichtbar entgegengewirkt werden.

Energia

Energizing
Anti-Aging
Serum



Pura

Clarifying
Anti-Blemish
Serum



Protectio

Protecting
Anti-Oxidative
Serum



Clara

Depig-
mentation
Serum



Juvenis

Firming
Anti-Aging
Serum



INDIVIDUELL ABGESTIMMT

Die perfekte Kombination aus über 30-jähriger wissenschaftlicher

Expertise, dermatologischen Know-how und kosmetischer

Kompetenz sorgt für überzeugende Hauterfolge. Qualität und

Innovationskraft vereinen sich in hocheffizienten Seren – mit der Kraft

der Natur, ohne kritische Inhaltsstoffe und durch Studien belegt.

med 
beauty
SWISS

Med Beauty Swiss AG

Weissenbrunnenstrasse 41

8903 Birmensdorf/ZH

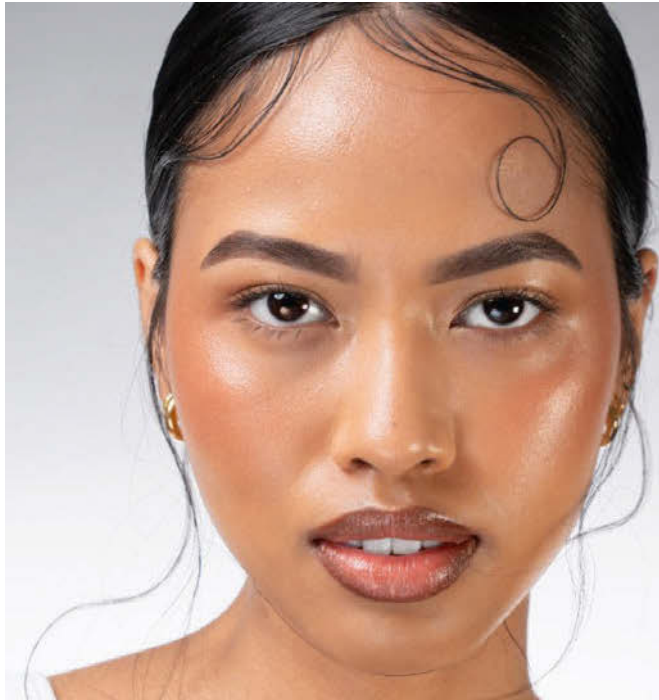
Tel. +41 44 260 22 80 / +800 42 60 22 80

www.medbeauty.com

 @med_beauty_swiss

HD BROWS

HIGH DEFINITION BEAUTY





HD BROWS®
HIGH DEFINITION BEAUTY

BROWSCULPT

Brow lamination; the HD Brows way

werde #BROWBOSS und
Akkreditiertes Studio



www.hdbrows.ch

Entdecken Sie unser vielfältiges Aus- und Weiterbildungsangebot von den Augenbrauenexperten mit über 15 Jahren Erfahrung.

Wählen Sie aus unserem Portfolio an spezialisierten Behandlungen.

HD Brows BrowSculpt Lamination

Eine nicht-invasive Technik, die die natürliche Struktur der Augenbrauen neu formt. Durch ein spezielles Verfahren werden die Augenbrauen in die gewünschte Form gebracht und fixiert.

BrowStay-Hybrid Augenbrauenfärbung

Erweiterte, individuell angepasste Brauen-Mapping-Technik, die Präzision und Symmetrie sicherstellt

- 100% vegan
- vollständig hennafrei

Aufhellen der Augenbrauen

Diese Methode geht über eine einfache Färbetechnik hinaus. Mit der Option, die Brauen in einem helleren Ton zu färben, bieten wir Ihnen die Möglichkeit, ein massgeschneidertes Färbbeerlebnis zu schaffen, wie beispielsweise das Erstellen von Ombre-Brauen.

NEU: Airbrush BrowStay Hybrid-Farbsystem

Dieses innovative System führt Sie durch den Prozess des Auftragens mit einem Airbrush-Werkzeug, um extrem scharfe Linien und höchste Präzision zu erzielen. Verfeinern Sie Ihre Technik und erreichen Sie neue Standards in der präzisen Färbung der Augenbrauen.

Ergänzen Sie Ihr Fachwissen durch unsere Master Class Schulungen, die Ihnen helfen werden, Ihre Techniken zu verfeinern und Ihre Augenbrauen Behandlungen auf das nächste Level zu heben.

Kontaktiere uns noch heute, um mehr über unsere Schulungs- und Unterstützungsmöglichkeiten zu erfahren.



- ✓ HD Brows BrowSculpt-Lamination ist sanft und sicher und für empfindliche Augenbrauen, vegan und hennafrei
- ✓ Pflegt und stärkt die Augenbrauen dank nährenden Inhaltsstoffen wie Vitamin Komplex, hydrolysiertes Kollagen und Keratin

HD Brows Schweiz
Sinserstrasse 8 | 6330 Cham | Tel. +41 77 477 70 00 | info@unew.ch | www.hdbrows.ch | www.unew.shop

D

DOSSIER
MENNO,
DIESE
PAUSE?

Wenn Frauen in die Menopause kommen, verändert sich vieles, darunter auch die Haut und das eigene Körpergefühl. Wie Sie Ihre Kundin bei der Transition in den Goldenen Herbst unterstützen und welche Hautpflege Sie anbieten können, lesen Sie auf den nächsten Seiten.

DIE HAUT IN DEN WECHSELJAHREN

Früher oder später trifft es jede – die Menopause ist ein bedeutender Lebensabschnitt im Leben einer Frau, der zahlreiche körperliche Veränderungen mit sich bringt. In diesem Artikel werfen wir einen genaueren Blick auf die Veränderungen der Haut während der Menopause und die Rolle der Hormonersatztherapie.



FOTO: LYUBOV LEVITSKAYA/SHUTTERSTOCK.COM

Zunächst einmal: Die Menopause ist keine Krankheit, sondern ein natürlicher Lebensabschnitt, der jedoch erhebliche Auswirkungen auf den Körper haben kann, vor allem auf die Haut. So reduziert sich mit Beginn der zweiten Phase der Menopause, der sogenannten Perimenopause, die Produktion von Östrogen, was zahlreiche Folgen für die Haut mit sich zieht.

DIE ZEICHEN DES ÄLTERWERDENS VERDEUTLICHEN SICH

Eine der bemerkenswertesten Veränderungen ist der Verlust an Kollagen, einem wesentlichen Protein, das der Haut ihre Struktur und Festigkeit verleiht. Studien haben gezeigt, dass der Kollagengehalt in der Haut bei Frauen mit höherem Östrogenspiegel höher ist. Mit dem Rückgang des Östrogens in der Menopause nimmt der Kollagengehalt ab, was zu einer dünneren und weniger elastischen Haut führt. Diese Abnahme des Kollagens macht die Haut anfälliger für Falten und schlaffe Stellen. Viele Frauen berichten im Zusammenhang mit ihrer Menopause auch von trockener, juckender Haut, die empfindlicher gegenüber äußeren Einflüssen ist. Das liegt vor allem am Verlust der Feuchtigkeit in der Haut. So ist ein weiterer wichtiger Faktor die Menge an hydrophilen Polysacchariden in der Haut, die durch die Drosselung bzw. Abnahme von Östrogen zunehmend schwindet.

Zu den hydrophilen Polysacchariden gehört unter anderem auch die Hyaluronsäure. Polysaccharide ziehen Wasser an und erhalten damit die Feuchtigkeit und Elastizität in Geweben. Ein Mangel an Feuchtigkeit macht die Haut anfälliger für Trockenheit und dementsprechend für Falten.

DIE HAUT SCHALTET EINEN GANG ZURÜCK

Zusätzlich zu diesen Veränderungen beeinflusst die Menopause auch die Angiogenese, den Prozess der Neubildung von Blutgefäßen. Östrogen fördert die Angiogenese, die für die

Versorgung der Haut mit Nährstoffen und Sauerstoff unerlässlich ist. Ein Rückgang des Östrogens führt zu einer verminderten Angiogenese, was die Haut weniger strahlend und gesund erscheinen lässt. Die verringerte Durchblutung kann auch dazu führen, dass Wunden langsamer heilen und die Haut anfälliger für Verletzungen ist.

ÄUSSERE, ABER AUCH INNERE VERÄNDERUNGEN

Neben den sichtbaren Veränderungen im Gesicht und am Körper ist auch die Haut und Schleimhaut der Vagina betroffen. Vaginale Trockenheit, Juckreiz, häufiger Harndrang und Schmerzen beim Geschlechtsverkehr sind häufige Symptome, die das Wohlbefinden und die Paarbeziehung beeinträchtigen können. Dieses genitourinäre Syndrom der Menopause (GSM) ist eine weitere Herausforderung, die viele Frauen bewältigen müssen.

LINDERUNG DURCH HET

Die Anwendung von Hormonersatztherapie (HET) im sogenannten günstigen Fenster – das heisst mit Beginn der Menopause, wenn die Veränderungen noch nicht zu stark sind – kann nachweislich die aufgezählten Hautveränderungen verlangsamen bzw. vermindern. Durch die Zufuhr von Östrogen kann der Kollagenverlust in der Haut sogar gestoppt werden. Frauen, die HET anwenden, berichten oft von einer strafferen und weniger faltigen Haut. Zusätzlich kann HET die Wassereinlagerung in der Haut verbessern und somit die Hautfeuchtigkeit erhöhen, was zu einer glatteren Haut führt. Auch die Angiogenese kann durch die Gabe von Östrogen positiv beeinflusst werden, was die Haut gesünder und widerstandsfähiger macht.

Es ist entscheidend, Frauen in der Menopause über die Vor- und Nachteile der Hormonersatztherapie aufzuklären. Besonders Frauen, die frühzeitig in die Menopause kommen (vor dem 45. Lebensjahr), können von einer HET profitieren. Diese Frauen haben oft eine geringere Knochen-

masse und ein höheres Risiko für Osteoporose, was durch eine frühzeitige HET gemildert werden kann. Die Unterscheidung zwischen lokaler und systemischer HET sowie die verschiedenen Applikationswege und Hormontypen sollten Teil einer umfassenden Beratung sein.

GESUNDER LIFESTYLE

Neben der Hormonersatztherapie sind natürlich der Lebensstil und die Hautpflege von Bedeutung für den Erhalt einer gesunden und schönen Haut. So sollte vor allem auf Nikotin generell verzichtet werden. Die Einnahme von Antioxidantien zur Reduzierung der freien Radikale schützt die Zellen vor Entzündungen. Dadurch kann sich das Hautbild verbessern, denn weniger Zellschäden bedeutet, dass die Haut gesünder und strahlender aussieht.

FAZIT

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Menopause zahlreiche Veränderungen im Körper einer Frau bewirkt, die weit über die sichtbaren Hautveränderungen hinausgehen. Die Haut spiegelt viele der tieferliegenden Veränderungen wider, die durch den Rückgang des Östrogens verursacht werden. Die Pflege der Haut durch geeignete Produkte und die Berücksichtigung alternativer Therapiemöglichkeiten können dazu beitragen, den Alterungsprozess der Haut zu verlangsamen und das Wohlbefinden der Frauen zu verbessern. Eine umfassende Aufklärung und individuelle Beratung sind entscheidend, um Frauen in dieser Lebensphase bestmöglich zu unterstützen und den Übergang positiv zu gestalten.



Dr. med. Bettina von Seefried

ist Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe mit Spezialisierung auf operative Gynäkologie und Geburtshilfe (FMH). Sie ist Gründerin und Geschäftsführerin der Praxisgruppe gynhealth AG und gynXtra GmbH, die eine Online-Sprechstunde zur professionellen Beratung rund um Prävention, Behandlung und Mikronährstofftherapie während der Wechseljahre anbietet.
www.gynxtra.ch

PRO-AGING IN DEN WECHSELJAHREN

Der Begriff Pro-Aging umschreibt Hautpflege in den Wechseljahren ganz neu: Für den gesunden Alterungsprozess, der fachkundig gepflegt und mit Hautwirkstoffen positiv unterstützt wird.



FOTO: PROSTOCK-STUDIO/SHUTTERSTOCK.COM

Die Wechseljahre betreffen diejenige Lebensphase der Frau, die sich über eine Zeitspanne von bis zu 15 Jahren ausdehnen kann. Auch Männer sind mit den geschlechtsspezifischen Ausdrucksformen der Andropause betroffen, doch hier sei davon noch nicht die Rede. Folgende Begrifflichkeiten sind für das Verständnis der Menopause wichtig:

- Die Menopause als zeitlich begrenztes Ereignis des Menstruationsendes steht im Mittelpunkt der Betrachtungen. Die prä-, peri- und postmenopausalen Begriffe beschreiben somit die Phasen vor, während und nach dem Zeitpunkt der letzten Menstruation im Leben einer Frau – ohne Entfernung der Gebärmutter und ohne Einnahme von synthetischen Hormonen, die als Fremdeingriffe das natürliche Vorgehen auch zeitlich beeinflussen würden.
- Synthetische Hormone sind medizinisch zugelassene Produkte, die in der klassischen Medizin für die Durchführung der Hormonersatztherapie von der ärztlichen Fachperson verschrieben werden.
- Bioidentische Hormone sind aus pflanzlichen Substanzen gewonnen. Sie haben dieselbe molekulare Struktur wie die körpereigenen Hormone. Deshalb sind sie natürlicherweise im Körper wirksam.
- Der medizinisch geprägte Begriff für die Wechseljahre lautet Klimakterium, leitet sich aus dem Griechischen klimaktér „Sprosse einer Leiter“ ab und beschreibt somit das stufenweise Erreichen des Höhepunktes im weiblichen Leben.

WECHSELJAHRE SIND KEIN TABUTHEMA

Zu Beginn gilt es, Berührungängste mit dem Thema abzubauen und das innewohnende Potential der Wechseljahre als Zusatzverkaufsthema im Kosmetik-Business aufzuzeigen. Dem Begriff Pro-Aging fällt in diesem Zusammenhang eine besondere Rolle zu. Er umschreibt den gesunden Alterungsprozess, der eine positive Transition in die neue Lebensphase

Mit speziellen Produkten Interesse am Thema wecken

Damit Sie zusätzlich zu den Pro-Aging-Gesichtsbehandlungen als Novum auch die Geist- und Seelenthemen mitberücksichtigen können, darf das kosmetische Sortiment mit spezifischen Produkten für die Zeit rund um die Wechseljahre erweitert werden. Produkte, die den Organismus von innen und aussen unterstützen. Dazu gehören u.a.:

1. Von Hand zubereitete Tee-Mischungen, die unterschiedliche Themen abdecken und sich eigens für Ihr Geschäft herstellen lassen, wie beispielsweise: Salbei, Marokkanische Minze und Traubensilberkerze. Diese wirken erfrischend und kühlend bei Hitzewallungen und Nachtschweiss. Lavendel, Veilchen und Zitronenmelisse sind entspannend und beruhigend.
2. Auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmte Spagyrik-Sprays sind mit ihrem breiten Wirkspektrum beliebte Begleiter. Sie bestehen aus einer ausgewogenen Mischung ausgewählter Pflanzenessenzen für ein bestimmtes Thema. Die Wirkstoffe werden auf eine ganz besondere Art und Weise aus den Pflanzen getrennt und bearbeitet, um abschliessend wieder zusammengeführt zu werden. Ein individuell kreierter Spagyrik-Spray mit zum Beispiel Damaszener Rose und Engelwurz stärkt das Selbstwertgefühl und die Selbstliebe. In Kombination mit dem hormonregulierenden Wilden Yams, dem Frauenmantel und der Himbeere entsteht ein ausbalanciertes Menopausen-Spray.
3. Individualisierte Heilsteinarmbänder werden auf die jeweiligen Bedürfnisse der Kundschaft abgestimmt. Mögliche Themenbereiche, die mit aufeinander aufbauenden Heilsteinen wie Lepidolit, Moosachat und Ozeanjaspis begleitet werden können, sind zum Beispiel Ängste, Unsicherheit, Hormon- und Gewichtsschwankungen, Kopfschmerzen und PMS u.v.m.

fördert. Denn der Hormontanz in den Wechseljahren ist facettenreich, wie die Frau selbst. Er bringt viele Veränderungen mit sich und darf in natürlicher Harmonie geführt werden, damit es ein emotionaler und schwungvoller Tanz werden kann, der alleine und auch in Partnerschaft mit Lebensfreude erfüllt.

BESONDERE INHALTSSTOFFE FÜR EINE BESONDERE PHASE

Hierzu gehören Phytohormone, die aus pflanzlicher Herkunft sind und das gesundheitsschädliche Mikroplastik und die Nanopartikel aus der Kosmetik verbannen. Weisse Lupinen stimulieren beispielsweise die Kollagensynthese. Rotklee wirkt anregend auf den Zellstoffwechsel der Haut und Gänseblumen-Extrakt festigt die Haut. Dunkle Augenränder, die nicht angeboren sind, können mit Kombucha als Pflegewirkstoff aus fermentiertem Schwarz-, Grün-, Weiss- oder Kräutertee in Augencremes behandelt werden. Granatapfel-Extrakt mildert selbst tiefere Falten, weil es die

Zellerneuerung der Haut anregt. Auch die hängenden Gesichtskonturen sollen damit gestärkt werden.

FAZIT

Die Wechseljahre einer Frau ähneln einer Bergwanderung. Nach dem aussichtsreichen Aufstieg folgt der ernüchternde Abstieg, der aufgrund des trittsicheren Abwärtsgehens und den damit verbundenen Ermüdungerscheinungen kräfteraubend sein kann. Insbesondere dann, wenn vorab keine oder nur mangelnde Vorkehrungen getroffen worden sind. Helfen Sie Ihren Kundinnen, den Weg spielerisch-tanzend, freudig und mit weiser Voraussicht zu beschreiten.



Carmela Ramundo

Die Autorin ist Geschäftsführerin der Leonessa AG mit über 20-jähriger Expertise im Beauty-Business. Sie ist Kommunikatorin und Mentorin für Integrale Heilkunst mit dem Spezialgebiet Wechseljahre. Wechseljahre-Schulung unter: www.youtube.com/watch?v=yTuAvJFuDNY

SWISSGETAL



SWISSGETAL BOTOCARE LINIE

Sichtbare Verminderung der mimischen Falten

INNOVATIV – HIGHT TECH – FÜR IHN UND SIE

Die einzigartige BotoCare Linie hemmt die mimische Muskelkontraktion und vermindert sichtbar die Falten-tiefe der Haut – eine luxuriöse Alternative zur botuli-num ähnlichen Wirkung ohne Nadel.

Wie es funktioniert:

Der Hauptwirkstoff Acetyl-Hexapeptid-3 (=Mole-kül, welches aus sechs Protein-Einheiten besteht) ist in allen BotoCare Produkten enthalten. Durch diesen komplexen Wirkungsmechanismus wird die Tiefe mi-mischer Gesichtslinien und Falten signifikant vermin-dert. Die Ausschüttung von Katecholaminen (Adrena-lin und Noradrenalin) vermindert sich, die Stimulation der Nerven nimmt ab und bewirkt eine Entspannung der Muskelkontraktion. Anhand hauttopographischer Analysen von Silikonabdrücken, welche mit Laser-/Mi-kroskopie durchgeführt wurden, konnte nachgewiesen werden, dass nach 30 Tagen Behandlung mit Hexa-peptidhaltigen Cremes die Faltentiefe signifikant ab-genommen hat.

Effekte der BotoCare Linie :	
Mimikfunktion	- 32.0 %
Faltenvolumen	- 20.6 %
Faltenlänge	- 15.9 %
Augenfalten	bis zu 60.0 %
Faltentiefe	- 31.80 %
Sofort & langanhaltende Feuchtigkeit	+ 60.0 %
UV Damage	- 83.6 %
Zusätzlich :	
• Stimuliert Kollagensynthese • Antioxidativer Effekt	

Alle Produkte der BotoCare Linie sind auch in Ka-binengrößen für eine luxuriöse und effektive Anti-Aging Behandlung erhältlich.

Bestelle gratis die Muster :

- +41 31 312 36 00
- info@swissgetal.ch
- per QR-Code



NEW

BOTOCARE INTENSIVE AMPOULE

Geheimnis der zeitlosen Schönheit- brandneue BotoCa-re Ampulle von SwissGetal

Unsere innovative Formel bietet einen bahnbrechenden Longevity-Effekt, der die Haut eine jugendliche Aus-strahlung verleiht und hilft, bis zu 8 Jahre jünger aus-zusehen.

Innovation aus der Schweizer Forschung

Die BotoCare Ampulle von SwissGetal bekämpft effek-tiv Mimikfalten, strafft die Haut und fördert die Langle-bigkeit der Hautzellen. Diese einzigartige in der Schweiz entwickelte Formel enthält eine innovative Mischung aus hochwirksamen Inhaltsstoffen wie RejuveNAD™ und XEP-018 Miniproteinen, die die Haut sichtbar glät-ten und gleichzeitig die Muskelspannung reduzieren.

Noch effektiver als je zuvor

Der Zuckerkomplex Saccharide Isomerase spendet Feuchtigkeit, die ARGIRELINE Peptide Solution fördert die umfassende Hautregeneration und NIACINAMIDE PC, eines der B-Vitamine (B3), hilft, die Pigmentierung auszugleichen, Poren zu verfeinern und die Hautelastizi-tät und -festigkeit zu verbessern.

Die Ergebnisse der einzigartigen Kombination aus mo-dernen Wirkstoffen lassen nicht lange auf sich warten. Entdecken Sie das Geheimnis der Langlebigkeit.

Effekte:

- Anti-Falten
- Antioxidativ/Revitalisierend
- Straffend
- Aufhellend
- Verjüngung um 8 Jahre



BOTOCARE DECONTRACTING MASK

Eine speziell entwickelte Maske für die reife Haut, die glättet und strafft. Durch das Hemmen der Kontraktion zwischen Muskel und Gesichtsnerven, werden mimische Falten signifikant reduziert.

Die Kombination aus Algen und Pflanzenextrakten wirken besänftigend, bekämpfen die freien Radikale und stimulieren die Abwehrkräfte. Die Wirkstoffe Imperata Cylindrica, Hyaluron und Vitamin E sorgen für einen sofortigen Effekt und auch eine langzeitspeichernde Wirkung. Zudem fixieren die Pheohydrane aktiv die Feuchtigkeit in der Haut. Erste Resultate lassen sich bereits nach kurzer Einwirkungszeit erkennen. Die Haut erstrahlt sichtlich jünger und erfrischt.

BOTOCARE DECONTRACTING CREAM

Die BotoCare Decontracting Cream hemmt die mimische Muskelkontraktion und vermindert sichtbar die Faltenantiefe der Haut.

Der hochaktive Komponent Hexapeptid bildet zusammen mit der Hyaluronsäure, dem Aprikosenkernenöl sowie dem Imperata Cylindrica den Kern dieser Creme. Diese Wirkstoffe reduzieren spürbar die mimische Faltenantiefe und bilden einen Schutzfilm auf der Epidermis, welcher zusätzlich gegen Austrocknung schützt. Weiter wirkt die Haut nach der Anwendung geschmeidig und regeneriert. BotoCare Decontracting Cream ist eine 24-Stunden Creme für eine reife, anspruchsvolle Haut.

BOTOCARE DECONTRACTING SERUM

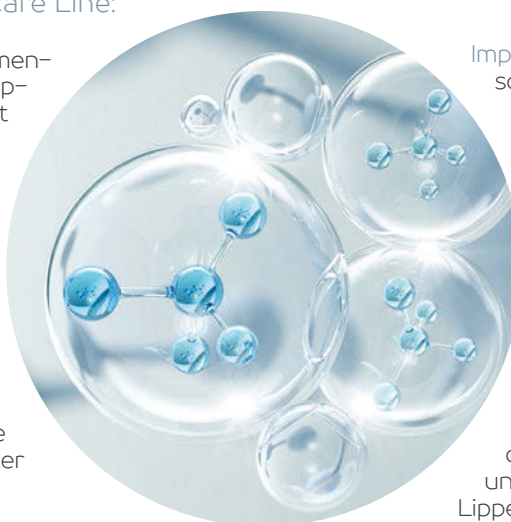
Lässt besonders reifere Haut jünger wirken. Filler Effekt: Haut wirkt aufgefüllt, mimische Falten werden bekämpft. Es verbessert durch seine innovativen Wirkstoffe sichtbar das Aussehen.

Pheohydrane ermöglicht eine aktive Fixierung von Feuchtigkeit auf der Ebene des Stratum Corneum und verhilft der Haut bei regelmässiger Anwendung die natürlichen Feuchthaltefaktoren zu erhalten oder wiederherzustellen. Das Serum hat einen starken Anti-Falten-Effekt, die Haut wird von innen aufgefüllt und wirkt glatter und geschmeidiger.

Wichtigste Wirkstoffe der BotoCare Line:

RejuveNAD™ wird aus Sonnenblumensprossen gewonnen. RejuveNAD™ optimiert zelluläre Prozesse, um die Haut durch die natürliche Steigerung des Langlebigkeitsmoleküls NAD+ zu re-vitalisieren.

XEP-018 Miniprotein ist ein muskelentspannendes Miniprotein das natürlicherweise im Gift der Meeresschnecke Conus consors vorkommt. Im Gegensatz zu Botulinumtoxin ist das XEP®-018 Miniprotein™ klein genug, um in die Haut einzudringen, die Muskeln zu entspannen, mimische Falten zu reduzieren und muss daher nicht injiziert werden.



Imperata Cylindrica Root-Extrakt – Hohe, sofortige und langanhaltende Feuchtigkeitsszufuhr.

Bisabolol macht die Haut geschmeidig und wirkt entzündungshemmend.

Vitamin E – Tocotrienol ist ein über 60% potenterer Antioxidant-Wirkstoff. Zusätzlich erhöht dieser Wirkstoff die Effizienz von Sonnenschutz Cremes.

Hexapeptide reduzieren die Faltenantiefe, welche durch Muskelkontraktionen der Gesichtsmimik verursacht werden, unter anderem an Stirn, um die Augen und Lippen. Beugt der Hautalterung vor.

DIE AROMEN DER MENOPAUSE

Die Wechseljahre sind ein natürlicher Entwicklungsprozess im Leben jeder Frau, während dem sie von der Phase der Geschlechtsreife in die des Alters übertritt. Es ist ein bedeutsamer Abschnitt, der mithilfe von Heil- und Aromapflanzen positiv gestaltet werden kann.

Meist erstrecken sich die Wechseljahre und die einhergehenden Beschwerden auf die Jahre 45 bis 60, wobei die Perimenopause als Hauptphase der Wechseljahre gilt. Intensivere Beschwerden wie Hitzewallungen, Nachtschweiß, Schlafstö-

rungen, Gewichtszunahme, depressive Verstimmungen und Libidoverlust können auftreten. Die Menstruationszyklen werden seltener und die Östrogenproduktion nimmt ab, bis sie vollständig eingestellt wird. Der Mangel an Östrogen kann zu Bluthochdruck, dünner und trockener

Tipp

5–6 Tropfen der ätherischen Öle in einen Riechstift geben und daran schnuppern! Genauso möglich ist es, die ätherischen Öle in einen Aromavernebler oder in eine Duftlampe zu geben. Die ätherischen Öle wirken direkt über unseren Geruchssinn.



FOTO: LOBACHAD/SHUTTERSTOCK.COM

Haut sowie vulvovaginaler Atrophie führen, was Schmerzen beim Geschlechtsverkehr verursachen kann. Trockenheit der Augen, Vulva und Vagina sind mögliche Begleitscheinungen. Zum Glück kennt die Frauenheilkunde seit jeher Heil- und Aromapflanzen, die uns helfen, die Hormonbalance wiederzufinden.

AROMATHERAPIE ZUM AUSGLEICH DER HORMONBALANCE

Die Umstrukturierung des Hormonhaushalts ist eine wesentliche Komponente dieses bedeutsamen Lebensabschnitts. Die Produktion des weiblichen Geschlechtshormons Östrogen nimmt stetig ab – was körperliche und emotionale Veränderungen mit sich bringen kann. Während ca. ein Drittel aller Frauen beschwerdefrei bleibt und ein weiteres Drittel mit leichten Schieflagen konfrontiert ist, leidet das letzte Drittel sehr stark unter den Beschwerden der Wechseljahre.

Aromatherapie kann entscheidend dazu beitragen, die hormonelle Balance während der Wechseljahre zu unterstützen und Symptome zu lindern. Ätherische Öle wie Muskateller-

WICHTIG

Bei starken Beschwerden sollte man die Frauenärztin/den Arzt konsultieren sowie vor der Einnahme von Heilpflanzen oder Anwendung von Aromatherapie Rücksprache halten.

salbei sind besonders wirksam. Sie wirken ausgleichend auf den Hormonhaushalt und die Psyche, lindern Beschwerden und schenken Gelassenheit. Ätherische Öle wie Pfefferminz- und Zitrusöle hingegen bieten bei Hitzewallungen eine erfrischende Wirkung. Bei hormonell bedingten Stimmungsschwankungen empfiehlt sich z.B. ein einfacher Riechstift mit ätherischen Ölen wie Bergamotte, Rosengeranie und Ylang-Ylang, die eine positive Wirkung auf die Psyche mitbringen, indem sie direkt auf das limbische System im Gehirn wirken.

Begleitende Heilpflanzen für die Wechseljahre

Neben ätherischen Ölen können Heilpflanzen helfen, die Hormonbalance zu unterstützen und Beschwerden zu lindern.

1. Frauenmantel (*Alchemilla vulgaris*): hilft bei hormonellen Ungleichgewichten und wirkt krampflösend. Frauenmanteltee ist eine bekannte Unterstützung bei Menstruationsbeschwerden und während der Wechseljahre.
2. Schafgarbe (*Achillea millefolium*): unterstützt die Leberfunktion und hilft bei der Entgiftung. Sie wirkt entzündungshemmend und krampflösend.
3. Melisse (*Melissa officinalis*): hat beruhigende Eigenschaften und kann bei Schlafstörungen und Nervosität helfen. Melissentee ist eine wohltuende Unterstützung für die Psyche.
4. Ashwagandha (*Withania somnifera*): Bekannt als Adaptogen, hilft Ashwagandha, den Körper in Stresssituationen zu unterstützen und die Hormone ins Gleichgewicht zu bringen.
5. Rotklee (*Trifolium pratense*): enthält pflanzliche Östrogene (Phytoöstrogene), die helfen können, Hitzewallungen und andere Wechseljahresbeschwerden zu lindern.
6. Salbei (*Salvia officinalis*): Wirkt schweißhemmend und kann Hitzewallungen und Nachtschweiß reduzieren. Salbeitee ist ein traditionelles Mittel gegen übermäßiges Schwitzen.
7. Granatapfel (*Punica granatum*): Reich an Phytoöstrogenen, kann Granatapfelextrakt helfen, den Hormonhaushalt auszugleichen und Hautveränderungen zu mildern.

PFLEGE FÜR TROCKENE HAUT

Mit sinkendem Östrogenspiegel können Trockenheit und Hautveränderungen auftreten. Bio-Rosenwasser hilft bei trockenen Augen, während Bio-Kosöl die Nasenschleimhäute geschmeidig hält. Für die Pflege im Intimbereich sind Bio-Produkte mit Granatapfelsamenöl und ätherischen Ölen von Lavendel und Kamille empfehlenswert. Sie spenden Feuchtigkeit und stärken die natürliche Schutzfunktion der Haut. Auch Teemischungen mit verschiedenen Heilkräutern schenken Linderung bei den unerwünschten Symptomen der Wechseljahre:

- 40 g Frauenmantelkraut, 20 g Rotkleeblüten, 20 g Salbeiblätter und 20 g Melisse, kurmässig über 4 Wochen dreimal täglich 1 Tasse getrunken, mildern die Begleitscheinungen der Menopause. Anschließend sollte man aber eine Pause von 7 bis 10 Tagen einlegen.

FAZIT

Aromatherapie und Heilpflanzen bieten eine wertvolle Unterstützung für

Körper und Seele, um diese Lebensphase gesund und ausgeglichen zu meistern. Dank der ausgleichenden und beruhigenden Eigenschaften der Aromatherapie, ist sie ein wertvoller Begleiter auf dem Weg durch die Wechseljahre. Ganz so, wie Dr. med. Sheila de Liz in Ihrem Buch *Woman on Fire* beschreibt: „[...] auf der anderen Seite wartet etwas Großes, etwas Wichtiges auf dich: eine neue Version deiner Selbst. Vielleicht die Frau, die du schon immer sein wolltest [...]“



Daniele Bühler

Die Autorin absolvierte die Ausbildungen zur PTA und im Anschluss die zur Kosmetikerin und Visagistin an der Berufsfachschule für Kosmetik und Visagistik. Sie hat u. a. Weiterbildungen zur Naturkosmetikerin, Aroma-Expertin, Heilpraktikerin besucht. Seit 2022 ist sie für das Schweizer Naturkosmetik- und Aromatherapie-Label farfalla im Aussendienst in der Kundenbetreuung und Schulung zuständig. www.farfalla.ch

ALLES WIEDER IM GLEICHGEWICHT

Die Menopause markiert einen bedeutenden Übergang im Leben einer Frau, oft begleitet von tiefgreifenden Veränderungen der Haut. Doch mit den richtigen Treatments und Pflegeprodukten kann die Haut wieder ins Gleichgewicht gebracht werden und strahlend schön bleiben.



FOTO: GROUND PICTURE/SHUTTERSTOCK.COM

Während der Menopause sinkt der Östrogenspiegel, was zu einer Verringerung der Kollagenproduktion und zu einer schwächeren Hautbarriere führt und damit zu mehr Trockenheit, Empfindlichkeit und vermehrter Faltenbildung. Auch Pigmentstörungen können auftreten, da die Melanin-Produktion unregelmässig wird. Um diesen Herausforderungen zu begegnen, ist es wichtig, eine auf die Bedürfnisse der reifen Haut abgestimmte Pflegeroutine zu entwickeln. Dabei spielen sowohl tägliche Pflegeprodukte als auch spezielle Behandlungen eine entscheidende Rolle.

SPEZIELLE TREATMENTS FÜR DAS GESICHT

Während die Haut in jüngeren Jahren oft mit leichten Feuchtigkeitspflegen auskam, braucht die reife Haut in der Menopause intensivere Produkte. Gesichtsmasken mit Hyaluronsäure und Vitamin C können einen sofortigen Feuchtigkeitsboost bieten. Mikrodermabrasion und sanfte chemische Peelings entfernen abgestorbene Hautzellen und fördern die Hauterneuerung. Jedoch sollte man vorsichtig sein und diese Behandlungen nicht zu oft anwenden, um die Haut nicht zu überreizen.

DEKOLLETÉ UND HALS

Die Haut am Dekolleté und Hals ist besonders dünn und neigt zu Faltenbildung. Hier sind regelmässige Peelings und feuchtigkeitsspendende Masken besonders wichtig. Seren mit Hyaluronsäure und Vitamin E können helfen, die Haut zu glätten und zu straffen. Spezielle Cremes für das Dekolleté, die reich an Antioxidantien und Feuchtigkeitsspendern sind, bieten zusätzlichen Schutz und Pflege.

SCHÖNE AUGEN

Kühlende Gele oder Augencremes mit Inhaltsstoffen wie Koffein und Hyaluronsäure können Schwellungen und Augenringe mildern. Augencremes mit Retinol oder Peptiden

Die tägliche Pflegeroutine:

1. **Reinigung:** Die Reinigung sollte sanft, aber effektiv sein. Milde Reinigungsmilch oder -cremes entfernen Schmutz und Make-up, ohne die Haut zusätzlich zu belasten. Vermeiden Sie aggressive Reinigungsmittel, die die Haut weiter austrocknen können. Wenn Sie ein Mizellenwasser zum Abschminken verwenden, sollten Sie Ihr Gesicht anschliessend mit Wasser abspülen.
2. **Feuchtigkeit und Nährstoffe:** Eine reichhaltige Feuchtigkeitspflege ist unerlässlich. Produkte mit Hyaluronsäure, Glycerin und Ceramiden helfen, die Haut mit Feuchtigkeit zu versorgen und die Hautbarriere zu stärken. Nachtcremes mit Inhaltsstoffen wie Retinol und Peptiden können die Zellregeneration fördern und die Kollagenproduktion anregen.
3. **UV-Schutz:** Täglicher Sonnenschutz ist ein Muss. Die Haut ist während der Menopause empfindlicher gegenüber UV-Strahlen, die Alterungsprozesse beschleunigen können. Eine Tagescreme mit einem hohen Lichtschutzfaktor (mindestens SPF 30) schützt die Haut vor schädlichen Einflüssen.

helfen, feine Linien zu reduzieren und die Haut zu straffen.

INNOVATIVE BEHANDLUNGEN

Zu den innovativen Behandlungsmöglichkeiten gehört beispielsweise das Microneedling. Es kann die Kollagenproduktion stimulieren und die Hautstruktur verbessern.

Dabei werden winzige Nadeln verwendet, um Mikroverletzungen in der Haut zu erzeugen, was die natürliche Heilungsreaktion der Haut anregt und die Produktion von Kollagen und Elastin fördert. Laserbehandlungen sind ebenfalls sehr effektiv, um Pigmentflecken und Sonnenschäden zu reduzieren. Fractional-Laser und IPL (Intense Pulsed Light) sind besonders beliebt, da sie die Hautoberfläche nicht beschädigen und eine kurze Erholungszeit haben. Filler auf Hyaluronsäure-Basis können verlorenes Volumen im Gesicht wiederherstellen und tiefe Falten glätten. Diese Behandlung bietet sofortige Ergebnisse und eine relativ kurze Erholungszeit.

PFLEGE VON INNEN

Eine ausgewogene Ernährung und ausreichende Flüssigkeitszufuhr sind ebenfalls entscheidend für eine gesunde Haut. Trinken Sie täglich ausreichend Wasser, um die Haut von innen zu hydratisieren. Lebensmittel reich an Antioxidantien, wie Obst und Gemüse, sowie gesunde Fette aus

Nüssen und Fisch, können die Haut von innen heraus stärken. Nahrungsergänzungsmittel mit Omega-3-Fettsäuren, Vitamin E und Biotin können ausserdem unterstützen. Zusätzlich ist ausreichender Schlaf wichtig für die Hautregeneration. Stress kann die Hautalterung beschleunigen. Techniken wie Yoga, Meditation und regelmässige Bewegung können helfen, Stress abzubauen und das allgemeine Wohlbefinden zu fördern.

FAZIT

Die Menopause bringt viele Herausforderungen für die Haut mit sich, aber mit der richtigen Kombination aus täglicher Pflege, speziellen Treatments und einem gesunden Lebensstil hält man den Schlüssel zu einer schönen Haut in jeder Lebensphase.



Dr. Joëlle Zingraff

Die Autorin ist Co-CEO und Gründerin von The Women Circle AG in Rotkreuz, welches sich auf die Unterstützung von Frauen in den Wechseljahren konzentriert. Ausserdem berät sie Unternehmen, wie sie Frauen in der Arbeitswelt fördern und halten können.
www.TheWomenCircle.ch

FÜHL DICH WOHL

1



2



3



4



5



1 GLOWWA HAIR FOOD Das speziell formulierte Nahrungsergänzungsmittel unterstützt Frauen vor, während und nach den Wechseljahren. Biotin, Vitamin B5, B6 und B12, Folsäure, Zink, Vitamin C, Vitamin E, Myo-Inositol, Lycopin und weitere essenzielle Nährstoffe fördern die Haargesundheit, lindern Wechseljahresbeschwerden und regulieren die Hormonaktivität. Tel. 043 444 60 57, www.glowwa.ch **2 MENO-FREE BY BELLABACI** Das Cool-Calming Spray mit Pfefferminze, Lavendel, Geranie und Zypresse lindert Hitzewallungen und sorgt für Wohlbefinden. Die Comfort Body Night Lotion beruhigt und verwöhnt die Haut mit Shea- und Kakaobutter sowie den Essenzen aus Jasmin, Neroli, Lavendel und Muskatellersalbei. Das Meno-Free Massageöl wirkt mit ätherischen Ölen von Ylang-Ylang, Geranie, Grapefruit und Salbei gegen Symptome der Menopause. Tel. 034 420 08 00, www.simonkeller.ch **3 CAVIAR OF SWITZERLAND** Der Micellar Water All-in-one Cleanser ist ein sanftes, wirkungsvolles Mizellenwasser, das Make-up entfernt und die Haut gründlich reinigt. Die reichhaltige Formulierung mit Kaviar-Extrakt und Aloe vera spendet zudem Feuchtigkeit, sodass Spannungsgefühle und Trockenheit sofort verschwinden. Tel. 040 839 250 50, <https://smp-hh.de> **4 BELICO** Der Körperpflegeschaum Zero – Body Floating verwöhnt die Haut mit Aqua Cacteen™, einem Elixier aus dem mexikanischen Kaktus. Die luftige Textur spendet Feuchtigkeit und beruhigt die empfindliche Körperhaut. Gleichzeitig wird die Hautbarriere gestärkt und geschützt. www.belico.de **5 MATIS PARIS** Das ‚My-Multimasking-Set‘ folgt dem Trend des Multimasking-Rituals. Die Gesichts-Gel-Maske Hyalu Flash, die pflegende Augen- und Lippenmaske Recomfort-Eyes sowie die Eye Patches bieten für einen 15-minütigen Verwöhnemoment. Tel. 044 389 87 87, www.jp-rosselet.ch



Anida Becirovic hat sich ihren Traum von der Selbstständigkeit erfüllt. Seit Juni 2023 führt sie ihr erfolgreiches Kosmetikinstitut in Winterthur.

INSTITUT DES MONATS

EIN ORT FÜR SCHÖNE HAUT

AB DERMALOUNGE GMBH

Eine erfolgreiche Selbstständigkeit war das Ziel. Das hat Anida Becirovic mit ihrem Kosmetikinstitut AB Dermalounge in Winterthur erreicht. Die gelernte Kosmetikerin und Medizinische Praxisassistentin legt hier den Fokus auf die „Gesunderhaltung der Haut“ – von innen und aussen. Um effektive Lösungen zu bieten und ihre Kundinnen und Kunden langfristig zufrieden zu machen, setzt sie dafür auf ihre Erfahrung und kontinuierliche Weiterbildungsmaßnahmen.

Die Altstadt von Winterthur bietet sich seit jeher zum Flanieren und zu reizvollen Erkundungstouren an. Zu einem Stopp lädt auch das Kosmetikinstitut von Anida Becirovic ein. Im Herzen der Altstadt, nur fünf Minuten vom Hauptbahnhof entfernt, umgeben von Restaurants, Cafés und Einkaufsmöglichkeiten, befindet sich die AB Dermalounge GmbH in einem historischen Gebäude. Seit Juni 2023 werden hier die Kundinnen und Kunden rund um das Thema „Gesunderhaltung der Haut“ beraten, behandelt und verwöhnt.

Dass es gerade dieser Schwerpunkt der Kosmetikerin angetan hat, ist in ihren Anfängen zu finden. Aufgewachsen ist die 39-Jährige in der ländlichen Gegend Buchs im Kanton St. Gallen. Schon früh hatte sie den Wunsch, Kosmetikerin zu werden, doch vor 25 Jahren gab es dort kaum Ausbildungsplätze in diesem Bereich. Da auch das Thema Medizin von grossem Interesse war, entschied sich Anida Becirovic für eine Ausbildung zur Medizinischen Praxisassistentin (MPA) in einer Sport- und Unfallpraxis. Danach sammelte sie über zehn Jahre Erfahrung als MPA, bildete Lehrlinge aus und begleitete sie ins Berufsleben. 2015 zog sie der Liebe wegen nach Winter-



Auf 90 Quadratmetern ist genug Platz für die ganzheitliche Schönheitspflege. Derzeit ist Anida Becirovic auf der Suche nach einer Mitarbeiterin sowie einer Praktikantin.

thur, wo sie beschloss, ihren Traum zu verwirklichen und eine Ausbildung zur Dipl. Kosmetikerin zu absolvieren – mit dem Ziel, sich selbstständig zu machen.

LEBE DEINEN TRAUM

Im Anschluss daran belegte sie diverse Weiterbildungen im medizinisch-kosmetischen Bereich und sammelte praktische Erfahrung durch mehrere Prakti-

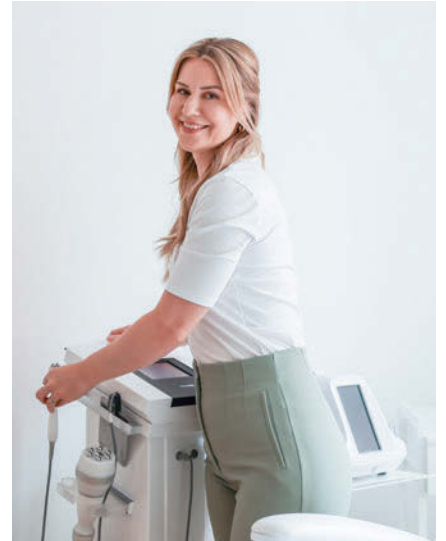
ka. Im Jahr 2018 erfüllte sie sich den Traum der Selbstständigkeit fast zeitgleich mit der Geburt ihrer Tochter. Eine ziemliche Herausforderung! Sie startete mit einem Kosmetikzimmer in den eigenen vier Wänden, in denen sie alle Behandlungen anbot, die sie gelernt hatte. „Die AB Dermalounge wuchs schnell. Jedoch war für mich klar, dass ich in eine andere Richtung möchte“, erinnert



Die „Gesunderhaltung der Haut“ ist Anida Becirovics oberstes Ziel. Das Erreichen geschieht von innen und aussen.



Die AB Dermalounge bietet ganzheitliche Behandlungskonzepte an, um langfristige und nachhaltige Ergebnisse zu erzielen. Die zwei Behandlungskabinen sind dafür bestens ausgestattet.



Für jeden Hauttyp geeignet: Das AquaFacial gehört zu den meistgebuchten Behandlungen.

sich Anida Becirovic. Im Mai 2020 zog sie in eine Gemeinschaftspraxis und konnte sich trotz Corona und des Lockdowns ein erfolgreiches Geschäft aufbauen. Im April 2023 stellte sie ihre erste Mitarbeiterin ein und im Juni eröffnete sie ihre heutige eigene Praxis. „Meine Spezialisierung liegt auf der Behandlung von Problemhaut, insbesondere Akne, Rötungen und Pigmentflecken. Mit meinem Hintergrund in der Medizin war für mich immer klar, dass ich keine ‚dekorative‘ Kosmetik machen möchte. Unser Ziel ist es, Frauen wieder ein gesundes Hautbild und gutes Hautgefühl zu geben und ihnen ein Stück Selbstvertrauen zurückzugeben. Der Fokus liegt bei uns auf der ‚Gesunderhaltung der Haut‘ – und zwar langfristig!“

DER FOKUS AUF GESUNDE HAUT

Und dieses Vorhaben gelingt durch ein umfassendes und ganzheitliches Konzept – von innen und aussen. Angefangen mit einer Anamnese sowie Hautbeurteilung über Aufnahmen mit dem Skinanalyzer hin zur Erstellung eines individuellen Behandlungsplans, wel-

cher die Heimpflege sowie Behandlungen im Studio beinhaltet. Die Behandlungen sind als Prozess angelegt, um dann auch wirklich nachhaltige Erfolge zu erzielen. Sie sind dabei spezialisiert auf Problemhautbilder wie Akne, Rötungen und Pigmentflecken sowie Anti-Aging. Dazu gehören AquaFacial – eine der meistgebuchten Behandlungen –, Skin Resurfacing, Cosmelan, Bio Peel X, Microneedling und Kryoradiofrequenz.

VON INNEN UND AUSSEN

Dass die Ernährung und ein gesunder Darm wesentlich für die Hautgesundheit sind, ist bekannt. Die AB Dermalounge hat sich daher Unterstützung durch Dr. med. Thomas Kölbl, Plastischer Chirurg, sowie im Bereich Longevity Coaching tätig, mit Fokus auf Ernährungsberatung, ins Institut geholt, um das Hautthema von innen anzugehen. Die Produkte von Dr. Niedermaier sollen ausserdem beim Thema Detox und zur Unterstützung des Darms beitragen. So soll ein ganzheitlicher, gesunder Lifestyle erreicht werden. Mit der Dermatologin Dr. Parinaz Hohendorf-Ansari fin-

det ebenfalls ein enger Austausch statt. Mediquant in Winterthur ist zudem eine gute Adresse, wenn Anida Becirovic auf Unterstützung in naturheilpraktischer Form zurückgreifen möchte. Sie selbst macht derzeit eine Weiterbildung im Bereich Hormone und Haut, um die Zusammenhänge noch besser zu verstehen und die Kundinnen auch hier noch besser beraten zu können. Und der Kundenstamm, der hauptsächlich aus Frauen zwischen 18 und 70 Jahren sowie wenigen Männern mit Akneproblemen besteht, ist dankbar für diesen Rundumservice.

STILLSTAND IST RÜCKSCHRITT

Anida Becirovic ist eine echte Powerfrau, die stets an Neuem interessiert ist und daran, ihren Kundinnen den bestmöglichen Prozess zum Erreichen der gewünschten Hautziele zu bieten. Dazu gehören auch Anwendungen im minimalinvasiven Bereich, ebenfalls mit dem Fokus auf sichere, nachhaltige und langfristige Behandlungen. Hier arbeitet sie seit Mai ebenfalls mit dem plastischen Chirurgen Dr. med. Thomas Kölbl zu-

„DER AUFBAU EINES KUNDENSTAMMS IN EINER NEUEN STADT UND ZU CORONA-ZEITEN WAR EINE HERAUSFORDERUNG, DIE VIEL ENGAGEMENT UND DURCHHALTEVERMÖGEN ERFORDERT HAT.“

„WAS MICH ERFÜLLT, IST DIE SICHTBARE VERBESSERUNG DES HAUTBILDES UND DIE ZUFRIEDENHEIT MEINER KUNDINNEN.

sammen. Er führt Behandlungen wie Botulinum-Toxin, Hyaluronfiller und Skinbooster im Institut durch.

Für sich selbst und ihre Mitarbeiterin organisiert sie regelmässig Weiterbildungen. Aktuell werden die Module für den V-NISSG-Sachkundenachweis finalisiert.

Und auch für die Social-Media-Betreuung hat sie sich professionelle Verstärkung ins Team geholt.

ZUKUNFTSPLÄNE

Die Unternehmerin plant, weiter zu expandieren und das Angebot kontinuierlich zu erweitern. Zum Ende des Jahres verspricht sie ihren Kundinnen spannende News, die jetzt allerdings noch geheim sind. Zudem möchte sie ihr Wissen künftig an angehende Kosmetikerinnen weitergeben, aber auch an Kun-

dinnen ... in welcher Form das passieren wird, ist derzeit noch in Planung. Und wenn Anida Becirovic nicht an und in ihrem Institut arbeitet und Zeit mit der Familie geniesst, unterstützt sie die Krebsforschung sowie Familien in Bosnien und Herzegowina, ihrem Heimatland. Menschen Gutes zu tun, ist einfach ihr Lebenstraum.

Text: Nadine Schwarz

Jetzt bewerben!

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



In Aktion: Anida Becirovic bereitet ihre Kundin für ein Microneedling vor – zuvor folgt die Abreinigung.



FAKTEN

Eröffnet: 2018 bzw. 2023

Inhaberin: Anida Becirovic

Ausbildung: Medizinische Praxisassistentin (MPA), Dipl. Kosmetikerin (Ausbildung an der Schule von Cornelia Heydecker in Zürich)

Behandlungsschwerpunkte: Problemhautbilder wie Akne, Rötungen und Pigmentflecken sowie Anti-Aging

Lieblingsbehandlung: alles, was zum gesunden Hautbild gehört

Räumlichkeiten: circa 90 Quadratmeter, 2 Behandlungskabinen, Empfang

Angestellte: aktuell auf der Suche nach einer Dipl. Kosmetikerin 50 bis 80 %, sowie einer Praktikantin mit Aussicht auf Festanstellung

Marken: phFormula | Mesoesthetic | DP Dermaceuticals | Dr. Niedermaier | Rosekin Cosmetics

Geräte: Dermapen | ProFacial | Celluma LED Body Health BHS 156 | Skin Analyzer

Kunden im Monat: circa 200



KONTAKT

AB Dermalounge GmbH
Marktgasse 33, 8400 Winterthur
www.ab-dermalounge.ch
Instagram: @abdermalounge

AUS DEN UNTERNEHMEN

BRANCHEN-NEWS

Nachhaltigkeit & Konferenz



Wirtschaftliche Leistungsfähigkeit, soziale Gerechtigkeit und ökologische Verträglichkeit – auf ebendiesen drei Säulen beruht das Nachhaltigkeitsmanagement von Reviderm. Seit März 2024 verantwortet Philipp Baisch, der sowohl einen Bachelor- als auch Master-of-Science-Abschluss in Biobased Products and Bioenergy hat, diesen Bereich. Als Nachhaltigkeitsmanager betrachtet er zum einen die Geschäftstätigkeiten auf Firmen- und Portfoliosseite, zum anderen deren Wechselwirkung mit den drei Stützpfeilern der Nachhaltigkeit. Des Weiteren geht es um eine nichtfinanzielle Unternehmensbewertung, in der eine ausgewogene und gleichwertige unternehmerische Verantwortung gegenüber der Umwelt, aber auch dem gesellschaftlichen Umfeld mit all dessen Interessengruppen reinspielt. Mit großem Erfolg fand ausserdem



am 16. Juni die wissenschaftliche Konferenz „Skin Intelligence“ in Vietnam statt, die von Reviderm zusammen mit Vertriebspartner MDmedical organisiert wurde und einen weiteren wichtigen Schritt im Ausbau des internationalen Wachstums darstellt. www.reviderm.com



Zum 15-jährigen Bestehen vergrössert sich die swissestetic mit einem schicken Neubau.

Neue Räume

Die swissestetic ist in die Ruessenstrasse 13 in 6340 Baar umgezogen und hat sich damit vergrössert. Anstatt der drei Lager wird künftig alles auf einer Ebene konsolidiert. Zudem wird es grössere Schulungsräume für die Workshops für die Kosmetikerinnen und Ärzte geben. Am 28. Oktober ist Tag der offenen Tür, wozu das Unternehmen herzlich einlädt. www.swissestetic.ch

Best of Beauty



Lydia Engels ist die aktuelle Gewinnerin des „Best of Beauty“-Wettbewerbs von Belico. In zwölf Monaten konnte die Kosmetikerin durch

Produktverkauf eine Umsatzsteigerung von über 6.000 Euro verzeichnen. Das Preisgeld in Höhe von 1.500 Euro dient der Verschönerung ihres Instituts „Medical Beauty Rief Stuttgart GmbH“. www.belico.de



Babor-Spa-Fee-ling im Iberostar Selection Llaüt auf Mallorca.

Engagement

Das Kosmetikforschungsunternehmen Skeyndor hat bei der vierten Ausgabe der VPC Green Beauty Awards für seine Zusammenarbeit mit der Stiftung CRIS Against Cancer den Goldpreis für die beste grüne Solidaritätsinitiative erhalten. Der von Ventas de Perfumería y Estética organisierte Schönheitswettbewerb zielt auf die Förderung und Anerkennung der Arbeit von Unternehmen ab, die sich durch ihr Engagement für Umwelt



Mit der Kampagne „Together Against Breast Cancer“ unterstützt Skeyndor Krebsprojekte.

und Gesellschaft auszeichnen. Die professionelle Kosmetikmarke spendet zudem 100 000 Euro an die Stiftung, um zwei Projekte zu finanzieren: Melanommetastasen am Severo Ochoa Molecular Biology Center in Madrid und hormonpositiver Brustkrebs am Hospital Clínic in Barcelona. www.skeyndor.ch

Partnerschaft

Die deutsche Premium-Hautpflege-marke Babor und Iberostar Hotels & Resorts haben eine neue Partnerschaft geschlossen, um exklusive Spa-Angebote zu etablieren. In zunächst 21 Vier- und Fünf-Sterne-Hotels in Spanien und Portugal können Gäste dieser Hotels exklusive Babor-Behandlungen in den hauseigenen Iberostar Spas genießen. Für Babor markiert diese Kooperation einen wichtigen Schritt innerhalb der Multichannel-Expansionsstrategie der Marke und stärkt ihre Position im Spa-Bereich. www.babor-beauty-group.com

Social Media

WAS GEHT AUF UNSEREN KANÄLEN?

JA, LIKE MICH DOCH!



BEAUTY_FORUM_CH

UMFRAGE

Auf INSTAGRAM zum Dossier: Beauty Journey

25%

beschäftigen sich mit lukrativer UV-Vermarktung.

90%

bereiten die Haut ihrer Kundinnen auf Sonne und Meer vor.

100%

klären ihre Kundinnen über UV-Strahlung und den richtigen Lichtschutzfaktor auf.



SPRUCH DES MONATS

„DAS, WAS WIR SEHEN, HÄNGT DAVON AB, WOHIN WIR SCHAUEN.“

FOLLOW US

3.480



BEAUTY FORUM SCHWEIZ

Kommentiert unter diesem Bild



FACEBOOK: „Zyklisch leben“ ist kein Trend, sondern uraltes Wissen. Kennst du die Zyklusphasen deiner Kundin, um darauf einzugehen?



BEAUTY_FORUM_CH

Beauty Journey

Der grosse Urlaubs-Check für die Haut

INSTAGRAM: Es gibt einige unverzichtbare Beauty-Essentials für den Sommerurlaub, die deine Kundin dank deiner Expertise strahlend und gepflegt durch die sonnigen Tage geführt haben. Von der Vorbereitung der Haut über die Kommunikation der Pflege und der richtigen UV-Vermarktung bis zu speziellen Nachbehandlungen sorgen die Sommermonate dafür, dass im Kosmetikinstitut die Kasse klingelt und die Kundin das Urlaubsfeeling so richtig geniessen kann. Wie der erfolgreiche Urlaubs-Check gelingt, liest du im Dossier unserer Juli+August-Ausgabe.



FOTOS: HALFPPOINT, VERONA STUDIO / SUTTERSTOCK.COM

BEST AGER

In diesem Step-by-Step zeigt Ihnen Make-up-Artistin Iliana Illien, wie man mit dem typgerechten Best-Ager-Look frisch und modern aussieht.

DIE EXPERTIN



ILIANA ILLIEN

ist diplomierte Hairstylistin aus Thun. In Berlin und Los Angeles bildete sie sich zur Make-up & SPFX Artistin weiter. Sie arbeitet für Werbe- und Filmproduktionen, Musicals, Editorials und Brautstylings. Als Coach an der Blend Academy in Bern gibt sie ihr breites Fachwissen an zukünftige Make-up Artists weiter.

Mit etwas Make-up, Rouge und Wimperntusche hat jede Frau gleich mehr Frische im Gesicht. Aber wie genau sieht das perfekte Make-up aus, wenn die Haut nicht mehr ganz so straff und jung ist wie einst? Welcher Look kommt für reifere Frauen in Frage? Mit 20 schminkt man sich anders als mit 50. Ganz nach dem Spruch „Make-up und Schönheit kennen kein Alter“ zeigt uns die Thuner Make-up Artistin Iliana Illien, wie man auch mit Ü50 ein natürlich strahlendes Aussehen im Handumdrehen erreichen kann.

UNKOMPLIZIERT, LADY-LIKE, SPORTLICH-ELEGANT ODER KLASSISCH?

Von der Grundierung über Contouring, dem richtigen Augen-Make-Up bis zum Touch-Up – was gibt es zu beachten? Mit dem Alter sind ein ungleichmäßiger Hautton und sogar Hautunreinheiten keine Seltenheit: Mit Foundation und Concealer nur für die Augenpartie (statt der Grundierung) wird der Teint auf natürliche Weise geebnet, anstatt sich unter dicken Make-up-Schichten zu verstecken. Ein wenig Rouge und schon ist der Look perfekt!



1 Die Pflege ist einer der wichtigsten Schritte, um einen schönen Look zu schminken. Bei reiferer Haut ist es umso wichtiger, da sie mit der Zeit trockener und dünner wird. Daher beginne ich mit einer reichhaltigen Pflege und verbinde diesen Schritt mit einer Gesichtsmassage, um die Durchblutung anzuregen. Für die sensible Haut rund um die Augenpartie benutze ich Augenpads. Bei vergrösserten Poren oder glänzenden Stellen trage ich einen Primer auf und schliesse die Pflege mit einem Lippenbalsam ab.



2 Nach der Pflege trage ich eine leichte Foundation auf. Hier gilt, weniger ist mehr. Unter den Augen neutralisiere ich die dunkleren Stellen mit einem pfirsichfarbenen Corrector und trage danach einen etwas helleren Concealer auf. Dabei achte ich darauf, dass ich den Concealer gut einarbeite, damit ich die feinen Fältchen nicht zu sehr betone. Allfällige Rötungen decke ich ebenfalls mit dem Concealer ab. An glänzenden Stellen fixiere ich das Make-up mit einem leichten Puder.

„DER LOOK ZEIGT WIE REIFE HAUT FRISCH UND GESUND AUSSEHEN KANN UND TROTZDEM NICHT ZU MASKENHAFT WIRKT.“

ILIANA ILLIEN



3 Bei diesem Look habe ich mich für eine natürliche Braue entschieden. Als Erstes bürste ich die Brauenhärchen nach oben. Dann fülle ich die Lücken mit einem Puder auf und verleihe der Braue somit eine schöne natürliche Form. Um die Braue in ihrer Form zu fixieren, benutze ich ein Brauengel und kämme sie nochmals nach oben.



4 Ich bereite das Auge mit einem Primer vor und gebe dem oberen Wimpernkranz mit einem Kajal eine leichte Kontur. Um ein Schlupflid zu kaschieren, betone ich die Lidfalte und etwas darüber hinaus mit einem braunen Lidschatten und verblende alles gut. Mit einem Dunkelbraun betone ich den äusseren Augenwinkel. Das Auge lasse ich grösser wirken, indem ich aufs bewegliche Lid und im inneren Augenwinkel eine hellere Farbe auftrage. Am Schluss werden die Wimpern gebogen und getuscht.



5

Um dem Gesicht etwas Kontur zu geben, trage ich einen cremigen Bronzer auf. Für Frische und Glow benutze ich einen ebenfalls cremigen Blush in einem kühlen Roséton. Ein paar Highlights setze ich auf den Wangenknochen und im inneren Augenwinkel. Anschliessend fixiere ich das Ganze mit etwas Puder. Nur so viel wie nötig. Ansonsten besteht die Gefahr, dass sich das Make-up in den Fältchen absetzt und unschön wirkt.



6

Damit mein Lippenstift gut hält, tupfe ich die Lippenpflege etwas ab. Um ein Verlaufen des Lippenstifts zu verhindern, wird die Lippenkontur zuerst mit einem Lipliner in der passenden Farbe umrandet und leicht nach innen verblendet. Dann trage ich den Lippenstift in einem leichten Pink auf. Zum Schluss korrigiere ich meine Lippenkontur mit einem flachen Pinsel und etwas Concealer, um ein sauberes Finish zu erhalten.



Fertiger Look

Der Look zeigt, wie reife Haut mit den richtigen Tricks frisch und gesund aussehen kann und trotzdem nicht zu maskenhaft wirkt. Um etwas Farbe reinzubringen und den Hautton zu unterstreichen, wurde für die Lippen und Wangen ein kühles Rosé gewählt. Um der Haut die Extraportion Feuchtigkeit mitzugeben, wird zum Schluss ein feuchtigkeitsspendendes Setting-spray aufgetragen.

FOTOS: NGAN NGUYEN

MAKE-UP: ILIANA ILLIEN

HAIRSTYLIST: ILIANA ILLIEN

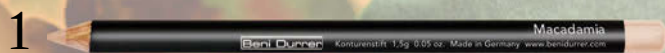
STYLIST: LUCINE AYANIAN

MODEL: SONJA KOSANETZKY

FARBFEST

Herbst-/Wintertrends

Die Natur als farbenfrohe Inspiration. Stöbern Sie auf den folgenden Seiten durch die Neuheiten der dekorativen Kosmetik, mit denen Sie Ihre Kundinnen in diesem Herbst und Winter trendsicher in Szene setzen werden.



1 BENI DURRER BEAUTY MACADAMIA Konturenstift **2 RefectoCil** ‚Lash Brow Booster‘ mit hauptsächlich pflanzlichen Wirkstoffen **3 RevitaLash® Cosmetics** RevitaLash Advanced Serum aus der RevitaLash Spring Icons Collection **4 Nee** Eye Shadow Trio ‚Zafran‘ **5 STAGECOLOR Cosmetics** Brow Styler Pencil ‚Fill & Define‘ **6 STAGECOLOR Cosmetics** Brow Styling Gel **7 STAGECOLOR Cosmetics** Brow Kit Powder & Wax für variables Brauen-Styling





8



8 MARIONNAUD Smashbox ‚Halo Sculpt + Glow Face Palette‘ All-in-One für Konturen, Rouge und Highlighter
9 MI-NY One Step Peel Off Lac-Nagellack ‚Viva Magenta‘
10 KURE BAZAAR Nagellack Amethyst aus der Kollektion ‚Vernis Printemps‘ **11** CND Vinylux #145 Scarlet Letter
12 MARIONNAUD BareMinerals ‚Loose Foundation‘ mit SFP 15 **13** Kryolan Gel Lipliner Farbe ‚Warm Mulberry‘
14 arabesque Invisible Lip Line Perfector **15** NEE Matte Lipstick Nr. 158 cayenne



9



10



11



12

13



14

15



Bezugsquellen

arabesque, über Youvia, www.youvia.ch | Beni Durrer Beauty, www.benidurrer.com | CND Shellac, über Simon Keller AG, www.simonkeller.ch | Kryolan, über Coidro AG, www.kryolan.ch | Nee Make-up, über Simon Keller, www.simonkeller.ch | BareMinerals, über Marionnaud Switzerland AG, www.marionnaud.ch | Kure Bazaar, über Windis AG, www.windisag.ch | Mi-Ny, über Windis AG, www.windisag.ch | Stagecolor, über JP Rosselet, www.jp-rosselet.ch | RevitaLash® Cosmetics, über Windis AG, www.windisag.ch | RefectoCil, über JP Rosselet, www.jp-rosselet.ch



HÖHEN UND TIEFEN

Miese Laune, PMS und Schmerzen während der Mens – das ist manchmal alles, was Frauen zu ihrem weiblichen Zyklus einfällt. Das ist jammerschade, denn es ist nur die Hälfte des Kuchens. Denn auch die zweite Zyklusphase hält ihre schönen Seiten für uns bereit, wenn wir uns darauf einlassen, uns beobachten und die Schätze darin entdecken.

Im ersten Teil dieser Serie (nachzulesen in der Ausgabe 7+8/2024 der Beauty Forum Swiss) sind wir gemeinsam durch die erste Zyklusphase gereist. Wir haben die Zeit nach der Menstruation betrachtet und den inneren Sommer. In einem Monatszyklus erleben wir Frauen nämlich – genau wie in der Natur – vier innere Jahreszeiten. Wobei die zweite Hälfte für die allermeisten Frauen die herausforderndste ist.

19 bis 25) oft gemischte Gefühle ein. Wir brauchen mehr Zeit für uns und sehen in vielen Dingen klarer. Der innere Herbst ist die perfekte Zeit, um loszulassen, auszumisten und aufzuräumen. Nicht nur im Kleider- oder Kühlschrank, sondern auch in unserem Leben. Oft sehen wir in dieser Phase, was nicht rundläuft, was uns stresst und Energie raubt. Wir sehen mit viel Klarheit den Bullshit in unserem Leben, weshalb ich die-

„DER INNERE HERBST IST DIE PERFEKTE ZEIT, UM LOSZULASSEN, AUSZUMISTEN UND AUFZURÄUMEN.“

WAS HAT ES MIT DER ZWEITEN ZYKLUSHÄLFTE AUF SICH?

Der Eisprung markiert den höchsten Punkt im Zyklus, genauso, wie der Vollmond im Mondzyklus für die Mitte steht. Die Phase nach diesem Höhepunkt nennen wir Lutealphase. Durch die Bildung von Progesteron, dem Gelbkörperhormon, bereitet sich die Gebärmutter auf die Einnistung einer Eizelle vor. Während wir im inneren Sommer noch voller Verbundenheit, Lust und Leidenschaft durch die Welt gewandelt sind, stellen sich im inneren Herbst (circa Zyklustag

se Zyklusphase auch gerne liebevoll die „No-Bullshit-Time“ nenne. Was nervt, was stört, wo klemmt's? All das kommt häufig jetzt an die Oberfläche, und das nicht nur in unserem Leben, sondern auch auf der Haut.

MEHR SELF CARE: FÜR SCHÖNE HAUT UND STABILE SEELEN

Unsere Hormone haben einen Einfluss auf die Haut und das Mikrobiom. Treten nach dem Eisprung Unreinheiten auf, macht es Sinn, schon im Vorfeld ein entzündungshemmendes Produkt oder Serum zu empfehlen.

So kann prophylaktisch gearbeitet werden und nicht erst dann, wenn die Unreinheiten sich zu grösseren Pickeln entwickelt haben.

Im inneren Herbst und kurz vor der Menstruation werden wir dünnhäu-

Tipp

Eine Zyklusbeobachtung über mehrere Monate hilft Ihnen und Ihren Kundinnen herauszufinden, wie sich die Haut innerhalb des Zyklus verändert. Das kann sehr individuell sein, und doch wird jede bei sich selbst ein Muster erkennen, auf das dann reagiert werden kann.

tiger. Das zeigt sich bei vielen Frauen in wechselnden Stimmungslagen, fehlender Energie und eventuell sogar stärkeren Symptomen eines Prämenstruellen Syndroms (PMS). In einer Gesellschaft, für die „höher, schneller, weiter“ normal ist und die sich kaum Pausen gönnt, haben wir verlernt, auf unseren inneren Rhythmus zu hören. Und dieser sehnt sich nach mehr Pausen, langsamer gehen und Me-Time.

Was die Haut angeht: Genau wie unser Energielevel nach dem Eisprung ein anderer ist, verändert sich auch die Haut. Ihre Pflege darf nun angepasst werden, denn durch das erhöhte Progesteron freut sie sich über andere Produkte als vor dem Eisprung. Interessant: Die Neigung zu Wassereinlagerungen in der zweiten Zyklushälfte ist höher. Deshalb sind Lymphdrainagen, die reinigend und entgiftend wirken, sehr gut für die Haut.

Ausserdem ist sie empfänglich für straffende Behandlungen. Das Progesteron, das jetzt Hochkonjunktur hat, ist dafür verantwortlich, für ein stabiles und gutes Bindegewebe

Tipp

Gönnen auch Sie sich während der Monatsblutung ausreichend Pausen. Trinken Sie viel und sorgen Sie gut für sich, sodass Sie Ihren Kundinnen, jedoch vor allem Ihnen selbst gerecht werden können.

zu sorgen. Entsprechende Behandlungen wirken unterstützend und wohltuend. Eine gezielte Pflege des Dekolletés ist gerade bei Wassereinlagerungen im Zusammenhang mit dem PMS und Spannungsschmerzen in der Brust sehr wertvoll.

MONATSBLOTUNG UND INNERER WINTER

Der innere Winter ist die Zeit zwischen dem 26. und 4. Zyklustag. Nun löst sich die Gebärmutter Schleimhaut ab, und das Hormonlevel ist auf dem Tiefstand. Zyklustag 1 ist der Tag, an dem die Monatsblutung einsetzt und damit der alte Zyklus endet und ein neuer Kreis beginnt. Vergleichen wir den weiblichen Zyklus mit den Mondphasen, befinden wir uns jetzt beim Neumond.

„EINE GEZIELTE PFLEGE DES DEKOLLETÉS IST GERADE BEI WASSEREINLAGERUNGEN IM ZUSAMMENHANG MIT PMS UND SPAN-
NUNGSSCHMERZEN IN DER BRUST SEHR WERTVOLL.“

Im inneren Winter ruft es uns zu unseren Wurzeln. Wir ziehen uns gerne zurück, wenn dies möglich ist. Suchen eher die Stille und hängen unseren Träumen nach. Oft sind wir stark mit unserer Intuition verbunden und haben ein grosses Bedürfnis danach, uns auszuruhen. Stecken Sie selbst in dieser Zyklusphase, können Sie sicher wahrnehmen, dass Sie Ihr Arbeitstag mehr fordert als sonst.

ZEIT, DIE KRAFTRESERVEN WIEDER AUFZULADEN

Selbstverständlich gilt das für beide Seiten – auch eine Kundin am Tag 1 ihrer Blutung hat ein hohes Ruhebedürfnis. Auch ganz praktische Dinge, wie häufigere Pausen für den Toilettengang, sind einzuplanen. Aus diesem Grund ist es so hilfreich, sich untereinander über den Zyklus auszutauschen, um Energien und Stimmungen optimal zu nutzen.

Im inneren Winter ist unser Bedürfnis nach Wärme oft grösser, wir sollten gut auf unsere Ernährung achten und genügend Schlaf einplanen. Nur so laden wir unsere Akkus für einen neuen Mondmonat auf und beugen dem Ausbrennen vor. Wenn wir die Natur beobachten, wissen wir, dass der Baum sich im Winter erholt und seine Kräfte sammelt, damit er im Frühling wieder blühen kann. Von uns selbst verlangen wir, dass wir immer auf Draht sind, dass wir immer leisten müssen, dass wir immer mögen müssen, denn sonst könnte die Welt untergehen.

FAZIT

Das Schöne am zyklischen Leben ist, dass wir uns mit jedem Zyklus ein wenig besser kennenlernen. So

kommen wir unseren Vorlieben und Stärken, Energiehochs und Bullshit-Themen immer mehr auf die Spur und können dieses Wissen in allen Bereichen unseres Lebens anwenden. Wenn wir unseren Zyklus gut kennen und alle vier inneren Jahreszeiten lieben lernen, wird uns immer häufiger wohl in unserer Haut sein, egal an welchem Zyklustag wir gerade stehen!



Josianne Hosner

ist Zyklusmentorin, Autorin und Menstruationskundige und gibt bei „Quittenduft“ seit über zehn Jahren Zykluswissen weiter. In Online-Kursen, Vorträgen, Workshops und ihrem Buch „Back to the Roots – Zyklisch leben mit immenser Freude“ zeigt sie Frauen, wie sie wirklich ticken und alle inneren vier Jahreszeiten smart für sich nutzen können.

ZWEITER FRÜHLING: NEUE LIEBE IM ALTER

Für die Liebe ist es nie zu spät. Immer mehr Menschen verlieben sich auch im Alter noch einmal neu. Sie erblühen gewissermassen ein zweites Mal wie zuletzt in jungen Jahren. Warum Liebe keine Frage des Alters ist und wie sie zur neuen Lebensfreude verhelfen kann, lesen Sie hier.



FOTO: PEOPLEIMAGES.COM - YURI A/SHUTTERSTOCK.COM

Liebe ist schön. Sie schenkt uns Wärme, Geborgenheit und Halt. Sie macht das Leben lebenswert. Doch mit zunehmendem Alter wird das Verlieben nicht unbedingt einfacher. Als junger Mensch waren die allseits bekannten Schmetterlinge im Bauch öfter zu Besuch, doch im Alter kommen sie immer seltener vorbei. Das hat viele Gründe: Langzeitbeziehungen, eine oder mehrere Beziehungen und die darauffolgende Ernüchterung. Vielleicht ist man aber auch einfach vorsichtiger und nachdenklicher geworden und wägt neue Situationen besser ab oder hat das Leben alleine ganz einfach zu geniessen gelernt.

HERZKLOPFEN MIT 50 PLUS

Natürlich ist die Partnersuche ein grosser Schritt. Ab einem gewissen Alter geht es den meisten nicht mehr nur um den einen oder anderen Flirt oder ein kleines Date. Vielen geht es darum, einen Menschen zu finden, mit dem sie persönliche Entfaltung, Freundschaft, Beständigkeit, Zärtlichkeit und Lebensfreude austauschen können. Doch vielen Singles in der Mitte ihres Lebens fällt es nicht leicht, auf andere Menschen aktiv zuzugehen oder gar zu flirten.

Die Unsicherheit und Angst kann gross sein, wieder enttäuscht zu werden oder in alte Muster zu verfallen. Wenn es dann noch einmal kribbelt, tendieren vor allem Frauen dazu, ihren Kopf anstelle ihres Herzens entscheiden zu lassen und reagieren etwas zurückhaltender. Das liegt meiner Erfahrung nach daran, dass vor allem die ältere Generation meist noch nach dem klassischen Rollenmodell gelebt hat. Haben sie dann als Alleinstehende ihre persönliche Erfüllung erlangt, sorgen sie sich, dass sie diese „Freiheit“ wieder aufgeben müssen.

HOHE ANSPRÜCHE AN DIE SPÄTE LIEBE

Ob im Internet auf Singlebörsen oder bei einem Sportkurs in einem lokalen Sportverein, bei einer Reise für Singles oder zufällig im Supermarkt –

Die 7 goldenen Regeln für die späte Liebe

1. **Alle Möglichkeiten nutzen, um Menschen kennenzulernen.**
2. **Keine Scheu vor neuen Dingen.**
3. **Negative Erfahrungen versuchen auszublenden.**
4. **Anspruchsvoll sein, aber nicht zu kritisch oder voreilig.**
5. **Offen kommunizieren, was man möchte.**
6. **Nicht automatisch Vergleiche zu früheren Partnern ziehen.**
7. **Es einfach zulassen, wenn der oder ein passender Moment gekommen ist.**

Möglichkeiten gibt es viele, einen neuen Partner kennenzulernen. Und doch zeigen Studien, dass innerhalb eines Jahrzehnts nach Trennung, Scheidung oder Verlust des Partners in der zweiten Lebenshälfte nur 40 Prozent der Männer und 20 Prozent der Frauen eine neue feste Beziehung eingehen. Die geringe Zahl von Neubindungen liegt schätzungsweise vor allem an den höheren Ansprüchen, die man an die späte Liebe stellt. Nicht wenige ältere Menschen schauen auf unerfüllte Träume zurück oder haben das Gefühl, etwas verpasst zu haben, was sie nun nachholen möchten. Und das ganz ohne ungewollte Einschränkungen oder nicht erfüllbare Erwartungen des Partners.

NEUE LEBENSFREUDE – DER ZWEITE FRÜHLING

Hat man dann jemanden getroffen, mit den gleichen Wünschen, Vorstellungen und Vorlieben, ist es, als wäre man in einen Jungbrunnen gefallen: Man ist plötzlich glücklicher, aktiver und fühlt sich wohler. Die Effekte des Verliebtseins wirken auf den Körper wie ein Rausch. Sie schenken neue Lebensenergie.

Gerade mit der Erfahrung des Alters werden diese Gefühle besonders intensiv. Durch die neue Partnerschaft steigt auch die allgemeine Zufriedenheit und man ist bereit, gemeinsam neue Dinge auszuprobieren und dem Alltag neuen Schwung zu verleihen. Zärtlichkeit und Sexualität, die vielleicht länger keinen Platz mehr im Leben hatten, können im zweiten Frühling wieder aufblühen und verstärken nicht zuletzt den Young Again-Effekt.

ALTE LIEBE ROSTET NICHT

Bei Paaren, die schon seit Jahrzehnten zusammen sind, ist das intensive Kribbeln im Bauch meist bereits verflogen und im Idealfall einer oft als sehr tiefen beschriebenen Liebe gewichen. Nicht selten jedoch funktionieren Langzeitbeziehungen als perfekte Firma – jedoch nicht mehr als Liebespaar. Meist ist der Alltag dafür verantwortlich, dass die gegenseitige Aufmerksamkeit zu kurz kommt und man vielleicht nur noch nebeneinanderher lebt. Aber auch eine Änderung der Lebenssituation kann die langjährige Partnerschaft auf die Probe stellen. Glücklicherweise lässt sich auch in langjährigen Beziehungen ein zweiter Frühling erleben. Dafür ist es besonders wichtig, dass man immer wieder ganz bewusst die räumliche und körperliche Nähe zueinander sucht und beispielsweise neue, gemeinsame Rituale entwickelt, die die Beziehung wieder auffrischen.

FAZIT

Natürlich gibt es keine Garantien, aber wo gibt es diese schon im Leben? Enttäuschungen gehören zum Leben dazu und helfen manchmal sogar, die Augen weiter zu öffnen. Wichtig ist: Liebe kann überall und zu jeder Zeit passieren – man muss sie nur zulassen.



Martina Rissi

ist Beziehungsexpertin für Singles und Paare. Seit über zehn Jahren ist sie mit eigener Praxis in Zürich und berät Menschen allen Alters, Geschlechts und Konstellationen.

AUSBILDUNGEN

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

KLASSISCHE KOSMETIK

■ 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, Selfcare, IPL, V-NISSG Sachkundenachweis, 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.

Swiss Wellness Academy
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

Die Beauty Business School BBS, das Weiterbildungs-Center der Jean-Pierre Rosselet Cosmetics AG, richtet sich an ausgebildete Kosmetikerinnen und Kosmetiker, die in ihre Zukunft investieren wollen. Ob markenspezifisches Fachwissen, Business-Seminare zum Thema Marketing und Verkauf, praxisorientierte Informationsveranstaltungen rund um Hightech-Methoden oder der Sachkundenachweis V-NISSG: Wir möchten Sie mit der bestmöglichen Kompetenz und dem richtigen Know-how ausstatten und Ihnen viel Selbstvertrauen mit auf den Weg geben, damit Sie Ihre gesteckten Ziele erfolgreich und zeitnah erreichen.

Kontaktieren Sie uns noch heute, um mehr über das vielseitige und umfangreiche Kursangebot in Dübendorf, Lausanne und Lugano zu erfahren.

Weiterbildungskategorien:

- Klassische Kosmetik
- Medizinische Kosmetik

- V-NISSG Sachkundenachweis
- Markenpräsentationen
- Hightech Information Day
- Brow & Lashes

Marken:

- Alpeor Switzerland
- ARTEPIL
- BeautyLash
- Cellcosmet
- [comfort zone]
- JP ROSSELET SWISS SKINCARE SYSTEM
- Master Lin®
- MATIS Paris
- Methode Brigitte Kettner
- NIANCE
- RefectoCil
- skin regimen
- STAGECOLOR COSMETICS

Jean-Pierre Rosselet Cosmetics AG
BEAUTY BUSINESS SCHOOL BBS
Hochbordstrasse 9, 8600 Dübendorf
Tel. +41 44 389 87 87
training@jp-rosselet.ch
www.beauty-business-school.ch

■ Zürich

Maria Schweizer AG

Fachschule für Kosmetik

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 Ausbildungsangebot für höchste Qualität. Auch ein Kosmetiklehrgang mit integriertem Sachkundenachweis wird angeboten. In den mehr als 80 Jahren des Bestehens absolvierten bereits tausende von Schülerinnen und Schülern die anspruchsvolle Ausbildung mit Diplom der Fachschule für Kosmetik Maria Schweizer und legten damit den Grundstein zum beruflichen Erfolg.

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

MEDIZINISCHE KOSMETIK

■ Baar

swissestetic AG

Erfolgreich dank Wissen

Die Kosmetikbranche durchlebt einen ständigen Wandel. Es ist nicht einfach, auf dem neusten Stand zu bleiben. Die Kunden haben immer höhere 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 professionellen 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 Anwendung kompetent weitergegeben werden:

Anti-Aging, Akne, chem. Peeling, Depigmentation, Kabinenbehandlungen, Verkaufsprodukte und viele mehr. Die aktuellen Kursdaten finden Sie auf unserer Homepage.

swissestetic AG

Ruessenstrasse 13, 6340 Baar, Schweiz
Tel.: 041 768 80 80, www.swissestetic.ch

Weiterbildungskategorien:

- Medizinische Kosmetik

Marken:

- mesoestetic
- swissestetic

LASHES

■ Bern / Zug

Nouveau Lashes – The Ultimate Lash Brand

Egal, ob Sie am Anfang Ihrer Karriere stehen oder eine erfahrene Lash Stylistin sind, wir bieten für alle Stufen ein entsprechendes,

professionelles Trainingsprogramm mit der offiziellen und weltweit anerkannten Nouveau-Lashes-Zertifizierung an:

- LVL Collagen / Cera Wimpernlifting
- Augenbrauenlaminierung
- 1:1 Wimpernverlängerung
- Volumen-Wimpernverlängerung

Unsere Schulungen kombinieren die vertiefte, theoretische Ausbildung, mit ausführlicher praktischer Anwendung, damit Sie jede Behandlung sicher und selbstständig durchführen können.

Nach dem Abschluss der Schulung erhalten Sie ein weltweit anerkanntes Zertifikat (mit 33 CPD Points bei Wimpernlifting und 52 CPD Points bei Wimpernverlängerung) sowie weiterhin professionelle Unterstützung durch unser Team bei Behandlungen oder Marketing.

Distribution und Schulungcenter
CH | DE | AT

UNEW Beauty Couture AG
Sinslerstrasse 8, 6330 Cham
Tel. 077 477 70 00
info@nouveaulashes.ch
www.nouveaulashes.ch
www.uneu.shop

■ 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.your-beauty-shop.ch

MAKE-UP

■ Bern

BLEND – Academy of Make-up Artistry Visagistenschule

Ausbildung / Weiterbildung
Die Nummer 1 Ausbildung zum professionel-

len 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 regelmässig Workshops und Masterclasses.

BLEND – Academy of Makeup Artistry GmbH
Aarberggasse 36, 3011 Bern
Tel. 031 312 20 00
mail@blend-academy.ch
www.blend-academy.ch

NAIL

■ Bern / Zug / Luzern

Bio Sculpture – Schweiz

Die Nageldesign-Schulung, die weit über eine herkömmliche Ausbildung hinausgeht!

Seit vielen Jahren nehmen wir eine führende Position in der Nail-Branche ein und sind für



Foto: Pixel-Shot/Shutterstock.com

**Sie bieten Aus- und Weiterbildungen an?
Hier könnte Ihr Eintrag stehen.**

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

BEAUTY FORUM
BE INFORMED, BE INSPIRED, BE YOURSELF!

unsere hochwertigen Produkte bekannt, die die FDA- und CPNP-Zertifizierungen tragen. Unsere Schulungen geniessen ebenfalls einen weltweit erstklassigen Ruf.

- EVO Gel-Lack System (ISO 10993-5)
- BIOGEL (Original seit 1988)
- BI-OLYGEL
- Seide Reparaturen / Verstärkungen
- Russian Maniküre

Unsere Kursangebote decken sowohl Grundlagen als auch fortgeschrittene Techniken im gesamten Spektrum des Nageldesigns ab.

Ausbildungsmöglichkeiten:

2 Tage (Basic) oder 4 Tage (Full)

Distribution und Schulungscenter CH | AT

UNEW Beauty Couture AG

Sinserstrasse 8, 6330 Cham

Tel. 077 477 70 00

info@biosculpture.ch

www.biosculpture.ch, www.unew.shop

■ 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.



Buchen Sie jetzt Ihren Ausbildungseintrag!

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

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

■ Mellingen

GRECO AG / LCN

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

Greco AG

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, Selfcare, IPL, V-NISSG Sachkundenachweis, 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.

Swiss Wellness Academy
Lyssachstrasse 83, 3400 Burgdorf
Tel. +41 34 420 08 04
Fax: +41 34 420 08 01
info@swa.ch, www.swa.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, Selfcare, IPL, V-NISSG Sachkundenachweis, 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.

Swiss Wellness Academy
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 Weiterbildungsangebot:

Koloristika GmbH – Ausbildungszentrum für Farbe, Stil & Image

Wir bieten seit über 40 Jahren eine umfassende, zeitgemässe und massgeschneiderte Aus- und Weiterbildung im Bereich der Farbe, Stil & Imageberatung in der ganzen Schweiz an.

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

Unsere Standorte:

Koloristika GmbH

Therese Hänni

Chaumontweg 20, 3095 Spiegel b. Bern

Koloristika & Atelier Joerg Kressig

Zähringerstrasse 32a, 8001 Zürich

Tel. +41 31 972 18 19

Tel. +41 79 279 36 78

info@koloristika.ch

www.koloristika.ch

3C Conseil en image

Chantal Cadorin

Rue du Midi 17, 1800 Vevey

Tel. +41 78 661 09 37

ccadorin@3cconseil.ch

www.koloristika.ch

VERBÄNDE



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



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



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



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



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



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

IMPRESSUM

31. Jahrgang 2024
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
Hirschmattstrasse 30a, 6003 Luzern
Tel. 041 417 07 70; Fax 041 417 07 71
www.health-and-beauty.ch
info@health-and-beauty.ch

Editor-in-Chief
Judith Lorenzon
judith.lorenz@health-and-beauty.com

Managing Publisher/Deputy Editor-in-Chief
Nadine Schwarz
nadine.schwarz@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, Caroline Rindlis-
bacher, René Schätti, Gisela Warthmann

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

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

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

Anzeigenpreisliste
vom 01.01.2024

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. Ver-
vielfältigungen jeder Art bedürfen der schriftli-
chen Genehmigung des Verlages. Fremdbeitrag-
e, die mit Namen des Verfassers gezeichnet
sind, geben nicht unbedingt die Meinung der
Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandte
Manuskripte wird keine Haftung übernommen.
Die Redaktion behält es sich vor, Leserbriefe
oder andere Beiträge evtl. gekürzt zu veröf-
fentlichen oder zu zitieren und die Bebilderung
der Fachartikel selbst vorzunehmen.

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

HOROSKOP

Waage (24.9. – 23.10.)

RAUF AUFS SIEGERTREPPCHEN!

Im Moment sind Sie auf Erfolg programmiert. Das kosmische Erfolgs-Trio Sonne (bis 22.10.), Merkur (bis 13.10.) und Jupiter gibt Ihnen wertvolle Rückendeckung, weckt Ihre Führungsqualitäten und eröffnet Ihnen interessante neue berufliche Perspektiven. Nutzen Sie die Gunst der Sterne! Denn jetzt gelingt es Ihnen spielend, Ihr Umfeld von Ihren Fähigkeiten zu überzeugen. Falls es ein paar Neider gibt, sollten Sie sich dadurch nicht ausbremsen lassen. Wichtige Entscheidungen treffen Sie am besten in der 1. Oktoberhälfte, während der Beauty-Talk mit Ihren Kundinnen ab dem 18.10. so richtig Spaß macht.



DAS LIEBES-SPECIAL FÜR DIE GEBURTSTAGSKINDER:

In den kommenden Wochen können Sie unter Beweis stellen, dass nur wenige das 1 x 1 der Liebe und des Flirts so gut verstehen wie Sie! Dank Merkur und Venus finden Sie jetzt nämlich genau die richtigen Worte, um die Herzen anderer für sich zu gewinnen. Mit einer ganzen Reihe an Planeten, die sich um Ihr privates Glück bemühen, dürfen Sie sich den gesamten Oktober über begehrt und geliebt fühlen. Lediglich die Eifersucht könnte sich als Beziehungskiller erweisen! Hier gilt es, achtsam zu sein! Und falls Ihr Herz noch frei ist, sollten Sie ausgehen, damit Amors Pfeile Sie auch treffen können.

♏ Skorpion (24.10. – 22.11.):
Mit Ihren kosmischen Verbündeten Venus und Mars richtet sich Ihr Fokus jetzt stark auf Ihr Privatleben. Sobald Merkur durch Ihr Sternzeichen wandert, stehen aber auch Ihre Karrierechancen auf Erfolg! Ihre Hautpflege sollte Wirkstoffe aus dem Meer enthalten!

♐ Schütze (23.11. – 21.12.):
Wenn Sie realistisch bleiben, können Sie jetzt vieles in gute Bahnen lenken. Vor allem bis Mitte des Monats hilft Ihnen Merkur dabei, die richtigen Entscheidungen zu treffen. Ab dem 18.10. sollten Sie Ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Ihr Beauty-Wirkstoff ist Hanföl!

♑ Steinbock (22.12. – 20.1.):
Trotz einiger nervenzehrender Herausforderungen besitzen Sie ein feines Gespür für alles, was gesund und schön macht. Um den Oktober zu einem Erfolgsmonat zu machen, ist es allerdings wichtiger denn je, auf Kommunikation, anstatt auf Konfrontation zu setzen.

♒ Wassermann (21.1. – 19.2.):
Obwohl Ihre Grundstimmung optimistisch und Ihr Energielevel hoch ist, sind Sie gerade etwas zu verbissen, wenn es um das Erreichen bestimmter Ziele geht. Dadurch blockieren Sie sich aber

nur unnötig! Bleiben Sie lieber entspannt und offen. Ihr Tipp heißt Rosenöl!

♊ Fische (20.2. – 20.3.):
Sie verstehen es, Ihre Energien bestens einzusetzen und mit Wissen, Können sowie Kreativität Ihre Kunden von sich zu überzeugen. Mars und Uranus fördern zudem den Mut und die Risikobereitschaft, Neues zu wagen!

♈ Widder (21.3. – 20.4.):
Um Karrierepunkte sammeln zu können, braucht es jetzt soziale Kompetenz, Beziehungsfähigkeit und die Bereitschaft, sich selbst etwas zurückzunehmen. Basenkosmetik ist Ihr Pflege-Hit.

♉ Stier (21.4. – 20.5.):
Einerseits verspüren Sie einen starken Drang, Ihrer Individualität mehr Raum zu geben, andererseits gilt es aber auch, auf die Wünsche Ihrer Kunden einzugehen – Mars versorgt Sie mit der benötigten Energie, beides zu tun!

♊ Zwillinge (21.5. – 21.6.):
Sonne und Glücksplanet Jupiter fördern alle Ihre Vorhaben. Business-Planet Merkur zeigt Ihnen zusätzlich, mit welchen Strategien Sie am schnellsten zum Ziel kommen.

♋ Krebs (22.6. – 22.7.):
Obwohl Power-Planet Mars Sie dabei unterstützt, Ihre Energien zielgerichtet einzusetzen, bremsen Sie sich immer wieder durch Selbstzweifel aus. Bleiben Sie trotzdem in der Umsetzung! Ihr Beauty-Getränk ist grüner Tee.

♌ Löwe (23.7. – 23.8.):
Sie sollten Ihre Projekte nicht mit allzu viel Verbissenheit angehen. Denn je mehr Freude und Begeisterung Sie in Ihre Tätigkeiten einfließen lassen, desto bessere Ergebnisse können Sie erzielen. Ihre Zaubercreme: Gelee Royal.

♍ Jungfrau (24.8. – 23.9.):
Der Oktober steht ganz unter dem Motto: Kommunikation! Sich mit Gleichgesinnten auszutauschen und zu vernetzen, beflügelt Sie jetzt ganz ungemein. Aber auch Fortbildungen stehen unter einem guten Stern! Detox-Kuren sind Ihr Jungbrunnen!



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.

NR. 10 ERSCHEINT AM 16. OKTOBER 2024

VORSCHAU



DAS MATCH!

Synergien bei Instituts- und Heimpflege.



IN GUTEN HÄNDEN

So pflegen Sie die Hände Ihrer Kunden am besten.



DOSSIER:

TREATMENTS FÜR ERWACHSENE

Stets eine Frage der Generation: Je nach Alter sind die Erwartungen an kosmetische Treatments in Ihrem Institut verschieden. Erfahren Sie in der kommenden Ausgabe, welche (Haut-)Bedürfnisse die jeweiligen Altersklassen haben, welche Behandlungen gerade im Fokus stehen und wie Sie diese am besten vermarkten können.

ABO-HOTLINE:

Tel. 041 417 07 70



Gesehen und gelesen werden!

Neue Produkte und Treatments auf den Markt zu bringen, ist nicht leicht. Wer auffallen möchte unter vielen, kann das mit einem Inserat in der kommenden **Medical Collection von BEAUTY FORUM Swiss 10/24**.

Die speziell für medizinische Treatments und Produkte konzipierte Sonderstrecke verschafft Ihnen die Aufmerksamkeit, die es braucht.

Mehr Informationen und Angebote können Sie bei unseren Ansprechpartnern im Sales Support einholen:

Tobias Klumpp, tobias.klumpp@health-and-beauty.com

Estelle Schütz, estelle.schuetz@health-and-beauty.com



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 ...



BENI Durrer

Der in Berlin lebende Schweizer Visagist ist Inhaber seiner Firma BENI DURRER BEAUTY, die er seit 24 Jahren selbstständig führt. In der Schweiz wird die Firma in 2025 stark aufgebaut, weil er zurück zu seinen Wurzeln möchte.

1

WAS MACHEN SIE, WENN SIE FREIHABEN?

Meine kostbare und rare Freizeit verbringe ich natürlich am liebsten mit meinem Mann. Wir lieben es, gemeinsam durch die Gegend zu bummeln, zum Beispiel auf Flohmärkten oder im Berliner Tiergarten spazieren zu gehen, mit Blick auf die Siegessäule. Und ich freue mich immer sehr, wenn Freunde zu Besuch kommen und wir in unserer großen Küche zusammen etwas zaubern können.

2

Was ist Ihr liebstes Reiseziel und warum?

Ich liebe Amsterdam und Holland allgemein. Es ist für mich eine wahre Inspirationsquelle. Aber mein Herz schlägt natürlich immer für die Schweiz. Als waschechter Luzerner liebe ich den wunderschönen Vierwaldstättersee und den beeindruckenden Pilatus.

3

Was tun Sie, um zu entspannen?

Ich bin eigentlich rund um die Uhr kreativ, was mir große Freude bereitet. Wenn ich nicht gerade Videos drehe, Make-ups kreiere und Texte schreibe, beschäftige ich mich mit meiner Sammlung von Parfümminiaturen und Großfactisen. Das Designen von Displays und anderem sowie Interior Design entspannt mich ebenfalls und macht mich glücklich.



4

WIE HALTEN SIE SICH FIT UND HEALTHY?

Neben dem tagtäglichen Hin und Her laufen durch die Firma bin ich seit Jahrzehnten Vegetarier und freue mich, dass ich dadurch einen Beitrag leisten kann, Tiere zu schützen. Seit einigen Monaten versuche ich meinen Zuckerverbrauch zu reduzieren, um ein paar überflüssige Kilos loszuwerden. Ich bin zuversichtlich, das auch zu schaffen.



SkinNeedler

Kleine Nadeln, große Wirkung

Mit dem SkinNeedler erzielen Sie beeindruckende
Ergebnisse ohne Ausfallzeiten für Ihre KundInnen.

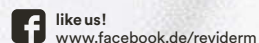
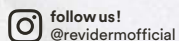
DERMOKOSMETIK

VERTRÄGLICH &
WIRKSAM

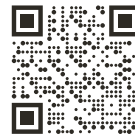
MADE IN GERMANY



Machen Sie den ersten Schritt zum Erfolg – Kontaktieren
Sie uns jetzt:
tel. +49 8104 8873 0, info@reviderm.com,
www.reviderm.com/skintechology/skinneedler



Mehr erfahren



age element

COL ELN
structural
proteins
synthesis

TGFB1 TGFBII
regenerative
action growth
factors

FXDN
antioxidant
and ECM
protection

85

Me

Epigenetik:

Die Zeichen der Hautalterung entschlüsseln

Die individuelle und innovative Anti-Aging Lösung für Ihr Institut