

BE INFORMED, BE INSPIRED, BE YOURSELF!

SKINCARE- LAYERING

SCHICHT UM SCHICHT
ZU SCHÖNER HAUT

DOSSIER:

GLAMOUR & GLOW

TREATMENTS UND PFLEGE FÜR
EINEN STRAHLENDEN TEINT

MAKE-UP TRENDLOOK

STEP-BY-STEP ZUM
VIBRANT EARTH STYLE

DR. MED. SCHRAMMEK

Vitality Time Control RetiNight Essence

Schön im Schlaf

Eine klinische Studie gemäss der GCP-Guidelines an einem deutschen Universitätsinstitut bestätigt die hautglättende Wirkung von TIME CONTROL RetiNight Essence.

ERGEBNISSE NACH 4-WÖCHIGER ANWENDUNG

Instrumentelle Testmethode: Messung mittels PRIMOS-Verfahren im Augenwinkelbereich

Das dermatologische Gutachten hat diesem Produkt eine besonders gute Verträglichkeit belegt.



- 26 %
Verringerung der
mittleren Faltentiefe
- 11 %
Verringerung des mittleren
Faltenvolumens
- + 18 %
Zunahme des Spannungs-
zustandes der Haut



Art.-Nr. 005265, exklusiv erhältlich bei der Simon Keller AG.

Seit über 60 Jahren steht Dr. med. Christine Schrammek Kosmetik im Zeichen der Schönheit.

Als Dermatologinnen liegt uns Ihre Haut besonders am Herzen! Die Verbindung von Medizin mit Kosmetik macht unsere Produkte zu hochwirksamen Problemlösern mit dem Anspruch, Menschen zu einer schönen Haut zu verhelfen. Denn eine gesunde und schöne Haut trägt massgeblich zum physischen und psychischen Wohlbefinden bei.

Wegbereitende Innovationen wie die erste «BB Cream» Blemish Balm oder die GREEN PEEL® Kräuterschälkur haben Dr. med. Christine Schrammek Kosmetik zu einer der beliebtesten Marken weltweit bei Kosmetiker*innen und Anwender*innen gemacht.

Ihre
Dr. med. Christine Schrammek-Drusio,
Dermatologin, Allergologin und Anti-Aging Expertin
Christina Drusio, Fachärztin für Dermatologie und Venerologie

Dr. Christine Schrammek-Drusio *Christina Drusio*
DERMATOLOGIST

Dr. med. Christine
SCHRAMMEK
derma.cosmetics

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

HAPPY END

als schöner Anfang

Die Sehnsucht nach einem glücklichen Leben haben vermutlich die meisten Menschen. Doch was ist Glück? Wann fühlt man es und wie? Der Duden definiert Glück als eine „angenehme und freudige Gemütsverfassung“ – also ein Zustand der inneren Befriedigung und Hochstimmung. Ein interner Glow, der sich selbstverständlich auch nach aussen trägt. Sichtbar nicht nur im „Strahlen wie ein Honigkuchenpferd“, sondern vor allem in einem rosigen, frischen Teint, der nicht schöner aussehen könnte. Natürlich kann man nicht nur glücklich sein.

Es gibt auch Tage, an denen einem weniger zu lachen zumute ist. Diese „kleinen Pausen vom Glück“ müssen aber keine Unterbrechung des funkelnden Strahlens der Haut bedeuten, wie unsere Beiträge im Dossier aufzeigen. Von Glow-Treatments über Gold als Wirkstoff bis zu Glamour-Nails – mit Expertise und geschickten Händen kommt der positive Vibe schnell zurück! Vom Rausch der Gefühle zum richtigen

„Schichten der Hautpflege“ und den Must-have-Inhaltsstoffen für zarte Winterhaut, die im „Skincare-Guide für den Winter“ aufgezeigt werden. Shoppen macht glücklich? Dann haben wir für Sie ein ganz besonderes Vergnügen: „Fashion Made in Swiss“!

Nun wünschen wir Ihnen viel Spass und Inspiration beim Lesen! Und denken Sie immer daran: Jeder ist seines Glückes Schmied, tun Sie das, was Sie glücklich macht!



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

NOVEMBER 2024

34

DOSSIER

GLAMOUR- NAILS

Step-by-Step einen Look zaubern, der die Nägel Ihrer Kundinnen perfekt in Szene setzt.

- 26 Intro**
Magic Moments schaffen dank bester Inhaltsstoffe, optimaler Treatments und perfekter Hautpflege.
- 28 Matt out, Glow on**
Instituts- und Heimpflege für frischen Glow
- 30 Alles Gold, was glänzt**
Hautpflege mit dem edelsten aller Metalle – Gold!
- 32 Foundation mit Leuchtkraft**
Make-up-Produkte und -Techniken für den perfekten Glow
- 34 Step-by-Step-Anleitung für Glam Nails**
Einstimmung auf die kommende Festzeit mit schönem Nageldesign

SKIN & BODYCARE CLASSICS

Pflege

- 6 Intro Skincare Guide**
- 8 Strahlende Haut im Winter**
Wirkstoffe und Anwendungen
- 10 Hautpflege Schicht um Schicht**
Skincare-Layering
- 13 Produktnews**
- 14 Biostimulation: EGFs**
Wachstumsfaktoren in der Hautpflege
- 17 Produktnews**

Wellness

- 18 Natürliches Facelifting**
Buccal-Massage

Fusspflege

- 20 Tipps für gepflegte Füße**
Treatments für schöne Füße und Beine
- 22 Schutz und Ästhetik**
Nagelprothetik
- 24 Fuss-Yoga**
Füsse stärken

NATURAL & ORGANICS

Naturkosmetik

- 36 Skincare ein „Stück“ besser machen**
Feste Kosmetikprodukte als ökologische Alternative
- 38 Mehr Nachhaltigkeit in der Kabine**
Umweltfreundliche Praktiken für eine bessere Zukunft

HIGH COMPETENCE

40 Produktnews

Medical Beauty

- 42 Schön ausgeglichen**
Gesichtsharmonisierung durch verschiedene Behandlungskombinationen

BUSINESS & COMMUNITY

- 44 Institut des Monats**
Petriani Kosmetik
- 47 Was würden Sie tun?**
Serie



8

WINTERHAUT

Pflege und Wirkstoffe

- 48 Eigene Produkte als Investition?**
Vorteile der Produktion einer eigenen Kosmetiklinie
- 50 Ja, like mich doch!**
- 51 Business-News**

STYLE & FASHION

- 52 Behind the Looks**
Make-up-Look Step-by-Step
- 54 Fashion Made in Swiss**
Handgefertigte Kreationen, ausgesucht und exklusiv!

LIFESTYLE & SELFCARE

Ernährung & Fitness

- 56 Soul Cooking**
Kochen und Wohlfühlen
- 58 Fit & healthy**
Serie: Hobbys

Personality

- 66 Einfach leben!**
Serie: 4 Fragen an Antje Meyer

IN JEDER AUSGABE

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



„EIN MAKE-UP-LOOK FÜR DIE GANZ BESONDEREN MOMENTE!“

Anita Steiner, Make-up-Artistin

Titelbild + Cover-Look
Fotos: Peter Sturn
Fashion: GLOBUS

Hair & Make-up: Anita Steiner
Model: Jone Abromaityte
Modelagency: FREICHY.LU



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



DER SKIN-CARE- GUIDE FÜR DEN WINTER

Niedrige Aussentemperaturen und trockene Heizungsluft machen der Haut in der kalten Jahreszeit sehr zu schaffen. Typische Hautveränderungen in dieser Saison sind gerötete, teils schuppige Hautareale. Jetzt sind die passenden Hautpflegewirkstoffe gefragt, die schnelle Linderung schenken und die Haut optimal für den Winter fit machen!



STRAHLENDE HAUT IM WINTER: SO GEHT'S



Die Magie des Winters, wenn Schnee, Sonne und Eis uns verzaubern und uns hinaus in die Natur locken. Aber was passiert mit der Haut, wenn es draussen kalt und drinnen warm ist?

Im Winter ist die Haut besonderen Herausforderungen ausgesetzt, da Kälte, trockene Heizungsluft und Temperaturwechsel ihre natürliche Schutzbarriere beeinträchtigen.

Zusätzlich führen die Temperaturunterschiede von drinnen zu draussen und umgekehrt zu einem starken Feuchtigkeitsverlust. Die Haut wird oft spröde, rau und beginnt zu spannen. Besonders betroffen sind Stellen wie das Gesicht, die Hände und die Lippen, die nicht durch Kleidung geschützt sind. Auch die Durchblutung der Haut nimmt ab, als Folge dessen wird die Haut immer schlechter mit Nährstoffen versorgt und regeneriert sich dementsprechend langsamer.

DIESE WIRKSTOFFE MACHEN DIE HAUT WINTERFEST

Es ist wichtig, in dieser Jahreszeit die Haut mit reichhaltigen, feuchtigkeitsspendenden Pflegeprodukten zu versorgen, um die natürliche Schutzbarriere zu stärken und Hautprobleme zu vermeiden. Für die Winterzeit empfehlen wir, nährnde und feuchtigkeitsspendende Cremes, Seren und Öle zu verwenden.

FOTO: ALLIANCE IMAGES/SHUTTERSTOCK.COM

1. HYALURONSÄURE FÜR FEUCHTIGKEIT

Hyaluronsäure ist ein Feuchtigkeits-Booster. Sie zieht Wasser an und speichert es in der Haut, um Trockenheit und Spannungsgefühle zu verhindern. Durch die Kombination von klein- und grossmolekularen Hyaluronsäuren wird die Struktur der unteren elastischen Hautschichten verbessert und die Regeneration aktiv unterstützt.

2. PANTHENOL (PROVITAMIN B5) FÜR REGENERATION

Panthenol wirkt entzündungshemmend, schützend und lindernd. Es beruhigt gereizte Winterhaut, fördert die Heilung und stärkt die Hautbarriere. Reife Haut wird glatter und geschmeidiger wahrgenommen. Zusätzlich zu seinen feuchtigkeits-speichernden und weichmachenden Eigenschaften hilft Panthenol der Haut, sich gegen äussere Belastungen zu verteidigen. Es reduziert Juckreiz, Rötungen und unterdrückt Entzündungen.

3. CERAMIDE FÜR EINE STARKE HAUTBARRIERE

Ceramide unterstützen die Restrukturierung gestresster, geschädigter Haut, indem sie den natürlichen Hautschutzmantel durch den Aufbau körpereigener Peptide wiederherstellen. Sie helfen, die Hautbarriere zu reparieren, und schützen sie vor Feuchtigkeitsverlust und äusseren Einflüssen. Ceramide sind besonders gut für trockene Haut geeignet.

4. VITAMIN D3

Vitamin D3 stärkt die Hautbarriere, was besonders wichtig ist, um sie im Winter vor dem Austrocknen und äusseren Einflüssen wie Kälte und Wind zu schützen. Vitamin D3 hilft der Haut, Feuchtigkeit besser zu speichern, wodurch Trockenheit, Spannungsgefühle und schuppige Haut reduziert werden. Mit dem Vitamin D3 bleibt die Haut gesund und

Winterskin Facts!

- Normalerweise bilden die Talgdrüsen täglich ein bis zwei Gramm Talg, um die Haut gegen die Umwelt und gegen äussere Einflüsse zu schützen sowie einen Wasserverlust zu verhindern. Doch schon bei Temperaturen unter +8°C schränkt der Körper die hauteigene Talgproduktion stark ein. Bei extremer Kälte kann diese Fettproduktion sogar ganz eingestellt werden.
- Vorsicht, Frostbeulen! Hände, Füsse, Ohren und die Nasenspitze werden bei Temperaturen um den Gefrierpunkt weniger durchblutet, da sich die Blutgefässe infolge feuchtkalter Temperaturen zusammenziehen und das dahinterliegende Gewebe nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt wird. Das kann zu juckenden, schmerzhaften und blasenartigen Schwellungen der Haut führen.
- Kälte entzieht der Haut Feuchtigkeit. Durch den fehlenden Fettfilm verdunstet das Wasser schneller von der Hautoberfläche. Die Faustregel für die Hautpflege im Winter lautet daher: Den Wasseranteil reduzieren und den Fettanteil erhöhen.
- Alle Hautbereiche, die nicht durch Kleidung geschützt sind, wie das Gesicht, die Lippen und die Hände, sind besonders gefährdet.
- Mechanische Peelings können die Haut im Winter unnötig irritieren. Fruchtsäure- und Mikrodermabrasionsbehandlungen stattdessen tragen dazu bei, ein frisches und verfeinertes Hautbild zu erzielen.

lässt sie auch in sonnenarmen Tagen weich und erfrischt erstrahlen.

ANWENDUNG VON ÖLEN

Pflegende Öle wie Hagebutten-, Aprikosenkern-, Jojoba-, Mandel- oder Arganöl spenden intensiv Feuchtigkeit und nähren die Haut, ohne sie zu beschweren.

Diese Öle enthalten wertvolle Aminosäuren sowie Vitamin E und A, was der Haut hilft, starke antioxidative Abwehrmechanismen zu entwickeln und sich gegen Umwelteinflüsse zu schützen. Ein hoher Gehalt an essenziellen Fettsäuren sorgt für optimale Feuchtigkeitsversorgung, adstringierende und hautpflegende Eigenschaften unterstützen den Heilungsprozess und verlangsamen den Alterungsprozess.

SANFTE REINIGUNG

Auch im Winter sollte die Gesichtshaut täglich von Schmutz und Make-up gereinigt werden. Milde Reinigungsprodukte ohne Alkohol und aggressive Inhaltsstoffe verhindern, dass die Haut infolge der Reinigung nicht noch zusätzlich austrocknet.

SPF AUCH IM WINTER EIN MUSS

Auch im Winter ist Sonnenschutz wichtig. UV-Strahlen sind das ganze

Jahr über präsent und können die Haut schädigen und Alterungsprozesse fördern. Daher sollte zu jeder guten Pflegemassnahme ein entsprechender Sonnenschutz aufgetragen werden.

FAZIT

Im Winter benötigt die Haut vor allem eine Pflege, die aus einer Kombination von Feuchtigkeits Spendern, Barrierschutz und beruhigenden Wirkstoffen besteht. Diese Inhaltsstoffe unterstützen die Haut dabei, sich vor den rauen Wetterbedingungen zu schützen, sie geschmeidig zu halten und Reizungen zu minimieren. Denn auch im Winter kann man gesunde, hydratisierte und strahlend schöne Haut haben.



Virginia Primoceri

Co-Inhaberin CellCare Lab – Brands CellDermal und SwissGental, die effektive, pflanzliche Pflegeprodukte mit den oben genannten Wirkstoffen anbieten.

HAUTPFLEGE SCHICHT UM SCHICHT

Skincare-Layering ist mehr als nur ein Trend – als bewährte Methode, die von der koreanischen Hautpflege inspiriert ist, ermöglicht sie ein gezieltes Schichten von Hautpflegeprodukten für eine optimale Hautgesundheit.



FOTO: DMYTRO BUJANSKYI/SHUTTERSTOCK.COM

Skin-care-Layering ist eine gezielte Methode, Pflegeprodukte in einer bestimmten Reihenfolge aufzutragen, um die Haut optimal zu versorgen. Jede Schicht hat eine spezifische Funktion – von der Reinigung bis zur Feuchtigkeitsversorgung. Laut der renommierten Dermatologin Dr. Jessica Wu trägt diese Methode dazu bei, die Haut intensiver zu pflegen und das Hautbild zu verbessern (Wu, Los Angeles, 2023). Zudem belegen wissenschaftliche Studien die positiven Effekte von Skincare-Layering, unter anderem eine intensivere Hydratation, glattere Hautstruktur, ein strahlender Teint, reduzierte Falten und eine stärkere Hautbarriere.

DIE OPTIMALE LAYERANZAHL

Die Anzahl der Schichten variiert je nach Hauttyp und Bedürfnissen. Eine klassische Layering-Routine umfasst in der Regel fünf bis sieben Schritte. Wichtig ist, dass jede Schicht eine spezifische Funktion erfüllt, ohne die Haut zu überfordern.

DIE ESSENTIELLEN SCHRITTE IM SKINCARE-LAYERING:

1. REINIGUNG

Eine gründliche Reinigung bildet die Grundlage jeder Hautpflege. Zuerst wird ein öl-basierter Reiniger verwendet, um Make-up und Unreinheiten zu entfernen, gefolgt von ei-

nem wasserbasierten Reiniger, der Schmutz und Schweiß ablöst. Diese doppelte Reinigung sorgt für klaren Teint und bereitet die Haut auf die nachfolgenden Pflegeschritte vor.

2. PEELING

Ein sanftes Peeling, ein- bis zweimal wöchentlich durchgeführt, entfernt abgestorbene Hautzellen und verbessert die Aufnahme der Hautpflege. Hier sind chemische Peelings mit AHAs (Alpha-Hydroxysäuren, z. B. Fruchtsäuren) oder BHAs (Beta-Hydroxysäure, z. B. Salicylsäure) besonders geeignet, um die Haut zu glätten, ohne sie mechanisch zu reizen.

3. TONER

Toner bringen den pH-Wert der Haut ins Gleichgewicht und bereiten sie auf die Feuchtigkeitsversorgung vor.

„DER WICHTIGSTE SCHRITT IN JEDER MORGENROUTINE IST DER SONNENSCHUTZ MIT SPF 30 ODER HÖHER.“

MATIS
PARIS

HYALURONIC-AGE

Conotoxin

Hyaluronic acid

Die neue Pflege mit botoxähnlichem Effekt

Meine Pflegetipps:

- **Patch-Test:** Neue Produkte an einer kleinen Hautstelle testen, um Reaktionen frühzeitig zu erkennen.
- **Langsame Einführung:** Produkte schrittweise in kleinen Mengen einführen, um Irritationen zu vermeiden.
- **Hochwertige Inhaltsstoffe:** Auf verträgliche, hochwertige Inhaltsstoffe achten, um optimale Pflege zu gewährleisten.
- **Einwirkzeit zwischen den Schritten beachten:** Zwischen den Pflegeschritten sollte eine kurze Einwirkzeit eingehalten werden, um die bestmögliche Absorption zu gewährleisten.
- **Tuchmasken vor oder nach dem Serum?** Beide Methoden sind effektiv und können je nach Hautbedürfnissen und Vorlieben angewendet werden.
- **Vitamin C vor Sonnenschutz:** Vitamin C schützt vor Umweltschäden und sorgt für einen strahlenden Teint, wenn es vor dem Sonnenschutz aufgetragen wird.
- **Dekolleté nicht vergessen:** Das Dekolleté wird oft bei der Pflegeroutine übersehen. Diese Hautpartie braucht ebenfalls Pflege und Schutz.

Sie sind leicht und ziehen schnell ein, um die Haut zu beruhigen und zu erfrischen. Produkte mit Hyaluronsäure oder Niacinamid sind hier besonders effektiv.

HINWEIS !

Es ist wichtig, die Haut regelmässig zu beobachten und die Routine bei Bedarf anzupassen, da jede Haut unterschiedlich ist und sich ihre Bedürfnisse im Laufe der Zeit ändern können.

4. SERUM

Seren sind hochkonzentrierte Formulierungen, die auf spezifische Hautbedürfnisse wie Falten oder Pigmentflecken abzielen. Sie können täglich angewendet werden, ziehen schnell ein und wirken tief in der Haut. Hier eignen sich Seren mit Vitamin C oder Peptiden besonders gut.

5. AUGENPFLEGE

Die Haut um die Augen ist dünn und besonders empfindlich. Produkte wie Augenkonzentrate, -gels oder -cremes können gezielt helfen, feine Linien zu reduzieren und Trockenheit vorzubeugen.

6. FEUCHTIGKEITSCREME

Nach den leichten Texturen der vorherigen Schritte versiegelt eine Feuchtigkeitscreme die Haut und bewahrt die Feuchtigkeit in der Haut. Sie bildet eine Barriere und schützt die Haut den ganzen Tag oder die Nacht über.

7. SONNENSCHUTZ

Der wichtigste Schritt in jeder Morgenroutine ist der Sonnenschutz. Ein breitbandiger Sonnenschutz mit SPF 30 oder höher ist unerlässlich, um das Hautbild langfristig zu schützen.

ERGÄNZENDE PFLEGESCHICHT

Ein Nice-to-do, aber kein essentieller Bestandteil: Essenzen sowie Ampullen und Masken. Die Essenz, ein zentraler Bestandteil der koreanischen Hautpflege, wirkt als erster wirkungsvoller Feuchtigkeitsspender und bereitet die Haut effektiv auf die nachfolgenden Pflegeprodukte vor. Ampullen sind hochkonzentrierte Pflegeprodukte, die gezielt auf spezifische Hautprobleme wie Pigmentierung oder Akne eingehen. Aufgrund ihrer Intensität sollten sie nur ein- bis zweimal pro Woche verwendet werden, um die Haut nicht zu überfordern. Gesichtsmasken, besonders Tuchmasken, bieten zusätzliche Pflege und eignen sich ideal für eine in-

tensive Behandlung ein- bis zweimal wöchentlich.

EFFEKTIVE INHALTSSTOFF-KOMBINATIONEN

Skincare-Layering erfordert nicht nur die richtige Reihenfolge, sondern auch die Auswahl geeigneter Inhaltsstoffe. Einige bewährte Kombinationen sind:

- **Hyaluronsäure und Vitamin C:** sorgen für Hydratation und strahlenden Teint.
- **Retinol und Niacinamid:** glätten Linien und bekämpfen Unreinheiten.
- **Squalan und Retinol:** Squalan verbessert die Verträglichkeit von Retinol, hält die Haut geschmeidig, während Retinol seine Anti-Aging-Wirkung entfaltet.

MORGEN- UND ABENDROUTINE IM VERGLEICH

Die morgendliche Routine beginnt mit einer sanften Reinigung, um nächtliche Rückstände zu entfernen, und schliesst Sonnenschutz ein, um die Haut zu schützen.

Die abendliche Routine konzentriert sich auf die Regeneration. Eine gründliche Reinigung, oft als Double Cleansing bekannt, entfernt Make-up und Schmutz, gefolgt von stärkeren Wirkstoffen wie Retinol oder intensiven Feuchtigkeitscremes, die die Haut über Nacht regenerieren.

FAZIT

Skincare-Layering maximiert die Wirkung von Pflegeprodukten, versorgt die Haut gezielt mit Nährstoffen und verbessert das Hautbild. Mit Geduld und der richtigen Anwendung führt diese Methode zu einem gesunden, strahlenden Teint.



Marylai Trinh

ist spezialisiert auf koreanische Hautpflege und PMU-Artistin. Sie ist Inhaberin, Geschäftsführerin und leitende Kosmetikerin von Trinh Aesthetics sowie des Kosmetikstudios K-Flow Beauty in Bern.

WINTERPFLEGE



1 ROSA GRAF Die „1-Phase Skin Lift Collagen Boost Glow Ampullen“ festigen die Hautstruktur. Das Active Peptid Complex steigert die natürliche Elastizität der collagenen Fasern und erhöht gleichzeitig die körpereigene Collagensynthese. Grünalgen schützen vor Entzündungen, verbessern das Hautbild und überzeugen durch eine glättende Wirkung. Tel. 034 420 08 00, www.simonkeller.ch **2 LPG SWITZERLAND** „SOS Fat & Sugar Control Capteur“ kommt für eine Weihnachtszeit ohne Schuldgefühle in limitierter Auflage zurück. Mit 3 g Pulver pro Tag des Nahrungsergänzungsmittels soll die Figur trotz gelegentlicher Abweichungen unter Kontrolle gehalten werden – dank der leistungsstarken fettkatalysierenden Wirkstoffe Feigenkaktus- und Kurkumaextrakt. www.lpgsystems.com **3 BABOR** Die „HSR Lifting Overnight Mask“ vereint den HSR 6-Inhaltsstoff-Komplex mit der Wirkkraft von Sleeprevive, welches die nächtlichen Regenerationsprozesse der Haut unterstützt, die Hautschutzbarriere stärkt und die antioxidative Kapazität der Haut anregt. Die zusätzliche Feuchtigkeitsversorgung sorgt für eine sichtbar festere, glattere und strahlendere Haut. Tel. 055 420 28 20, ch.babor.com **4 BELICO** Der intensiv pflegende Lipgloss „Expert – Pure E“ mit reinem, natürlichem Vitamin E vermindert schuppige, gerötete und trockene Hautbereiche. Die Lippen werden spürbar zarter und die Hautfeuchtigkeit wird erhöht. Auch zur Minderung von kleinen Fältchen, z. B. im Rahmen der abendlichen Anwendung im Augenbereich, geeignet. www.belico.de **5 VON LUPIN** Die „Eye & Lip Mask“ verwandelt Augenringe, Schwellungen und Fältchen in einen wachen Blick bzw. ein strahlendes Lächeln. Das „EGF Anti-Age-Serum“ unterstützt die Hauterneuerung, reduziert Falten, fördert die Elastizität und Festigkeit, beschleunigt die Wundheilung, erhöht den Feuchtigkeitsgehalt und sorgt für eine sichtbar frische Strahlkraft. Tel. +49 40 22 86 34 090, www.von-lupin.com/ch

BIOSTIMULATION: MIT EGF ZU SCHÖNER HAUT?

Die Bedeutung wissenschaftsbasierter Wirkweisen wird in der Beauty-Welt immer grösser – mit dem Ergebnis stetiger Wirkstoffinnovationen und spannender Inhaltsstoffe zur Aktivierung hauteigener Zellvorgänge.



FOTO: LOOK STUDIO/SHUTTERSTOCK.COM

In der kosmetischen Wissenschaft und Forschung beobachten wir aktuell eine zunehmende Verschiebung vom eher statischen und strukturellen Wirkstoffansatz hin zu einem eher dynamischen und funktionalen Wirkstoffprinzip. Doch was bedeutet das im Speziellen für die Hautpflege?

VERSCHIEBUNG DES WIRKSTOFFPRINZIPIES

Hautpflege wirkt, indem wir pflegende und kosmetisch wirkende Komponenten topisch applizieren. Diese Stoffe werden dann entweder strukturell in den jeweiligen Hautschichten eingebettet, zum Beispiel freie Fettsäuren pflegender Öle, oder sie

wirken direkt über ihre strukturellen Eigenschaften in der Haut, beispielsweise Antioxidantien oder feuchtigkeitsbindende Moleküle. Dieser Wirkstoffansatz ist für die kosmetische Wirkung weiterhin von hoher Bedeutung und Relevanz.

Parallel werden allerdings vermehrt bioaktive Wirkstoffe erforscht und entwickelt, welche hauteigene Prozesse in Gang setzen, das heisst biologische Effekte über die Hautzellen oder neuerdings auch über das Mikrobiom erzeugen. Bei diesem dynamischen und funktionalen Wirkstoffansatz basiert das Pflegeergebnis weitestgehend auf biostimulierende und/oder bioinhibierende (hemmende) Effekte im Hautgewebe.

TRENDWIRKSTOFF UND SIGNAL-MOLEKÜL „EGF“

Wir begreifen heute immer mehr, dass die Haut ein sehr dynamisches, flexibles und mit anderen Körpersystemen verbundenes Organ ist. So wissen wir heute zum Beispiel, dass die Hautbarriere keine statische tote „Mauer“ ist, sondern eine hochaktive und flexible Struktur, die aktiv und zielgerichtet je nach Konstitution angesprochen werden muss. Vor diesem Hintergrund ist es wichtig, zukünftig verstärkt entsprechende bioaktive und multifunktionale Wirkstoffe zu entwickeln und zu erforschen.

FUNKTIONSWEISE VON WACHSTUMSFAKTOREN IN DER HAUTPFLEGE

EGF steht für „epidermal growth factor“, also einen Wachstumsfaktor, für die Haut. Strukturell betrachtet ist EGF ein sogenanntes Polypeptid, das in der natürlichen Form aus über 50 Aminosäuren besteht. Der epiderma-

„DIE HAUT IST EIN SEHR DYNAMISCHES, FLEXIBLES UND MIT ANDEREN KÖRPERSYSTEMEN VERBUNDENES ORGAN.“


LYDIA DAINOW
— SUISSE COSMETIC —

Perfect Glow

Erfrischendes Anti-Aging Serum

- Strafft die Haut
- Spendet Feuchtigkeit
- Schützt vor freien Radikalen

 Naturkosmetik





EGFs regulieren viele zelluläre Prozesse von dermalen Synthesevorgängen bis hin zu wichtigen Immunreaktionen.

le Wachstumsfaktor EGF ist sogar einer der ältesten bekannten Polypeptid-Wachstumsfaktoren und das „Gründungsmitglied“ der EGF-like-Familie, einer ganzen Gruppe von Peptiden mit ähnlicher Charakteristik und Wirkung auf die Hautzellen. Das besondere Peptid wirkt als extrazelluläres Signalmolekül und interagiert mit einer Familie aus unterschiedlichen Rezeptoren (epidermal growth factor receptors, EGFRs), die sich auf der Oberfläche der Hautzellen befinden.

Im Ergebnis dieses Zusammenspiels fördert EGF die Zellteilung, verbessert die Kommunikation zwischen den Zellen, stimuliert Zellaktivität und -vitalität und unterstützt Reparaturprozesse in und durch die Zellen.

MÖGLICHKEITEN IN DER KOSMETISCHEN VERWENDUNG

Die Wechselwirkung zwischen EGF und der entsprechenden Rezeptorfamilie ist im medizinischen Kontext extrem gut erforscht, aber auch der Einsatz in der Hautpflege ist immer

öfter Gegenstand der anwendungsbezogenen Forschung.

ANTI-AGING-WIRKSTOFF

So wie bei nahezu allen hauteigenen Prozessen lassen auch die Signalkraft und die Rezeptorbindung von Wachstumsfaktoren im Alter nach. Dementsprechend ist die besondere Relevanz von EGFs als Wirkstoffe im Bereich der Anti-Aging-Pflege zu erklären. EGFs können hier bioaktiv und multifunktional den Alterungsprozessen entgegenwirken und so die vielschichtigen Auswirkungen und Veränderungen im Alter wirksam reduzieren und abmildern. EGFs fördern in der Dermis die Aktivität menschlicher Fibroblasten und beeinflussen so die altersbedingt veränderten dermalen Mikrostrukturen positiv.

LINDERUNG FÜR GESTRESSTE UND ENTZÜNDETE HAUT

Darüber hinaus gibt es wissenschaftliche Belege zur Wirkung durch EGF bei Akne, das heisst, Akneläsionen und Aknenarben können positiv be-

einflusst werden. Auch entzündliche Prozesse in der Haut können durch topische Applikation EGF-haltiger Formulierungen reduziert und gehemmt werden. EGFs spielen auch bei Regenerationsprozessen der Haut eine besondere Rolle. Hautregeneration und Wundheilung ist ein komplexer Prozess, der durch die multiplen Effekte von EGF auf Hautzellen verbessert und beschleunigt werden kann.

Zudem wurde gezeigt, dass EGF über Biostimulation zur Bildung wichtiger Proteine in der Hautbarriere führt, und so die Funktion und Struktur des hauteigenen Schutzmantels verbessert – was wiederum besonders interessant ist für sogenannte entzündliche und/oder barrieregestörte Hautzustände wie Neurodermitis. Ausserdem empfiehlt sich die topische Applikation von EGF nach kosmetischen Behandlungen, beispielsweise Microneedling oder Mikrodermabrasion. Denn auch in Regenerationsprozessen nach entsprechenden Treatments spielen EGFs eine wichtige stimulierende und regulierende Rolle.

FAZIT

Es zeigt sich, dass EGF sehr unterschiedliche Wirkungen in der Haut entfaltet und sowohl zellstimulierende, regenerationsfördernde und anti-entzündliche als auch antioxidative und verjüngende Effekte für die Hautpflege bietet. Durch diese bioaktive und multifunktionale Eigenschaft wird EGF nicht nur zur Pflege von irritierter und beanspruchter Haut sehr gerne und breit eingesetzt, sondern auch bei zu Akne oder Neurodermitis neigender Haut und im Bereich der Anti-Aging-Pflege.



Dr. Jürgen Blaak

Seit Oktober 2023 ist der Autor Vice President Science, Consultation & Innovation bei der Babor Beauty Group und verantwortet die Bereiche Forschung und Entwicklung.

X-MAS-BEAUTY '1



1



2



3



5



4



6

1 BABOR Der „Ampoule Serum Concentrates“ Adventskalender 2024 bietet eine vielfältige Auswahl an Ampullen mit hochwirksamen Wirkstoff-Seren, die perfekt auf die verschiedenen Hauttypen und -bedürfnisse abgestimmt sind. Tel. 055 420 28 20, ch.babor.com **2 SWISSGETAL** Im Beauty-Adventskalender sind grosszügige Geschenke versteckt, die verwöhnen und das Herz eines jeden Beauty-Liebhabers höherschlagen lassen. www.swissgetal.ch **3 CNC SKINCARE** „Beauty moments“ mit CNC cosmetic® – 21 hochdosierte Wirkstoffampullen, sowie drei aufeinander abgestimmte Pflegeprodukte in Sondergrösse, schenken straffe, zarte und strahlend schöne Haut. Tel. 061 2716060, www.cnc-cosmetic.ch **4 DR. BELTER** Festlicher Countdown voller Pflege und Schönheit: Der Adventskalender punktet mit einem hochwertigen Inhalt und 24 aufeinander abgestimmten Produkten und Überraschungen und wird mit einer passenden Tragetasche geliefert. Tel. +49 (0) 531 34 44 78, www.dr-belter.de **5 MARIONNAUD** Ein Weihnachtsmarkt hinter 24 Türchen: Die exklusive Auswahl an Make-up, Pflegeprodukten, Badezusätzen und Accessoires garantiert ein glanzvolles Jahresende. www.marionnaud.ch **6 REVIDERM** Der „illuminate your skin“ Adventskalender 2024 beinhaltet verschiedene Ampullen aus der exklusiven Reviderm ampoule Kollektion. Sie bieten alles, was die Haut in der kalten Jahreszeit benötigt. Tel. +49 8 104 88 73-0, www.reviderm.com/ch

NATÜRLICHES FACELIFTING: BUCCAL-MASSAGE

Die Welt der Kosmetik entwickelt sich ständig weiter, und immer mehr Menschen suchen nach natürlichen, nicht invasiven Methoden, um die Zeichen der Hautalterung zu reduzieren.

Eine dieser Methoden, die in letzter Zeit viel Aufmerksamkeit erregt hat, ist die Buccal-Massage. Aber kann sie Botox und Filler wirklich ersetzen?



FOTO: STUDIO ROMANTIC/SHUTTERSTOCK.COM

Wenn Sie sich für ästhetische Trends interessieren, haben Sie zweifellos schon von der Wangenfettentfernung (Buccalfett) gehört. Bei dieser Gesichtsoperation werden die Fettpolster im Wangenbereich entfernt, um die Gesichtsform zu verbessern. Sie hat in den vergangenen Jahren stark an Popularität gewonnen, und es wird gemunkelt, dass sich viele Prominente und Influencer diesem Verfahren unterzogen haben. Auch wenn die Wangenfettentfernung inzwischen sehr gefragt ist, lässt sich nicht verleugnen, wie invasiv und kostspielig der Eingriff ist. Vor diesem Hintergrund haben sich Buccal-Massagen als weniger

Vorteile der Buccal-Massage

- Natürlich und nicht invasiv
- Verbesserter Muskeltonus und Gesichtskonturierung
- Förderung der Durchblutung und Verbesserung der Hautgesundheit
- Stressabbau und Entspannung
- Reduzierung von Wassereinlagerungen durch verbesserte Lymphdrainage
- Jüngeres Aussehen und Anti-Aging-Vorteile

intensive und erschwinglichere Alternative etabliert.

WAS IST DIE BUCCAL-MASSAGE?

Die Buccal-Massage, auch als „inneres Facelifting“ bekannt, ist eine Technik, die darauf abzielt, die Gesichtsmuskulatur von innen zu stimulieren. Dabei wird sowohl äusserlich als auch von der Innenseite des Mundes massiert, um die Durchblutung zu fördern, Spannungen zu lösen und das Gesicht zu straffen.

BUCCAL-MASSAGE VS. BOTOX UND FILLER

Obwohl die Buccal-Massage eine natürliche Alternative darstellt, sind die Ergebnisse im Vergleich zu Bo-

Unterschiede im Überblick

- Invasivität: Buccal-Massage ist nicht invasiv, Botox und Filler erfordern Spritzen.
- Dauerhaftigkeit der Ergebnisse: Botox und Filler bieten meist schnellere und länger anhaltende Ergebnisse. Buccal-Massagen erfordern regelmässige Behandlungen.
- Kosten: Während Botox und Filler in der Regel eine Einmalzahlung pro Behandlung erfordern, können regelmässige Buccal-Massagen auf Dauer teurer werden.
- Nebenwirkungen: Bei der Buccal-Massage gibt es keine Risiken von allergischen Reaktionen oder unerwünschten Nebenwirkungen, wie sie bei Botox und Fillern auftreten können.

tox und Filler weniger drastisch und erfordern mehr Geduld. Während Botox und Filler meist sofort sichtbare Effekte bieten, braucht es bei der Buccal-Massage regelmässige Sitzungen über einen längeren Zeitraum, um ähnliche Veränderungen zu bemerken.

FÜR WEN EIGNET SICH DIE BUCCAL-MASSAGE?

Die Buccal-Massage eignet sich besonders für Menschen, die nach einer natürlichen Alternative suchen und gleichzeitig von der Entspannung und den regenerierenden Effekten profitieren möchten.

Sie kann eine gute Wahl für jüngere Menschen sein, die den ersten Anzeichen der Hautalterung wie feinen Linien und kleinen Fältchen entgegenwirken möchten, oder für Menschen, die mit Verspannungen im Gesicht oder Kieferbereich zu kämpfen haben.

KANN DIE BUCCAL-MASSAGE BEI ALLEN HAUTTYPEN ANGEWANDT WERDEN?

Die Buccal-Massage ist im Allgemeinen für alle Hauttypen geeignet. Personen mit bestimmten Hauterkrankungen wie aktiver Akne, Rosazea oder anderen Hautinfektionen sollten diese Behandlung jedoch vermeiden, bis sich der Hautzustand verbessert hat.

Am besten man lässt sich immer von einem Dermatologen oder einer professionellen Massagetherapeutin beraten, ob die Buccal-Massage für die eigene Haut geeignet ist.

BUCCAL-MASSAGE NACH BOTOXBEHANDLUNG?

Das würde ich nicht empfehlen, denn durch die Massage kann das gespritzte Botox über die vorgesehene Muskelgruppe hinaus verlagert werden, was zu unerwünschten Ergebnissen führt. Zwischen einer Botoxbehandlung und einer Buccal-Massage sollte mindestens eine Woche liegen.

GIBT ES BESTIMMTE PRODUKTE FÜR DIE BUCCAL-MASSAGE?

In der Regel werden leichte, nicht komedogene Öle oder Cremes verwendet, die gut gleiten, um Reizungen zu vermeiden und sanfte Massagebewegungen zu ermöglichen. Beliebte Produkte sind Jojobaöl, Süssmandelöl oder jede hochwertige Gesichtscreme, die zum Hauttyp passt.

BUCCAL-MASSAGE ALS NATÜRLICHE ERGÄNZUNG

Auch wenn die Buccal-Massage Botox und Filler nicht vollständig ersetzen kann, stellt sie eine vielversprechende Ergänzung dar, insbesondere für diejenigen, die auf der Suche nach natürlichen Methoden sind, um ihre Haut zu pflegen und ihr Gesicht zu straffen. Letztlich hängt die Wahl zwischen diesen Behandlungen von den individuellen Bedürfnissen und Vorlieben ab.



Tanja Paganal

ist Expertin für Hautpflege und ästhetische Kosmetik seit mehr als 30 Jahren, mit Fokus auf natürliche Methoden zur Hautverjüngung und Pflege.

TIPPS FÜR GEPFLEGTE FÜSSE

Gepflegte Füße und Beine sind ein Ausdruck von Wohlbefinden und Selbstpflege. Dabei ist es wichtig, Fussproblemen präventiv vorzubeugen. Die häufigsten Fussleiden reichen von verfärbten Zehennägeln über Druckstellen, Blasen oder eingewachsene Nägel. Die Kunden, die darunter leiden, sind jedoch meist sehr dankbar für wertvolle Behandlungen und Tipps, die sie auch selbst anwenden können.

Die folgenden Behandlungen können in der Fusspflegekabine, teilweise in der podologischen Praxis oder als Tipp für zu Hause angewendet werden. Um regelmässig Stress abzubauen und die Füße gesund zu halten, können Sie in Ihrem Institut die japa-

nische Fusspflege als entspannendes Treatment anbieten. Was ist eigentlich die japanische Fusspflege? Auch bekannt als Ashiyu oder japanisches Fussbad, kombiniert diese Behandlung typische traditionelle Fusspflegetechniken mit modernen Ansätzen zur Pflege und Entspannung der Füße.

HINWEIS !

Diabetiker und Risikopatienten sollten Fussbäder gar nicht oder nur kurz anwenden. Die Haut weicht auf und es könnten Fissuren entstehen. Auch wenn schon kleinere Wunden da sind, ist ein Fussbad untersagt.



FOTO: GROUND PICTURE/SHUTTERSTOCK.COM

Diese Behandlung zielt darauf ab, die Gesundheit der Füße zu fördern und gleichzeitig ein Gefühl des Wohlbefindens zu erzeugen. Hier sind einige der typischen Schritte und Methoden der japanischen Fusspflege.

- **Fussbad (Ashiyu):** Ein typischer Beginn der japanischen Fusspflege ist das Einweichen der Füße in warmem Wasser, oft mit Zusätzen wie Kräutern, ätherischen Ölen oder Mineralien. Dies hilft, die Füße zu reinigen, die Durchblutung zu fördern und die Muskeln zu entspannen.
- **Peeling (Scrub):** Nach dem Einweichen wird oft ein Peeling durchgeführt, um abgestorbene Hautzellen zu entfernen und die Haut zu glätten. Häufig verwendete Peeling-Mittel sind Reis- oder Salz-Peelings, die sanft, aber effektiv sind.
- **Hornhautentfernung:** Japanische Fusspflege beinhaltet wie die traditionelle Fusspflege auch die Entfernung von Hornhaut mit Instrumenten wie Fussfeilen oder Bimssteinen. In der Podologie wird auch mit Skalpell gearbeitet, hier ist jedoch eine bestimmte Qualifikation erforderlich. Die Füße werden glatt und geschmeidig, ohne die Haut zu reizen.
- **Massage:** Eine Fussmassage ist ein zentraler Bestandteil der japanischen Fusspflege. Sie kann Reflexzonenmassagetechniken beinhalten, bei denen bestimmte Punkte an den Füßen stimuliert werden, die mit verschiedenen Organen und Körperteilen verbunden sind. Diese Massagen fördern die Entspannung und das allgemeine Wohlbefinden.
- **Feuchtigkeitspflege:** Nach der Reinigung und Massage wird die Haut der Füße häufig mit speziellen Feuchtigkeitscremes oder -lotionen gepflegt. Produkte, die natürliche Inhaltsstoffe wie grünen Tee, Reiskleieöl oder Kamille enthalten, sind besonders beliebt.
- **Nagelpflege:** Die Pflege der Fussnägel einschliesslich Schneiden, Feilen und Formen ist ebenfalls ein wichtiger Aspekt der japanischen Fusspflege. Dabei wird Wert auf

3 schnelle Tipps für zu Hause

1. Hydrotherapie Wechselfussbäder: in zwei Wannen erst fünf Minuten kalt, dann fünf Minuten warm, Wasser nur abstreifen nicht abtrocknen.
2. Trockenbürstungen an der Fusssohle und am Fussrücken. Das fördert die Bildung von Histamin.
3. Barfuss gehen, um die Fusshaut abzu härten und Muskeln zu trainieren.

saubere, gut gepflegte Nägel gelegt, die auch in der kosmetischen Fusspflege poliert oder lackiert werden.

- **Entspannungsrituale:** Japanische Fusspflege kann auch zusätzliche Entspannungsrituale wie das Einbinden von Aromatherapie oder die Verwendung von speziellen Fussmasken beinhalten, um das Erlebnis zu vervollständigen.

WORÜBER FREUEN SICH DIE FÜSSE?

Nach einem langen Arbeitstag oder einem anstrengenden Lauf können die Füße und Beine schmerzen oder ermüden. Hier sind einige Tipps, um sie zu entspannen und zu pflegen:

- **Das Fussbad:**
Warmes Fussbad: Ein mindestens 30-minütiges Fussbad in warmem Wasser kann Wunder wirken. Ich empfehle gern basisches Fussbadesalz oder ätherische Öle wie Lavendel oder Pfefferminze hinzu, um die Entspannung zu fördern.
Wechselbad: Wechsel zwischen warmem und kaltem Wasser alle paar Minuten. Dies fördert die Durchblutung und reduziert Schwellungen.
- **Dehnen und Yoga oder Toega (Fussyoga).**
Bein- und Fussdehnungen: Waden dehnen, Oberschenkel und Füße, um Verspannungen zu lösen. Übungen wie das Dehnen der Achillessehne und das Rollen der Fusssohle auf einem Tennisball können helfen.
Yoga: Bestimmte Yogaposen wie der „Herabschauende Hund“ oder die „Bein-an-der-Wand-Position“ können helfen, die Beine zu entlasten.
- **Die Fussmassage**
Selbstmassage: Verwenden Sie Hände oder ein Massagegerät, um

die Muskeln an Füßen und Beinen zu massieren. An den Zehen beginnen und bis zu den Waden hocharbeiten.

Professionelle Massage: Eine professionelle Fuss- oder Beinmassage kann tiefe Entspannung bringen und Muskelverspannungen lösen.

- **Bei Bedarf Kompressionsstrümpfe**
Tragen Sie Kompressionsstrümpfe, um die Durchblutung zu verbessern, Schwellungen zu verhindern und die Erholung zu unterstützen.
- **Ernährung und Flüssigkeitszufuhr**
Darauf achten, genügend Wasser zu trinken, um eine Dehydrierung zu vermeiden, die zu Muskelkrämpfen führen kann. Genügend Magnesium und Kalium aufnehmen (zum Beispiel Bananen, Avocados, Nahrungsergänzung), um Muskelkrämpfe zu verhindern.
- **Kühlende Gels oder Cremes**
Kühlender Schaum macht müde Beine munter und erfrischt und lindert Schmerzen.
- **Sanftes Training**
Leichte Übungen wie Spazieren gehen oder Radfahren können die Durchblutung fördern und Muskelverspannungen lösen.
- **Ruhe gönnen**
Den Beinen und Füßen ausreichend Ruhe gönnen, besonders wenn sie stark beansprucht wurden. Vermeiden Sie langes Stehen oder intensives Training an aufeinanderfolgenden Tagen. Pausen sind enorm wichtig!



Melanie Roithner

Die Autorin ist Inhaberin von zwei Podologiepraxen. Ausserdem ist sie auch IHK-zertifizierter Podologie-Coach.

SCHUTZ UND ÄSTHETIK

Schöne und gesunde Zehennägel gehören zu einem gepflegten Erscheinungsbild dazu. Sind die Nägel jedoch geschädigt oder deformiert, wird das als Makel empfunden. Dies führt häufig dazu, dass die Füße bewusst versteckt werden. Das ist auf Dauer natürlich kein angestrebter Zustand. Eine professionelle Fusspflege kann hier Abhilfe schaffen.

Mit Hilfe der Nagelprothetik wird die beschädigte oder teilweise fehlende Nagelplatte durch künstliches Nagelmaterial ersetzt. Der Zehennagel wird auf diese Weise optisch wiederhergestellt und ist auf den ersten Blick kaum von Naturnägeln zu unterscheiden.

So können die Füße beim Schwimmbadbesuch, in der Sauna, beim Barfusslaufen oder in offenen Schuhen wieder ohne Bedenken und Schamgefühl gezeigt werden. Neben dem ästhetischen Aspekt geht es vor allem darum, die natürliche Schutzfunktion des Nagels zu erhalten. Denn der Zehennagel schützt

das empfindliche Nagelbett vor dem Eindringen von Fremdkörpern oder Erregern. Bei einer zu kurzen oder fehlenden Nagelplatte wölbt sich die Zehenkuppe auf, was zu erheblichen Beschwerden führen kann. Das Nagelwachstum wird gestört, und es besteht die Gefahr, dass sich der Nagelfalz zurückbildet.



FOTO: SERHIY STAKHNYK/SHUTTERSTOCK.COM

WANN IST EIN KÜNSTLICHER NAGELERSATZ NOTWENDIG?

Die Nagelprothetik wird zur Reparatur, Korrektur oder Verschönerung von Zehennägeln eingesetzt. Voraussetzung ist, dass noch ein kleiner Teil der natürlichen Nagelplatte vorhanden ist. Die Ursachen sind vielseitig und reichen von Nagelverletzungen (Nageltrauma) über eingewachsene oder durch Nagelpilz (Onychomykose) stark beschädigte Nägel bis hin zu Nageldystrophien oder anderen Formen von Deformitäten. Durch den künstlichen Nagel wird das Erscheinungsbild verbessert und die Funktionalität des betroffenen Nagels wiederhergestellt.

Eine Nagelprothetik können Sie durchführen bei:

- brüchigen und splitternden Nägeln
- sich zum Teil ablösender beziehungsweise fehlender Nagelplatte
- Nägeln, die durch Nagelpilz stark beschädigt wurden
- Wachstumsstörungen
- Nageltrauma
- deformierten Nägeln

PROBLEMATIK AUS DER PRAXIS

Die Podologin Katarina Kandler wendet die Nagelprothetik regelmässig an. Sie hat die Erfahrung gemacht, dass Probleme häufig durch das falsche Schneiden der Zehennägel entstehen. Werden zum Beispiel die Nagelcken zu tief eingeschnitten oder gar ganz entfernt, dann kann der Nagel von unten her nicht mehr richtig nachwachsen. Das ist fatal, da man die Nagelkante und damit den Problembereich nicht mehr einsehen kann. Durch die Nagelprothetik ist es möglich, bei betroffenen Patienten wieder mehr Platz im Nagelfalz zu schaffen. Der natürliche Nagel kann so Stück für Stück nachwachsen und das Problem langfristig behoben werden.

TECHNIKEN DER NAGELPROTHETIK

Es werden unterschiedliche Techniken eingesetzt, um den beschädigten Zehennagel durch eine Nagelprothetik wiederherzustellen beziehungsweise zu ersetzen. Die folgenden

Aufbau des Nagels

Nagelmatrix

Die Matrix oder Nagelwurzel (Radix unguis) liegt verborgen am hinteren Nagelende und sorgt für das Nagelwachstum. Hier werden kontinuierlich neue Zellen produziert. Nach aussen ist sie als eine weissliche, halbmondförmige Färbung sichtbar, die auch als Lunula („Möndchen“) bezeichnet wird.

Nagelbett

Das empfindliche, von vielen Blutgefässen und Nerven durchzogene Nagelbett (Solum unguis) wird durch die Nagelplatte – die sichtbare, harte Oberfläche des Zehennagels – geschützt. Die Nagelplatte ist durch leistenartige Strukturen mit dem Nagelbett verbunden und wird zum freien Nagelrand hin dicker.

Nagelwall

Als Nagelwall (Vallum unguis) wird das weiche Gewebe rechts und links vom Nagel bezeichnet.

Nagelfalz

Der Nagelfalz (Sulcus unguis) ist die Hautfalte, die den Nagel auf beiden Seiten vom Nagelwall trennt. Sie schützt den Nagel vor Verletzungen und Infektionen.

Nagelhaut

Die Nagelhaut (Eponychium) bedeckt die Nagelmatrix und verschliesst die Nageltasche.

Methoden haben sich besonders bewährt:

• Acryltechnik – Verstärkung und

Aufbau der Nagelplatte: Eine Nagelverstärkung kann durch einen in mehreren Schichten aufgetragenen Acryllack erzielt werden. Die Stabilität von brüchigen und splitternden Nägeln wird dadurch erhöht und eine robuste, langlebige Oberfläche geschaffen. Beim 2-Komponenten-System werden ein Kunststoffpulver auf Acrylbasis und eine Lösungsflüssigkeit zu einer homogenen Masse angemischt. Daraus lässt sich ein semitransparenter Nagelersatz modellieren, der innerhalb von etwa zehn Minuten an der Luft aushärtet. Der Feinschliff erfolgt im Anschluss mit Hartmetallfräser (Formen) und Diamantschleifer (Glätten).

• Die selbsthärtende Nagelmasse:

Zum Ausgleich unebener Nagelplatten, zur Fixierung eingerissener Zehennägel oder zum Nagelaufbau ist der Einsatz einer selbsthärtenden Nagelmasse zu empfehlen. In der Regel härtet diese innerhalb von wenigen Minuten aus und kann in mehreren Schichten aufgetragen werden. In Kombination mit Zellstoff oder Copoline kann sowohl das freiliegende Nagelbett als auch die schützende Nageloberfläche für viele Wochen ver-

sorgt werden. Voraussetzung ist ein ausreichend dimensionierter Restnagel.

- **Verstärkung durch Fiberglas:** Fiberglasgewebe ist vor allem aus dem Bereich der Fingernagelmodellage bekannt. Es sorgt für Stabilität und ist eine hochwertige Verstärkung der Nagelplatte. Das Gewebe kann auch zur Verlängerung des Nagels eingesetzt werden.
- **Lichthärtende UV-Gele:** Mit Licht geht's schneller! Eine moderne Methode ist die Arbeit mit lichthärtenden UV-Gelen. Sie lassen sich leicht modellieren und bleiben auch nach der Aushärtung hochelastisch. Durch den Einsatz eines geeigneten Haftvermittlers (Primer) lässt sich die Haltbarkeit auf Problemnägeln, zum Beispiel bei Schädigungen durch Nagelpilz, verbessern. Häufig enthalten diese Produkte auch antimykotische Wirkstoffe. Eine Kombination mit Fiberglasgewebe ist möglich, falls eine härtere Konsistenz gewünscht ist.



Petra Genthner

Die Autorin ist als langjährige Mitarbeiterin der Hellmut Ruck GmbH bestens vertraut mit allen Themen rund um die Fussgesundheit. Als PR-Referentin verfasst sie regelmässig Fachbeiträge.

FUSS-YOGA

Mit Disziplin und Hingabe zu neuem Fussbewusstsein. Yoga ist ein besonderer Weg zu sich selbst, es ermöglicht, sich von Belastendem zu lösen und auf unterschiedlichen Ebenen gerade auch die Füße zu stärken und so zu einem neuen Fussbewusstsein zu verhelfen.

Das aus dem indischen Sanskrit stammende Wort Yoga bedeutet: „Einheit und Harmonie“. Das Ziel ist die Vereinigung von Körper, Geist und Seele. Diese Technik ist bereits jahrelang erprobt und ermöglicht es, sich von Belastendem zu lösen. Die verschiedenen Körperhaltungen (Asanas) helfen, schwache Muskeln zu kräftigen, verspannte Strukturen zu lösen und die verschiedenen Funktionen des Fasziennetzwerks zu verbessern. Somit bekommt der ganze Körper eine neue Stabilität und passt sich immer mehr seinen Möglichkeiten an. Ein weiterhin wichtiger Aspekt bei Fuss-Yoga ist der Atem.

Durch ganz gezielte Atemübungen (Pranayama) wird der Atem vertieft, die Atemqualität verbessert und der Stoffwechsel aktiviert. Die Übungen tragen auch zum Entschleunigen bei. Durch die Ruhe wird die Langsamkeit ganz neu entdeckt, was wiederum für Klarheit im Geist und Entspannung in Körper sorgt.

BEWEGUNGSSPIELRÄUME ZURÜCKEROBERN

In dem Sprichwort: „Wer rastet, der rostet“ steckt viel Wahrheit. Neben regelmässiger Bewegung bieten gezielte Übungen aus dem Fuss-Yoga die Möglichkeit, die Fussmuskulatur zu stärken, die Fussgelenke zu mobi-

lisieren und gezielt Muskulatur aufzubauen. Und Yoga eignet sich auch wunderbar bei kalten Füßen. Hier die wichtigsten Übungen für Beine und Füße:

1. TADASANA-VARIATION

Diese Stellung wird auch als Bergstellung oder Berghaltung bezeichnet. Sie gilt als Grundübung für alle weiteren Übungen im Stand und sorgt für „entspanntes Stehen“.

Hierbei stehen die Füße hüftbreit auseinander. Sowohl die Wade als auch die Fusssohle bilden einen rechten Winkel. Nun wird das Ge-



FOTO: FIZKE5/SHUTTERSTOCK.COM

wicht gleichmässig auf beide Füsse verteilt, das sind drei Punkte pro Grosszehenballen/Kleinzehenballen/Fersen. Dabei bleiben die Zehen auf dem Boden liegen. In der Gesamthaltung wird der Rücken gestreckt, die Kopfhaltung ist, als sei der Kopf an einem Faden mittig aufgehängt. Das Gesicht entspannt sich bei geschlossenen Augen. Und jetzt wird in die intensive Verbindung zum Boden hinein gespürt.

2. VRIKSHASANA

Vrikshasana zu Deutsch: der Baum, ist eine klassische Übung des Yoga und eine der 84 Hauptübungen des Hatha Yoga. Sie gehört in die Kategorie der stehenden Gleichgewichtsstellungen. Der Sanskritname bildet sich aus den Wörtern vrksa „Baum“ und ásana „Sitz“ oder „Körperhaltung“. Diese Haltung gilt auch als Verbindung von Körperübung und Spiritualität. Hierbei ist ein gutes Gleichgewicht nötig, die Übung fördert aber gleichzeitig auch den Gleichgewichtssinn. Ein Bein wird hierbei angehoben und zur Seite des Standbeins angewinkelt. Dann wird der Fuss an den Oberschenkel des Standbeins gelegt, wobei das Knie zur Seite zeigt. Einsteiger können zur Erleichterung der Übung den angehobenen Fuss mit der Hand führen. In Position gehalten, werden die Hände vor der Brust in Bethaltung zusammen geführt. Der gestreckte Körper ist in Anspannung, die Gesichtszüge sind entspannt. Für eine weitere Dehnung können die Hände zusätzlich über den Kopf gestreckt werden. Das erfordert allerdings eine sichere Standhaltung (Balance).

3. PARSVOTTANASANA

Diese seitliche Vorwärtsbeuge wird auch als „Pyramide“ bezeichnet. Sie ist im Besonderen auf das Längs- und Quergewölbe ausgerichtet. Hier berühren sowohl Hände als auch Füsse den Boden. Man setzt einen Fuss zwischen die beiden Hände nach

Die häufigsten Fussfehlstellungen und Erkrankungen im Überblick

Sofern die Fusserkrankung nicht erblich bedingt ist, kann man mit ganz gezielten Yoga-Übungen die Beschwerden beseitigen, oder zumindest lindern. Dabei steht die Regelmässigkeit im Vordergrund, durch die auch eine besondere Sensibilität gegenüber dem Fuss entwickelt wird. Hineinspüren, aufnehmen, umsetzen und Wohlgefühl geniessen.

Bei diesen Fehlstellungen kann Yoga Entlastung bringen:

- **Plattfuss:** Das Längsgewölbe, der muskuläre Hohlraum zwischen Grosszehenballen und Ferse, ist ohne Belastung eingesunken. Schlimmstenfalls liegt die Fusssohle komplett am Boden auf. Eine Fussfehlstellung mit schmerzlichen Folgen auf den gesamten Bewegungsapparat (Knie, Hüfte, Wirbelsäule).
- **Senkfuss:** Das Längsgewölbe senkt sich hier mit Belastung zum Boden. Es ist abgeflacht, aber nicht eingesunken. Der Senkfuss ist eine abgemilderte Form des Plattfusses. Muskeln und Bändern fehlt es an Kraft und Stabilität, Schmerzen beim Stehen in den Zehen können die Folge sein.
- **Spreizfuss:** Das Quergewölbe, der muskuläre Hohlraum zwischen Gross- und Kleinzehenballen, ist abgeflacht. Die kleinen Gelenke tragen das ganze Gewicht, der Vorfuss wird breiter. Es kommt zu einer Überlastung, die auch auf Beine und Rücken ausstrahlen kann.
- **Schiefzehe (Hallux valgus):** Die Schiefzehe ist eine Zehenfehlstellung und deutlich zu erkennen. Der Mittelfussknochen tritt auf der Innenseite des Fusses heraus und der grosse Zeh dreht nach innen. Hallux verursacht erhebliche Schmerzen aufgrund der Arthrose im Grosszehengelenk.
- **Fersensporn:** Durch Überbelastung der Sehnenplatte entstehen Risse und Verletzungen, bei denen die Achillessehne mit dem Fersenknochen verwachsen ist. Es entstehen eine Entzündung und bei der Reparatur des Gewebes Verkalkungen und dann der Fersensporn. Unangenehmer Druckschmerz ist die Folge.
- **Achillessehnenschmerzen:** Die Achillessehne ist oft bei einseitigen Bewegungen wie Laufen, Tennis, Tanzen gestresst. Die muskuläre Einengung zieht die Sehne in Mitleidenschaft, und eine Entzündung entsteht.

vorne, der andere Fuss geht einen Schritt zurück. Das Becken ist nach vorne ausgerichtet. Nun hebt man die Hände zur Hüfte. Beim Ausatmen wird der gestreckte Oberkörper über das vordere Bein gebeugt, wobei die Hände auf dem Boden abgesetzt werden. Wichtig: Beide Füsse berühren den Boden. Durch diese Streckung werden die vielen kleinen Muskeln im Fuss gefördert.

4. SQUAT (MALASANA)

Malasana – die tiefe Hocke, auch bekannt als Yogi Squat oder Garland Pose (Girlandenhaltung) – stellt für uns Erwachsene eine richtige Herausforderung dar, denn durch das lange Sitzen auf Sofas und Bürostühlen ist unsere Hüft- und Beinmuskulatur verhärtet. Gestartet wird in der Berghaltung mit mattenbreit geöffneten

Füssen, wobei die Zehen nach aussen, die Fersen nach innen zeigen. Mit gebeugten Knien geht es in die Hocke, das Gesäss sinkt schwer in Richtung Boden, während die Wirbelsäule gestreckt ist. Die Hände werden in Gebetshaltung vor das Herz gebracht und die Ellenbogen gegen die Innenseiten der Oberschenkel geschoben. Über den Druck der Hände wird die Brust gehoben, die Kopfkronen strebt nach oben. Der Beckenboden wird nun entspannt beim tiefen Einatmen in den Bauch. Diese Übung sorgt auch für eine gute Stabilität der Füsse.



Ursula Maria Schneider

ist Wellnessberaterin (IHK), Entspannungstrainerin und Inhaberin von „Drehpunkt Fuß“. Sie bietet Ausbildungen für innovative Fussmassagetechniken an und entwickelt Konzepte für gesunde Schritte.

DOSSIER

GLAMOUR, GLITZER, GLOW

Manchmal muss es eben ein Magic Moment sein! Und diesen können Sie für Ihre Kundin mit den besten Inhaltsstoffen, den optimalen Treatments sowie der perfekten Hautpflege schaffen. Für einen Glow, der Ihre Kundin strahlen lässt. Mehr dazu, lesen Sie auf den nächsten Seiten!



MATT OUT, GLOW ON

Frischer Glow? Ja, aber nicht mit aufgelegten Pigmenten, in Schichten von Make-up, sondern dank einer Symbiose aus Instituts- und Heimpflege, die für eine perfekt hydrierte und schöne Haut sorgt.

Wenn die letzten Sandkrümel aus dem Sommerkleidchen gerieselt sind und der Strohhut der Wollmütze weicht, dann setzt der Summer-Blues ein – die Sehnsucht nach dem gewissen Strahlen der Haut, glitzernd in der Sommersonne.

Nicht möglich in der kalten Jahreszeit? Aber selbstverständlich! Mit der richtigen aufeinander abgestimmten Behandlungsserie im Institut sowie einer darauf ausgelegten Beauty-Routine daheim ist eine glowy Haut keine Sommererinnerung, sondern ein 365-Tage-im-Jahr-Ausdruck von

schöner, gesunder und gepflegter Haut!

INSTITUTS-TREATMENTS FÜR DEN BEGEHRTEN GLOW

Im Bereich der apparativen Kosmetik bieten sich diverse Behandlungsmethoden an, die der Haut den ge-

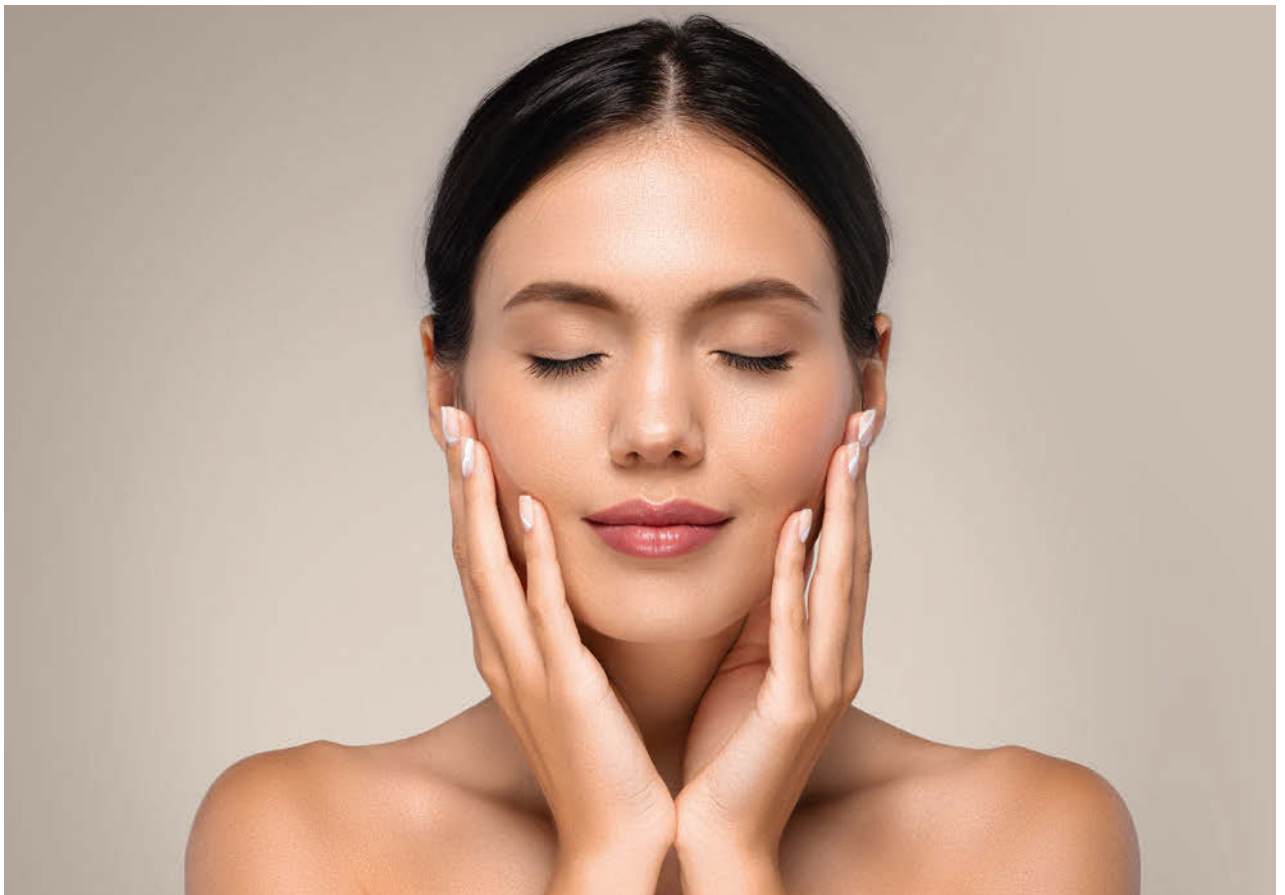


FOTO: PROSTOCK_STUDIO/SHUTTERSTOCK.COM

wünschten Glow verleihen, indem sie der Haut Feuchtigkeit spenden, sie von alten Hautschuppen befreien, die den Teint matt aussehen lassen sowie den Regenerationszyklus der Hautzellen verkürzen und die Wirkstoffe tief in die Haut einschleusen.

- **Perfekt hydrierte Haut:** Mit der Hydrabrasion – einer Kombination aus dem allseits beliebten Aquafacial und der bewährten Mikrodermabrasion – wird die sonengeschädigte, alte Hautschicht abgetragen und gleichzeitig die Haut in der Tiefe gereinigt, um anschliessend besonders aufnahmefähig für das Plus an Feuchtigkeitspflege zu sein.
- **Nanoinfusion mit Radiofrequenz:** Die Nano-Mesotherapie bietet die Möglichkeit, selbst empfindlichste Haut bis in die tieferen Schichten mit wertvollen Wirkstoffen zu versorgen. Beim Radiofrequenz-Nanoneedling kommen keine Nadeln

PROFITIPP

Hydroxysäuren sind als täglich anwendbare Kombiseren erhältlich. Dadurch können Sie Ihren Kundinnen die ganze Bandbreite der positiven Eigenschaften in einem Serum anbieten, ohne der Haut zu schaden.

Zellen zu verlängern, was sich wiederum positiv auf die Hautelastizität auswirkt. Zudem fördern sie die Regeneration geschädigter Hautzellen tiefenwirksam – von der Epidermis bis in die Dermis – und wirken bis zu sechs Monate nach. Exosome lassen sich sowohl mit Needling als auch mit Ultraschall einbringen.

OPTIMALE WIRKSTOFFE GLEICH OPTIMALES ERGEBNIS

Verlässt die Kundin das Studio mit strahlend schöner Haut, möchte sie

BHA-Säure und LHA-Säure sowie PHA-Säure.

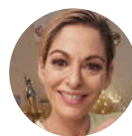
- **Wachstumsfaktoren:** EGFs (Epidermal Growth Factors) sind Proteine, die die Zellerneuerung beschleunigen, indem sie Keratinozyten, Melanozyten und Fibroblasten stimulieren, Kollagen und Elastin zu produzieren. Die Haut wirkt straffer, glatter und frischer. Zudem wird einer vorzeitigen Hautalterung vorgebeugt.
- **Polyglutaminsäure:** Kurz PGA-Säure, wird aus der Fermentation von Sojabohnen gewonnen und ist, einfach ausgedrückt, ein Wirkstoff, der Feuchtigkeit anzieht und bindet. PGA besteht aus Glutaminsäuremolekülen und Glutamin – einer körpereigenen Aminosäure, die dem Abbau von Hyaluronsäure entgegenwirkt.

MORGENS, ABENDS UND ZWISCHENDURCH

Die Beauty-Routine fängt mit einer milden Reinigung des Gesichts an. Am besten eignen sich Produkte auf Öl- beziehungsweise Niacinamid-Basis, um schon im ersten Schritt einen ebenmässigen Teint zu aktivieren. Tages- und Nachtpflege mit EGF und PGA sorgen dafür, dass die Feuchtigkeit in der Haut gehalten wird. Um die Haut abends Regeneration zu gönnen, eignet sich die Intensivpflege mit einem Hydroxysäure-Serum. Bei vermehrtem Feuchtigkeitsbedarf kann gerne auch noch ein Aloe-vera-Gel als Tagesserum zum Einsatz kommen.

FAZIT

Eine schöne Haut mit dem perfekten Glow wird massgeblich durch das Zusammenspiel einer perfekten Institutsbehandlung mit optimaler Heimpflege erreicht.



Jessica Barth

Die Autorin ist Kosmetikerin seit 2004 und war Schulungs- und kosmetische Leiterin der Sensera Waxinstudiokette. Heute ist sie selbstständig tätig und führt ihr eigenes Kosmetikstudio in Rorschachberg. www.liebedeinehaut.ch

„SCHLEICHT SICH DENNOCH WIEDER EIN FAHLER HAUTTON EIN, VERLEIHT EINE MASKE MIT VITAMIN C QUASI IM HAND-UMDREHEN NEUE STRAHLKRAFT.“

zum Einsatz, sondern softe Nanotips mit kleinen Zacken. Die Tiefengängigkeit wird also nicht über feine Metallstifte erreicht, sondern über EMS – schwache elektrische Impulse zur Muskelstimulation – und Radiofrequenzwellen.

- **Exosomen-Behandlung:** Der brandneue Wirkstoff für Nanoinfusionen heisst Exosom. Die aus pflanzlichen Stammzellen (Ginseng) gewonnenen nanogrossen Vesikel (kleine Blässchen) sind prall gefüllt mit Proteinen, Wachstumsfaktoren, Peptiden, Aminosäuren, Vitaminen und vielen weiteren hochkonzentrierten Wirkstoffen, die grossen Einfluss auf die Regeneration und Nährstoffversorgung der Haut haben. Exosome besitzen die Fähigkeit, den Lebenszyklus der

dieses Ergebnis natürlich auch lange beibehalten. Stichwort Heimpflege! Es gilt, den Kundinnen beratend einige Pflegehinweise mit auf den Weg zu geben sowie das ein oder andere Produkt mit folgenden Inhaltsstoffen:

- **Hydroxysäuren:** Hydroxysäuren sind als täglich anwendbare Seren erhältlich. Sie unterstützen die natürliche Erneuerung des Hautbildes, indem sie die interzellulären Verbindungen der Hornzellen lösen. Pigmentflecken werden sichtbar gemildert, der Teint ausgeglichen, Poren verkleinert und feine Linien reduziert. Sie sind abends anzuwenden und eignen sich optimal als Türöffner für die nachfolgende Pflege. Zu den Hydroxysäuren gehören: AHA-Säuren,

ALLES GOLD, WAS GLÄNZT

Gold als Zeichen von purem Luxus ist mittlerweile nicht nur in Spa-Treatments beliebt, sondern wird immer öfter auch in der Hautpflege verwendet. Verbirgt sich dahinter nur Dekadenz, oder hat eine Pflege mit dem Edelmetall tatsächlich eine Daseinsberechtigung? Die Antwort darauf gibt Gold-Kosmetikerin Olivia Kocher.

Gold gehört zu den Edelmetallen, denn es zeichnet sich durch seine grosse Beständigkeit sowie seine Widerstandsfähigkeit gegen Korrosion und Oxidation aus. In seiner einmaligen Geschichte entwickelte sich Gold vom anfänglichen Kultobjekt

zur beliebten Beigabe von Kosmetika für einen leuchtenden Teint und zur Verlangsamung des Hautalterungsprozesses.

DIE GESCHICHTE DES GOLDES

Bestimmt denken auch Sie bei Gold nicht zuletzt an die Totenmaske des

SCHON GEWUSST?

Studien haben gezeigt, dass nebst einer strafferen, glatteren Haut auch die Reduktion des Erythem- sowie Melanin-Index der Haut durch Goldpartikel erreicht wird. Die Haut erscheint also ebenmässiger und weniger gerötet.



FOTO:CASTHER/SHUTTERSTOCK.COM

altägyptischen Königs Tutanchamun. Nicht ganz unpassend, denn Gold soll im 4. Jahrtausend v.Chr. von den Ägyptern erstmals verwendet worden sein. Mittlerweile wird der grösste Teil des Edelmetalls in der Schmuckbranche verarbeitet. Umso interessanter ist es, dass Gold als eines der ältesten Heilmittel gilt und zum Beispiel in der traditionellen chinesischen Medizin schon lange als solches eingesetzt wird, da es die Gesundheit und Lebensenergie positiv beeinflussen soll.

GOLD IN KOSMETIK

Die Faszination, welche Gold in uns Menschen auslöst, lenkt unsere Aufmerksamkeit umgehend auf die entsprechenden Produkte und erhöht unser Interesse daran. Goldpartikel verleihen vor allem klaren oder weissen Produkten wie Seren oder Lotionen eine besondere Optik, die uns Menschen nahezu magisch anzieht.

„GOLD ALS SEHR REINER UND VERTRÄGLICHER INHALTSSTOFF IST SELBST FÜR ALLERGIKER GEEIGNET.“

In der Kosmetik wird meist Goldwasser, also Gold in seiner kolloidalen Form, oder Feingold, (mikrokleine Goldpartikel) eingesetzt. Früher wurde es hauptsächlich für den Glow äusserlich auf der Haut angewendet. Mittlerweile ist seine wertvolle Wirkung auch für die Hautgesundheit bekannt und somit wird es oft Seren, Lotionen, Cremes und Masken beigemischt.

GOLD IN DER HAUTPFLEGE

Gold unterstützt nicht nur die Mikrozirkulation, sondern kann bis zum 300-Fachen seines eigenen Gewichts an Wasser binden. Dadurch versorgt Gold die Haut nachhaltig mit ausreichend Feuchtigkeit. Ausserdem hat es eine antibakterielle Wirkung, wovon besonders unreine Haut profitieren kann. Das Edelmetall wirkt zudem antioxidativ, es neutralisiert also

Wie wirkt Gold auf die verschiedenen Hauttypen?

1. Trockene Haut: Verbessert den Feuchtigkeits- und Lipidhaushalt der Haut, wirkt energiespendend, regenerierend und verleiht der Haut mehr Vitalität.
2. Unreine oder entzündliche Haut: Die entzündungshemmenden Eigenschaften von Gold tragen zur Beschleunigung der Hautregeneration bei und helfen, Hautschäden zu reparieren.
3. Gestresste Haut und zu Allergien neigende Haut: Goldpartikel können helfen, die Hautbarriere zu stärken und die Haut widerstandsfähiger gegen Umwelteinflüsse zu machen.
4. Reife Haut: Gold unterstützt die Reduktion der sichtbaren Zeichen der Hautalterung wie feine Linien und Falten, indem es den Abbau von Kollagen- und Elastin vermindert. Ausserdem verleiht das Edelmetall der Haut einen sofortigen Glanz und verbessert das allgemeine Hautbild für ein strahlendes und verjüngtes Aussehen.

freie Radikale und verhindert so, dass sie unsere Zellstrukturen oder das Kollagen der Haut angreifen. Es schützt die Haut demnach vor frühzeitiger Hautalterung und erhöht deren Abwehrkräfte.

scheinen. Denn günstige Fälschungen können oxidieren, wodurch grüne Flecken entstehen oder es zu Rötungen, Reizungen und Juckreiz kommen kann.

- Man sollte möglichst nur Produkte mit reinem 24-karätigen Gold verwenden, was von jeder Haut gut vertragen wird und aufgenommen werden kann. Dies hat natürlich seinen Preis. Günstige Produkte, die Gold enthalten, sollte man eher kritisch und genau überprüfen.

FAZIT

Gold ist ein luxuriöser und wirksamer Inhaltsstoff in der Hautpflege. Mit seinen Anti-Aging, regenerierenden und hautbildverbessernden Eigenschaften bietet es eine exklusive Lösung für diejenigen, die einen strahlend schönen Teint wollen. Doch wie bei jeder neuen Hautpflegebehandlung sollte man sich über mögliche Nebenwirkungen informieren und darüber hinaus sicherstellen, dass man Gold nur von vertrauenswürdigen und seriösen Quellen bezieht.



Olivia Kocher

Die Autorin ist Kosmetikerin FA – mit Fachrichtung medizinische Kosmetik und Inhaberin des Kosmetikinstituts VIVID face & body in Solothurn, wo sie Goldprodukte von DEYNIQUE verwendet.
www.vividkosmetik.ch

ES IST NICHT ALLES GOLD, WAS GLÄNZT

Das berühmte Sprichwort gilt es auch im Bereich der Kosmetik zu beachten. Wollen wir doch für unsere Kunden und die Gesunderhaltung der Haut nur das Beste. Daher sollte man beim Kauf oder der Anwendung von Goldprodukten unbedingt einige Punkte beachten:

- Als Erstes sollten einem der Ursprung der Produkte sowie deren Inhaltsstoffe vertrauenswürdig er-



FOUNDATION MIT LEUCHTKRAFT

Der Glow-Effekt ist seit einiger Zeit aus der Welt des Make-ups nicht mehr wegzudenken.

Er verleiht der Haut ein jugendliches, gesundes und strahlendes Aussehen. Doch wie gelingt der perfekte Glow, und welche Produkte und Techniken sind dafür notwendig?

Eine makellose Haut ist die beste Grundlage für jede Foundation, ganz besonders, wenn ein Glow-Effekt erzielt werden soll. Die Vorbereitung beginnt daher mit einer gründlichen Reinigung und der individuell geeigneten Pflege.

- **Reinigung:** Verwenden Sie ein sanftes Reinigungsmittel, das die Haut nicht austrocknet. Ein leichtes Peeling kann helfen, abgestorbene Hautzellen zu entfernen und die Durchblutung zu fördern. Wichtig ist, mit der Vorbereitung im Voraus zu starten!

- **Feuchtigkeitspflege:** Eine gut hydratisierte Haut ist essenziell für einen strahlenden Teint. Tragen Sie ein Serum sowie eine feuchtigkeitsspendende Creme auf, die schnell einzieht und keine öligen Rückstände hinterlässt. Produkte mit Hyaluronsäure oder Glycerin

FOTO: PUPPY 9/SHUTTERSTOCK.COM

sind besonders empfehlenswert, da sie die Feuchtigkeit in der Haut binden.

- **Primer:** Ein Primer schafft eine glatte Basis für die Foundation und kann den Glow-Effekt verstärken. Wählen Sie einen Primer mit lichtreflektierenden Partikeln oder einen, der speziell für strahlende Haut entwickelt wurde.

DIE AUSWAHL DER RICHTIGEN FOUNDATION

Nicht jede Foundation eignet sich für einen Glow-Effekt. Flüssige Foundations sind oft die beste Wahl, da sie sich leicht verblenden lassen und einen natürlichen, leuchtenden Effekt erzeugen können.

Hier ein Überblick über die verschiedenen Foundation-Typen:

- **Flüssig-Foundation:** Ideal für den Glow-Effekt, da sie sich leicht verteilen lässt und oft feuchtigkeitsspendende Inhaltsstoffe enthält. Sie kann mit einem feuchten Schwämmchen oder einem Foundation-Pinsel aufgetragen werden, um ein strahlendes Finish zu erzielen.
- **Creme-Foundation:** Bietet eine höhere Deckkraft und kann ebenfalls einen schönen Glow erzeugen, wenn sie richtig aufgetragen wird. Sie ist besonders gut für trockene Haut geeignet.
- **Mousse-Foundation:** Diese Foundation hat eine leichte, luftigere Textur und kann einen natürlichen Glow verleihen. Sie eignet sich gut für normale bis fettige Haut.
- **Puder-Foundation:** Eher ungeeignet für einen Glow-Effekt, da sie die Haut oft mattiert. Wer dennoch nicht auf Puder verzichten möchte, kann zu einem leuchtenden Finishing Powder greifen, das Glanzpartikel enthält.

DIE RICHTIGE MISCHUNG

Um den Glow-Effekt zu verstärken, können Foundations mit anderen Produkten gemischt werden. Hier einige bewährte Methoden:

- **Flüssiger Highlighter:** Mischen Sie ein paar Tropfen flüssigen Highlighter in Ihre Foundation.

3 Tipps für einen lang anhaltenden Glow

Damit der Glow-Effekt den ganzen Tag über hält, sind einige zusätzliche Schritte notwendig:

1. **Fixierspray:** Ein leuchtendes Fixierspray kann verwendet werden, um das Make-up haltbarer zu machen und gleichzeitig einen zusätzlichen Glanz zu verleihen. Sprühen Sie es in einem Abstand von etwa 30 Zentimetern auf das Gesicht.
2. **Setting Powder:** Verwenden Sie ein leichtes, transparentes Setting Powder nur in den Bereichen, die zu Glanz neigen, wie die T-Zone. Vermeiden Sie es, das gesamte Gesicht abzupudern, um den Glow-Effekt nicht zu mindern.
3. **Nachbessern:** Tragen Sie im Lauf des Tages bei Bedarf erneut etwas Highlighter auf die höchsten Punkte des Gesichts auf, um den Glanz aufzufrischen. Ein kompakter Highlighter-Stick eignet sich perfekt für unterwegs.



Dies sorgt für eine gleichmässige Leuchtkraft im gesamten Gesicht.

- **Öle:** Ein Tropfen Gesichtsoil, zum Beispiel Hagebuttenöl oder Traubenkernöl, kann der Foundation hinzugefügt werden, um einen subtilen Glanz zu erzeugen und die Haut gleichzeitig zu pflegen.
- **Feuchtigkeitscreme:** Wer es noch leichter mag, kann die Foundation mit einer feuchtigkeitsspendenden Tagescreme mischen. Dies sorgt für ein transparentes Wet-Finish.

TECHNIKEN UND TOOLS

Die Art, wie die Foundation aufgetragen wird, spielt eine entscheidende Rolle für den Glow-Effekt.

Hier sind einige Techniken und Tools, die sich bewährt haben:

- **Beauty-Blender oder Make-up-Schwämmchen:** Ein feuchter Beauty-Blender sorgt für ein besonders natürliches und strahlendes Finish. Klopfen Sie die Foundation sanft in die Haut ein, anstatt sie zu reiben.
- **Foundation-Pinsel:** Ein Pinsel mit dichten, aber weichen Borsten kann helfen, die Foundation gleichmässig zu verteilen und ein glattes, leuchtendes Ergebnis zu erzielen.
- **Finger:** Besonders bei flüssigen und cremigen Foundations können die Finger verwendet werden, um die Foundation in die Haut gut einzuarbeiten, um die natürliche Wärme der Haut zu nutzen und um das Produkt zu verschmelzen.

Gerade dann, wenn Sie in Schichten arbeiten und mehrere Produkte übereinander auftragen.

SCHLUSSGEDANKEN

Der Glow-Effekt kann jeder Haut zu einem strahlenden, jugendlichen Aussehen verhelfen. Mit der richtigen Vorbereitung, der passenden Foundation und den entsprechenden Techniken und Tools können Visagisten und Kosmetikerinnen ihren Kundinnen zu einem perfekten Glow verhelfen. Experimentieren Sie mit verschiedenen Produkten und Mischungen, um den individuell besten Glow zu finden. Der Schlüssel liegt in der Balance zwischen Feuchtigkeit und Lichtreflexion, gerade im Sommer ist dieser Look besonders gefragt.



Anna-Maria Wolf

Die Autorin ist Hairstylisten und Make-up-Artistin, Inhaberin der Beautyfulfaces Academy und betreibt ihr eigenes Kosmetikstudio. In ihrer Freizeit engagiert sie sich ehrenamtlich und leitet Schminkkurse für Krebspatientinnen.

FUNKELNDER FESTTAGSLOOK

Bald ist es wieder so weit und die Festtage brechen an, mit all ihrem Glanz und Glamour. Da darf ein Look, der auch die Nägel Ihrer Kundinnen perfekt in Szene und Stimmung setzt, nicht fehlen! Wie Sie ein funkelndes Naildesign für die ganz besonderen Tage im Jahr kreieren, zeigt Ihnen Nail-Expertin Bianca Friberg.



„GLAMOURÖSE FARBEN UND FUNKELNDE AKZENTE, PERFEKT FÜR JEDEN ANLASS, DER NACH STIL UND GLANZ VERLANGT!“



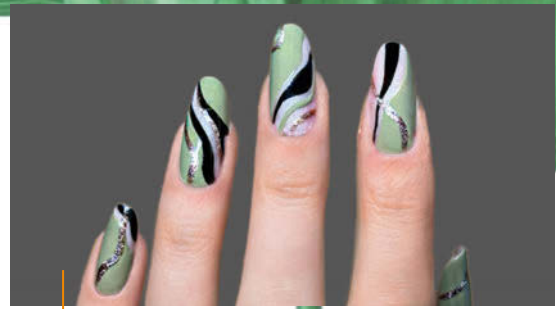
1 Vorbereitung: Nach der Maniküre und dem Aufbau feilen Sie die Nägel in die gewünschte Form. Bevor Sie kreativ werden, empfehle ich mit einer Alkoholzelle die Nägel zu entfetten und zu entstauben.



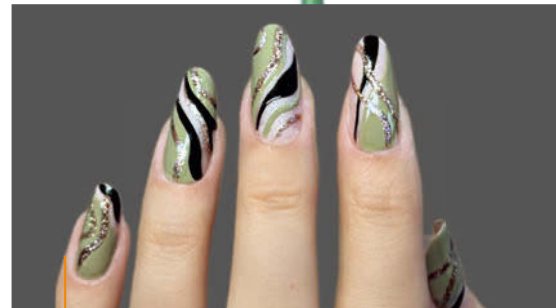
2 Grundfarbe auftragen: Tragen Sie in verspielten Formen Ihre gewünschte Farbe auf. Passend zur Jahreszeit habe ich mich für ein stimmungsvolles Grün entschieden.



3 Dunklere Farbe auftragen: Ergänzen Sie die Farbkombination mit schwarzen Highlights. Diese sollen die Grundfarbe nicht überschatten, sondern noch mehr hervorheben.



4 Metallic-Gold: Ziehen Sie mit einem Finelinerpinsel kurvige Goldlinien in verschiedene Richtungen – je wilder desto besser!



5 Glitzer-Gold: Mit einem körnigen Glitzer ziehen Sie weitere Linien, um maximale Dimension in das Design zu bringen.



6 Abschluss: Versiegeln Sie das Design ein wenig dicker als gewohnt. Buffern Sie das Naildesign nach Aushärtung an und versiegeln Sie erneut, dieses Mal aber dünn. So erreichen Sie eine einheitlich glatte Oberfläche.



Bianca Friberg

ist spezialisiert auf Tiefenmaniküre und Newstyle. Zudem vermittelt sie in regelmässigen Schulungen ihre Expertise rund um Techniken und Produkte. www.beauty-aesthetics.ch

SKINCARE EIN „STÜCK“ BESSER MACHEN

Feste Kosmetikprodukte gewinnen zunehmend an Popularität, und das aus gutem Grund: Vorteile für Umwelt und Haut, ein nachhaltiger Herstellungsprozess und die lange Haltbarkeit sind Anreiz genug, die Hautpflege im Institut und daheim Stück für Stück umzustellen.

Im Beauty-Business jagt normalerweise ein Trend den nächsten. Natürlichkeit und Nachhaltigkeit halten sich allerdings hartnäckig und haben sich im Laufe der vergangenen Jahre von einer Nische

zum Megatrend von heute und der Zukunft gemausert. Mittendrin: feste Kosmetik! Sie sind eine gültige Alternative in Zeiten der bewussten Rohstoffwahl gemäss umweltfreundlichen und ethischen Kriterien.

Schon gewusst?

Herkömmliche Kosmetika enthalten bis zu 80 % Wasser, was die Menge und den Gebrauch entscheidend beeinflusst. Feste Kosmetik ist genauso ergiebig wie 2 bis 3 Flüssigprodukte.



FOTO: GARNIA ZARINA / SHUTTERSTOCK.COM

VORTEILE FÜR MENSCH UND UMWELT

Feste Kosmetikprodukte sind in ihrer Zusammensetzung besonders ergiebig, da sie keinen oder nur einen geringen Wasseranteil haben. Das minimiert den Verbrauch von Wasser – einer unserer kostbarsten Ressourcen – bei der Produktherstellung sowie -verwendung und reduziert gleichzeitig das Transportgewicht, was sich wiederum positiv in der CO₂-Bilanz niederschlägt.

Ausserdem kommen feste Kosmetikprodukte durch das Fehlen von Wasser meist ohne Konservierungsstoffe aus, was sie besonders geeignet für Menschen mit empfindlicher Haut oder Allergien macht. Darüber hinaus wird bei fester Kosmetik oft auf Einzelverpackungen, z. B. aus Plastik, verzichtet. Das schont die Umwelt. Zu guter Letzt erweist sich feste Kosmetik dank der höheren Konzentration der Inhaltsstoffe als weitaus wirkungsvoller, verglichen mit herkömmlichen Produkten.

FESTE HAUTPFLEGE – SPEZIELLE FORMULIERUNGEN

Solid Cosmetics, also feste Kosmetik, findet man heute in praktisch allen Bereichen der Körperpflege. Von Haar- und Zahnpflege bis hin zur Hautreinigung. Speziell bei der festen Gesichtspflege stellen sich jedoch noch Herausforderungen, da die Haptik und Wirkstoffentfaltung bei herkömmlichen, wasserbasierten Cremes oft anders wahrgenommen werden. Dennoch gibt es innovative Ansätze, die versuchen, durch Kombination von pflanzlichen Wachsen, Ölen und Pulvern eine angenehme und pflegende Wirkung zu erzielen. Diese Produkte sind jedoch noch nicht so verbreitet wie andere feste Kosmetikalternativen und sprechen eine spezifische Zielgruppe an. Die nachhaltige Herstellung und die Konzentration der Inhaltsstoffe bleiben aber entscheidende Vorteile im Vergleich zu herkömmlichen Produkten.

NACHHALTIGE REINIGUNG

Face Cleansing Bar, also ein Gesichtereiniger in fester Form, ist relativ neu.

Beliebteste feste Kosmetikprodukte

• Festes Shampoo

Besonders beliebt für alle Haartypen; einfach zu transportieren; kann über einen längeren Zeitraum verwendet werden; besteht aus natürlichen Inhaltsstoffen.

• Feste Duschgelalternativen

Festes Duschgel oder Seifenstücke, die keine Plastikverpackung benötigen; oft vegan, tierversuchsfrei, Fairtrade und umweltfreundlich.

• Feste Handcreme

Besteht häufig aus natürlichen Zutaten wie Bienenwachs oder Kakaobutter; pflegt die Haut sanft und schützt die Hände auch im Winter vor dem Austrocknen.

• Feste Bodylotion

Sorgt dafür, dass die Haut im Winter oder nach dem Duschen nicht austrocknet; leicht zu transportieren, platzsparend; Verpackungen sind plastikfrei und aus nachhaltigen Materialien.

Der Reiniger, der an den pH-Wert der Haut angepasst ist, schadet der natürlichen Hautbarriere nicht und sorgt mit seinen Inhaltsstoffen aus überwiegend natürlichen Quellen dafür, dass die Haut zudem sanft und nährend gepflegt wird.

So können feste Gesichtereiniger beispielsweise beruhigende Zusätze wie die Auszüge von Calendula (Ringelblumen) oder Tonerde enthalten, die einen positiven Effekt auf die Haut schon bei der Reinigung ausüben. Die Anwendung ist easy: Die Face Cleansing Bar in den sauberen Händen mit Wasser befeuchten und aufschäumen. Den Schaum dann im Gesicht verteilen und sorgfältig einmassieren. Anschliessend einfach mit lauwarmem Wasser abwaschen. Die Haut Ihrer Kundin ist nun bereit für den Pflegeschritt danach: die Gesichtscreme – natürlich fest!

KONZENTRIERTE PFLEGE FÜR JEDEN HAUTTYP

Während sich zum Beispiel festes Shampoo oder festes Duschgel immer mehr etabliert, ist die feste Gesichtscreme bislang weniger verbreitet. Dabei trägt feste Gesichtscreme aus biologischen Zutaten doch dazu bei, dass die sanfte Hautpflege für alle Hauttypen möglich ist. Viele Produkte sind pH-neutral, was sie besonders verträglich macht. Die Creme wird durch die Körperwärme verreibbar und verschmilzt mit der Haut. Dafür sollte man in sanften, kreis-

den Bewegungen über das Gesicht gleiten. Wichtig: Nicht zu viel Druck ausüben, um der Haut nicht zu schaden. Zum Schluss die Creme noch mit den Fingern einarbeiten – fertig. Massage und Pflege in einem!

FAZIT: DIE ZUKUNFT VON FESTER SKINCARE

Laut einer neuen Studie des Marktforschungsunternehmens Mintel ist Wasser das neue Luxusgut, da der Verbrauch das Angebot in Zukunft übersteigen wird. Je mehr Menschen sich dieser Diskrepanz bewusst werden, desto mehr wird sicherlich in diese Richtung getan werden.

Es bleibt also spannend in diesem Bereich. Schon heute ist aber Fakt, dass feste Kosmetik dank ihrer nachhaltigen, hautschonenden Eigenschaften und ihrer langen Haltbarkeit überzeugt. Sie ist eine grossartige Wahl für alle, die einen bewussten, umweltfreundlichen Lebensstil pflegen wollen – und das, ohne Kompromisse bei der Qualität der Pflegeprodukte einzugehen.



Nicole Blum

setzt mit ihrer Aarauer Marke No Bullshit auf nachhaltige, vegane Kosmetik ohne überflüssige Inhaltsstoffe. Ganz im Sinne eines verantwortungsbewussten Umgangs mit der Umwelt und für eine bessere Haut. www.nobullshit.care

MEHR NACH- HALTIGKEIT IN DER KABINE

Es ist Zeit, sich auch in unserem Beruf Gedanken zu machen: Wo kann ich Ressourcen sparen und wie kann ich meinen persönlichen Beitrag zu einer Nachhaltigkeit geben? Hier sind nicht nur Geschäftsführerinnen gefragt, sondern auch alle Mitarbeitenden und Lernenden.

Der erste Schritt ist für viele vielleicht schwer, da wir alle zu weit suchen. Aber Nachhaltigkeit beginnt im Kleinen und oftmals ist es eine Kopfsache. Und manchmal müssen wir

unsere Komfortzone verlassen. Aber wenn wir dies tun, setzt zum einen „das gute Gefühl“ ein und am Ende des Tages zahlt es sich auch wirtschaftlich aus. Und nicht zuletzt verwenden Sie Ihr Handeln in Ihrer

Tipp

Thousand little things. Lassen Sie Ihr Team kreativ werden: Es gibt viele grossartige Ideen, um leere Produktpakete sowie Verpackungs- und Füllmaterialien wiederzuverwenden.

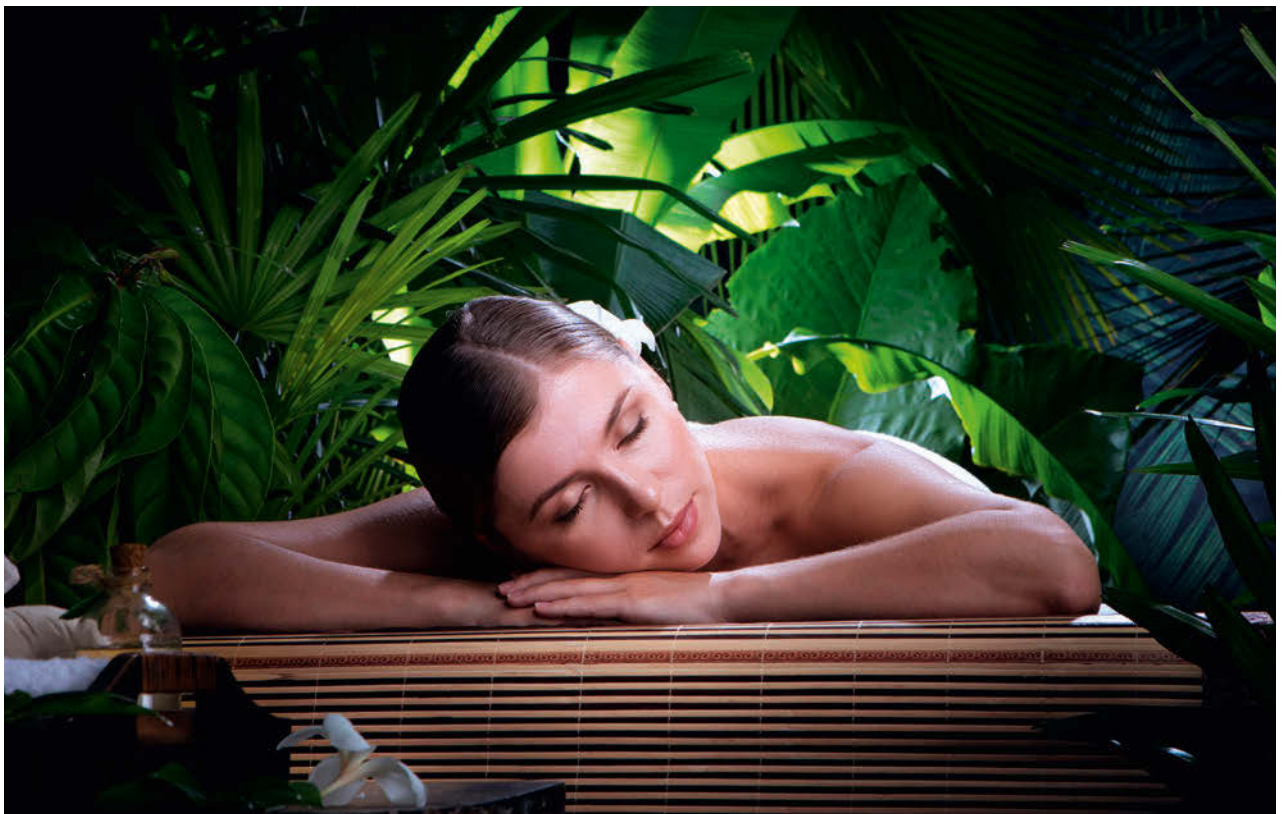


FOTO: ERSLER DMITRY/ SHUTTERSTOCK.COM

Unternehmenskommunikation: „Tu Gutes und sprich darüber“ – das ist PR! Im Folgenden möchte ich Ihnen ein paar Gedankenanstösse mit auf den Weg geben.

GRENZEN DES PRIVATEN

Morgens mit einem „Coffee to go“ ins Geschäft zu kommen, ist zwar cool, aber schlussendlich nicht im Sinne der Umwelt. Wenn wir alle auf diesen Abfall verzichten, ist der Abfalleimer am Abend bereits leichter! Und weiter: Warum verpflegen wir uns nicht zuhause mit einem gesunden Frühstück? Das Mittagessen nehmen wir von zuhause mit, somit sparen wir auch hier an Abfallkarton und viel Plastik. Von der Gabel bis zum Teller, Steamer usw. alles könnte im Geschäft vorhanden sein. Oder möchten Sie als Geschäftsinhaberin die Abfallentsorgung für Ihre Mitarbeitenden übernehmen?

BUSINESS AS UNUSUAL

Kennen Sie das gute alte Makulaturpapier? Wieso können wir ein Blatt Papier nicht auf beiden Seiten für unsere internen Notizen verwenden? Es braucht nicht immer einen neuen Post-it-Zettel. Denn in so einem steckt jede Menge Chemie! Auch die To-do-Liste können Sie mehrmals brauchen: Laminieren Sie die Vorlage und setzen Sie mit einem wasserlöslichen Filzstift Ihre geplanten Arbeiten auf. Erledigt? Dann waschen Sie das laminierte Blatt mit einem Schwamm und Wasser ab. Unser Blatt im Salon existiert seit drei Jahren! Sind Handseife und Putzartikel biologisch abbaubar? Nein? Dann wird es höchste Zeit, das zu ändern und auf umweltfreundliche Produkte umzusteigen. Gut für die Umwelt, fürs Portemonnaie und die Haut. Denn viele grüne Alternativen sind wesentlich milder und sanfter zur

Nachhaltig arbeiten – Einfacher geht's nicht!

- Überdenken Sie Ihre Abläufe bei den Behandlungen.
- Sparen Sie Strom!
- Wie „grün“ sind Ihre Labels?
- Motivieren Sie Ihr Team für nachhaltiges Arbeiten.
- Informieren und sprechen Sie mit Ihrer Kundschaft über diese Themen.
- Sprechen Sie immer wieder mit Ihren Distributoren über Nachhaltigkeit, denn steter Tropfen höhlt den Stein.

Haut als die aggressive Zusammensetzung herkömmlicher Reinigungsprodukte.

PARTNER MOTIVIEREN

Bis hier hin haben Sie bereits viele Ressourcen gespart und können stolz sein. Aber warum aufhören, wenn noch so viel Arbeit vor einem liegt? Es gilt also, einen Schritt weiterzugehen. Wie lange ist die Lieferkette Ihrer Labels? Wie unnötig opulent ist die Verpackung? Haben Sie bereits mal mit Ihrem Distributor gesprochen, wieso wir heute noch so unnötige Verpackungen haben? Luxus? Nein, Luxus ist, unseren Fussabdruck so klein wie möglich zu halten. Können diese Verpackungen nicht als Dekorationsmaterial in Schaufenstern wieder gebraucht werden? Können gewisse Produkte nachgefüllt werden? Wann bekommen wir ein Mitspracherecht, was an Verpackungen nötig und was absolut nicht mehr gefragt ist? Nehmen Sie mit Ihrem Lieferanten Kontakt auf. Da ist mehr möglich, als was wir annehmen. Bleiben Sie beharrlich.

AN DIE ARBEIT!

Wie warm sind Ihre Kabinen? Bei einer hohen Frequenz im Entrée braucht es keinen überhitzten Raum. Auch in den Kabinen müssen die

Temperaturen nicht mehr als 20 Grad betragen. Wie sieht es beim Licht aus? Auch das muss nicht von morgens bis abends in allen Kabinen brennen. Achten Sie darauf, wie oft es ins Leere leuchtet.

Müssen wir nach der Hautreinigung trocknen, damit wir anschliessend mit der Lotion wieder befeuchten? Kleenex um Kleenex – und ein Berg Abfall. Weitere Kleenex folgen in der Gesichtspflege: Wenn wir achtsam und klug arbeiten, lebt irgendwann ein Baum länger und muss gar nicht gefällt werden.

Maniküre, Haarentfernung oder Fusspflege ohne plastifizierte Unterlage – ist das möglich? Es gibt Papierunterlagen und kleine Tücher, hergestellt aus Eukalyptus. Unkompliziert können Sie diese im Altpapier entsorgen. Alles recycelbar. Auch hier sparen wir das Plastik bei der Unterlage.

FAZIT

Nachhaltigkeit in der Kabine ist möglich, wenn man weiss wie, und sich nicht scheut, Veränderungen auch in der Routine vorzunehmen. Der Lohn harter „grüner“ Arbeit sind sichtbar weniger Ausgaben, weniger Verschleiss und immer wieder Spass, einen Schritt weiterzugehen für eine Zukunft, die eine ist.

„SCHALTEN SIE IMMER ALLE ELEKTRONISCHEN GERÄTE AUS UND ZIEHEN SIE DEN STECKER, UM KEINE ENERGIE ZU VERSCHWENDEN!“



Nicole Benz Ursch

ist Kosmetikerin HFP mit eigenem Kosmetikgeschäft in Chur. Unter dem Label „art cosmetics beratungen“ gibt sie zusätzlich Mitarbeiterschulungen in der ganzen Schweiz.
www.art-cosmetics.ch

X-MAS-BEAUTY '2



1 SWISSESTETIC Die drei Anti-Aging-Linien gibt es als exklusive Weihnachtssets. Beim Kauf der Creme und des Hyaluron-Serums gibt es Reinigung und Serum in Reisgrösse, sowie ein Necessaire gratis dazu. Tel. 041 768 80 80, www.swissestetic.ch
2 KLAPP Für mehr tiefenwirksame Feuchtigkeit sorgt das „Hyaluronic-Set“ bestehend aus Hyaluronic Triple Action Moisture Serum 30 ml und Hyaluronic multiple effect Day & Night Cream 50 ml. Das „Resist Aging-Set“ – mit Retinol Triple Action Pro Age Serum 30 ml und die Overnight Mask 50 ml – reduziert Falten und glättet das Hautbild. www.dobi.ch
3 SWISSGETAL Das „Intensive Restore Gift Set“ verwöhnt mit intensiver, reichhaltiger Nachtcreme in Kombination mit dem Verjüngungselixier trockene Haut. Für ein ausgeglichenes, strahlendes Hautbild am Morgen. www.swissgetal.ch
4 NEE Für mehr Glow sorgen das Multitasking-Serum „Nude Glow“ mit Perlenextrakt und Vitamin E und das „Mrs Strobe liquid“, welches dank facettenreicher Perlen ein Strahlen aufs Gesicht zaubert. Zudem minimiert die Emulsion kleine Makel, belebt müde Haut und kreiert einen sofortigen Frische- und Anti-Aging-Effekt. Tel. 034 420 08 00, www.simonkeller.ch
5 REVIDERM Das exklusive Miniaturen-Set „luxurious contouring collection“ besteht aus individual serum contour & lift, day contouring, night contouring sowie der express lifting mask. Die Produkte sorgen für weniger Falten, straffe Konturen und einen sichtbaren Lifting-Effekt. Tel. +49 8 104 88 73-0, www.reviderm.com/ch

TÄGLICH ONLINE MITMACHEN
UND TOLLE PREISE GEWINNEN!



SCHÖN AUSGEGLICHEN

Die ästhetische Medizin hat sich in den vergangenen Jahren rasant weiterentwickelt und bietet heute eine Vielzahl von Möglichkeiten, um das Gesicht sanft und effektiv zu harmonisieren. In diesem Artikel beleuchten wir die Vorteile minimalinvasiver Behandlungen und zeigen auf, wie durch ihre Kombination besonders harmonische und langanhaltende Ergebnisse erzielt werden können.

Während früher mehrheitlich oder sogar ausschliesslich chirurgische Behandlungen zur Verfügung standen, um dem Gesicht harmonische Züge zu geben, haben sich durch die Weiterentwicklung minimalinvasiver Methoden neue Behandlungsoptionen eröffnet, die Proportionen und Sym-

metrien im Gesicht so optimieren, dass ein ausgewogenes und natürliches Aussehen entsteht. Die Gesichtsharmonisierung hat dabei nicht zum Ziel, ein standardisiertes „perfektes“ Gesicht zu erschaffen, sondern die individuellen Züge zu betonen und zu verbessern, wobei das Gesicht als Ganzes betrachtet wird und nicht nur einzelne Merkmale.

WIRKSTOFFKOMBINATIONEN

Im Fokus der Kombinationstherapien stehen Hyaluronsäure, Botulinumtoxin und immer häufiger auch Kollagenstimulatoren wie Poly-L-Milchsäure und Calcium-Hydroxylapatit. Diese Wirkstoffe ergänzen sich perfekt und ermöglichen es, schonende und individualisierte Behandlungsansätze zu ent-



FOTO: LYUBOV LEVITSKAYA/SHUTTERSTOCK.COM

werfen, die auf die natürliche Harmonie des Gesichtes abzielen, ohne dabei die Anatomie und Funktion (Mimik) zu verändern.

DIE ROLLE DER INDIVIDUALISIERTEN KOMBINATIONSTHERAPIEN

In der ästhetischen Medizin werden verschiedene nicht chirurgische Verfahren miteinander kombiniert, um bestmögliche und langanhaltende Ergebnisse zu erzielen. Die gezielte Abstimmung unterschiedlicher Behandlungen ermöglicht es, mehrere Problemzonen gleichzeitig anzugehen, um beispielsweise die Hautstruktur, das Volumen und die Konturen zu optimieren.

Abhängig von der individuellen Situation sollten auch minimalinvasive oder gegebenenfalls chirurgische Behandlungen in Erwägung gezogen werden, da je nach Befund oder dem Wunsch nach langanhaltenden oder permanenten Ergebnissen eine chirurgische Option sinnvoller sein kann.

DER GANZHEITLICHE ANSATZ: VON DER GESICHTSANALYSE ZUR UMSETZUNG

Vor der Durchführung einer Kombinationstherapie erfolgt immer eine umfassende Analyse des Gesichtes. Zunächst werden in einem Erstgespräch die Wünsche und Vorstellungen des Patienten erfasst. Anschliessend erfolgt eine sorgfältige Bewertung der Proportionen, der Symmetrie und der Hautstruktur. Gemeinsam definieren wir die ästhetischen Ziele. Es ist entscheidend, die richtigen Behandlungsansätze zu kombinieren, um ein natürliches Ergebnis zu erzielen, das die persönliche Ausstrahlung hervorhebt, anstatt das Gesicht unnatürlich zu verändern.

Da jedes Gesicht einzigartig ist, sollte auch der Behandlungsplan individuell auf die Bedürfnisse abgestimmt werden. Einige Personen benötigen möglicherweise nur eine sanfte Auffrischung mit Botulinumtoxin und/oder Fillern, während andere von einer Kombination aus zum Beispiel Lasertherapie, Faden-Lifting und Volumenaufbau oder sogar eines chirurgischen Eingriffes profitieren. Dabei ist es wichtig, dass die Indikation von Anfang an richtig gestellt wird und die darauffolgende Behand-

Kurzüberblick über verschiedene Methoden

- **Laserbehandlungen/Skin Resurfacing:** Verbessern die Hautstruktur, reduzieren Falten und entfernen Pigmentflecken durch gezielte Abtragung der oberen Hautschichten.
- **Botulinumtoxin:** Entspannt die Gesichtsmuskulatur, mindert Falten und verleiht ein frischeres Aussehen.
- **Platelet-Rich Plasma (PRP) und Platelet-Rich Fibrin (PRF):** Fördern/Verbessern die Hautregeneration und -elastizität durch Wachstumsfaktoren aus angereichertem Plasma.
- **Filler (Hyaluronsäure, Poly-L-Milchsäure und Calcium-Hydroxylapatit):** Glätten Falten, konturieren das Gesicht und stimulieren Kollagen, je nach Substanz mit spezifischen Vorteilen.
- **Faden-Lifting:** Strafft die Haut minimalinvasiv durch Fäden mit sofortigem Lifting-Effekt; bei stärkerer Hautalterung kann ein Facelift notwendig sein.
- **Facial Contouring:** Harmonisiert die Gesichtsförmigkeit mit Fillern.
- **Facial Bone Contouring:** Ist die chirurgische Erweiterung zur dauerhaften Gesichtsharmonisierung auf Basis des Gesichtsskeletts.

lung schrittweise und mit grösster Sorgfalt erfolgt, um übertriebene oder künstliche Ergebnisse zu vermeiden.

VORTEILE DER KOMBINATIONSTHERAPIEN

Durch die gezielte Kombination lassen sich die jeweiligen Vorteile unterschiedlicher Behandlungsmethoden optimal nutzen. So profitieren die Patienten von einem individuell abgestimmten, ganzheitlichen und nachhaltigen Behandlungsplan – vorausgesetzt, der behandelnde Arzt beherrscht das gesamte

helfen Filler und Botulinumtoxin, Falten zu mindern und verlorenes Volumen im Gesicht wiederherzustellen. In manchen Fällen können auch chirurgische Eingriffe als Ergänzung oder sogar als Initialtherapie sinnvoll sein.

FAZIT

Eine Gesichtsharmonisierung wird durch die gezielte Kombination verschiedener Behandlungsmethoden erreicht. Unter Berücksichtigung individueller Bedürfnisse können durch die kombinierte Anwendung von unter anderem Fillern, Botulinumtoxin, Lasertherapien und/oder chirurgischen Verfahren ganzheitliche, langanhaltende und vor allem authentische Ergebnisse erzielt werden. Dabei ist es entscheidend, einen erfahrenen Arzt bzw. Ärztin oder ein spezialisiertes Kompetenzzentrum zu wählen, in dem alle Methoden beherrscht und sorgfältig auf das gesamte Gesicht abgestimmt werden.

Gut zu wissen:

Hyaluronidase kann auch körpereigene Hyaluronsäure abbauen und kann in seltenen Fällen heftige allergische Reaktionen auslösen, weshalb die Anwendung mit Vorsicht und nur in ausgewählten Fällen erfolgen sollte.

Spektrum an Techniken. Darüber hinaus ist es entscheidend, die Synergien verschiedener Disziplinen wie die der Kosmetik in enger Zusammenarbeit einzubeziehen, um das bestmögliche Ergebnis in einer partnerschaftlichen Behandlung zu erzielen.

Während chemische Peelings die Hautstruktur glätten und Unreinheiten reduzieren, was eine ideale Vorbereitung für nachfolgende invasivere Behandlungen sein kann, bieten Laserbehandlungen eine effektive Möglichkeit, Pigmentflecken und andere Hautveränderungen gezielt zu behandeln. Ergänzend dazu



Dr. med. Jan Enzler

ist Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie FMH und Co-Founder von Niuface, einem Start-up-Unternehmen, das die Welt der Kosmetikerinnen mit der ästhetischen Medizin erweitert.



Dr. Dr. med. John-Patrik Burkhard

ist Facharzt für Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie FMH und Advisory Board Member bei Niuface.

INSTITUT DES MONATS

KLEIN, ABER ABSOLUT OHO!

PETRIANI KOSMETIK

„Schönheit muss kein Zufall sein!“ Nach diesem Credo leitet Ani Dürsteler seit 2021 ihr Kosmetikstudio in Luzern. Auf kleinem Raum bietet sie ein breites Spektrum an Beauty- und Make-up-Dienstleistungen für ein rundum gepflegtes und schönes Äusseres und Wohlbefinden im Inneren.



FOTOS: PETRIANI KOSMETIK

Visagistin und Kosmetikerin Ani Dürsteler hat ihre Leidenschaft zum Beruf gemacht. Mit entsprechender Atmosphäre möchte sie Erholung garantieren.

In Bulgarien aufgewachsen, entdeckt Ani Dürsteler als Teenager ihre Leidenschaft zur Kosmetik. Mit Freudinnen experimentiert sie mit Schminke und verschiedenen Farben. In der Schweiz absolviert sie dann 2010 ihre Ausbildung als Visagistin/Make-up-Artist an der Kosmetischule Dickerhof AG in Emmen. Am meisten fasziniert sie die Möglichkeit, gleichzeitig für Schönheit und Wohlbefinden zu sorgen. Nach einer familiären Auszeit schliesst sie 2019 eine weitere Ausbildung als Kosmetikerin mit Diplom an der Dickerhof AG ab und gründet ihre Firma „Petriani Kosmetik“. „Die Selbstständigkeit war schon immer mein grösster Wunsch und Ziel im Bereich persönlicher Entwicklung. Die Freiheit und die Möglichkeit, meinen eigenen Weg zu gestalten, haben mich dazu motiviert“, erklärt Ani Dürsteler.

KLEINES REICH, MAXIMALE WIRKUNG

Kurze Zeit später findet sie die für sich passende Räumlichkeit im Herzen von Luzern zwischen der Kappelbrücke und dem Luzerner Löwendenkmal. Auf 35 Quadratmetern baut sie sich ihr kleines Reich auf, das in gemütlicher Atmosphäre so einiges zu bieten hat. Aufgeteilt in verschiedene Bereiche, kann sie ihren Kundinnen und Kunden exakt die persönliche und massgeschneiderte Betreuung bieten, die sie sich wünschen.

„Mein Anliegen ist es, die bestmögliche Atmosphäre zu kreieren und den Kunden damit die Erholung zu garantieren, die sie sich verdient haben.“

Dank verschiedener Marketingmassnahmen wie Flyern, einer schön gestalteten und immer aktualisierten Website und der Nutzung von Google Analytics, finden bald viele Kunden den Weg zu ihr. Sie profitieren dabei von ganzheitlichen Behandlungen, die nicht nur das äussere Erscheinungsbild, sondern auch das Wohlbefinden fördern. Hierfür setzt die Kosmetikerin auf natürliche Produkte mit wertvollen Inhaltsstoffen und Techniken, um nachhaltige und langanhaltende Ergebnisse zu erzielen. Bei einem Termin, besonders für Neukunden, wird zunächst ein ausführliches Beratungsgespräch geführt, bei welchem die Hautbedürfnisse und Wünsche der Kunden analysiert werden. Daraufhin folgt die individuell angepasste Behandlung.

DIE PERFEKTE AUSZEIT

Ani Dürsteler bietet eine breite Palette an Gesichts- und Körperbehandlungen an, darunter Anti-Aging- und Wellness-Behandlungen, Männerpflege, Tages-, Abend- und Braut-Make-up sowie Mani- und Pediküre. Regelmässige Weiterbildungen sorgen dafür, dass die leidenschaftliche Fachfrau immer auf dem neuesten Stand der Hautpflege und Kosmetik ist und die besten Techniken und Produkte anbieten kann.



FAKTEN

Eröffnet: 2021

Inhaberin:

Ani Dürsteler

Ausbildung:

Visagistin/Make-up-Artistin
und Dipl. Kosmetikerin

Behandlungsschwerpunkte:

Anti-Aging-Behandlungen, entspannende Gesichtsbehandlungen,
Make-up-Dienstleistungen

Räumlichkeiten:

1 Raum mit circa 35 m²,
Unterteilt in verschiedene Bereiche:
Empfangsbereich mit Verkaufsständer und Schminktisch, Besprechungs-
ecke, Behandlungsbereich.

Marken:

Dalton Cosmetics | Malu Wilz
Arabesque

Geräte:

Bedampfungsgerät
Mikrodermabrasion

Einrichtungskosten:

circa CHF 25'000



KONTAKT

Petriani Kosmetik

Stadthofstrasse 3
6004 Luzern

www.petriani-kosmetik.ch

E-Mail: info@petriani-kosmetik.ch

Facebook: Petriani Kosmetik

Instagram: @durstelerani



Mit individuell angepassten Behandlungen wird auf die Hautbedürfnisse und Wünsche eingegangen.

Neu im Programm ist unter anderem die Tibetische Marma-Gesichtsmassage, die ihren Ursprung in den alten Heiltraditionen Tibets hat. Hierbei gehen Spiritualität und physisches Wohlbefinden Hand in Hand, indem Heilung nicht nur auf den Körper, sondern auch auf Geist und Seele abzielt. Ebenfalls ein neues Angebot ist das Coffee to go Treatment, in welchem die Wirkung des belebenden Kaffeeextraktes mit einem glättenden Milchprotein kombiniert wird. „Ristretto“ sorgt dabei für einen schnellen Energiekick, „Lungo“ für eine Extraportion Entspannung. Und ihr Kundenstamm, grösstenteils Frauen im Alter zwischen 35 und 65 Jahren, dankt ihr die grosse Auswahl an unterschiedlichen Behandlungen. Sie geniessen die Auszeit in entspannter Wohlfühlatmosphäre und das anschliessend erfrischte Hautgefühl. Bei Bedarf arbeitet Ani Dürsteler ausserdem mit lokalen Experten zusammen, um den Kunden einen erweiterten und umfassenden Service zu ermöglichen.

LÄCHELND IN DIE ZUKUNFT

Ideen und Zukunftspläne hat die sympathische Kosmetikerin viele. „Ich möchte mein Angebot an Gesichtsmassagen und Techniken weiterentwickeln und neue innovative Produkte integrieren. Ich bin immer offen für neue Möglichkeiten, die sich ergeben könnten.“ Ausserdem gibt sie regelmässig Schminkkurse, um ihren Kunden nicht



Der Fokus liegt auf ganzheitlichen Behandlungen, die nicht nur das äussere Erscheinungsbild, sondern auch das Wohlbefinden der Kunden fördern.

nur Behandlungen, sondern auch Wissen mit auf den Weg zu geben. Diese Workshops sollen ebenfalls kontinuierlich im Bereich Make-up und Hautpflege ausgebaut werden.

Menschen etwas Gutes zu tun, war und ist schon immer Ani Dürsteler's grosse Leidenschaft. Ihr Herzensprojekt ist die Arbeit in einem Altersheim in Luzern, wo sie ein- bis dreimal im Monat den Bewohnern durch ihre Behandlungen Momente der Entspannung schenkt. „Es ist mehr als eine kosmetische Be-

handlung – es ist ein Moment des Verwöhrens und der persönlichen Zuwendung, der ihnen ein Lächeln ins Gesicht zaubert.“

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



Gesichtsbehandlungen – darunter auch tibetische – liegen Ani Dürsteler besonders am Herzen.



Für Make-up-Interessierte gibt sie Workshops.

Ratgeber

ALLTAGSPROBLEME TEIL 43

WAS WÜRDEN SIE TUN?

„Vor Kurzem hatte ich eine sehr besserwisserische Kundin zur Behandlung. Sie meinte, sie könnte meinen Job besser, wüsste, was zu tun sei, und stellte meine Arbeitsweise infrage. Wie gehe ich professionell mit so einer Situation um, ohne dass sie in einer Diskussion endet?“

Renata M., Kosmetikerin aus Frauenfeld

DIE EXPERTIN



LUCIA PASCUCCI

Mit Rat und Tat zur Seite steht in diesem Monat Lucia Pascucci. Sie ist Kosmetikerin EFZ, dipl. Gesundheits- und Wellnessmasseurin sowie Inhaberin eines Studios in St. Gallen. www.individuale.ch

Heute sind Kundinnen oft bestens informiert – oder glauben zumindest, es zu sein. Dank des Internets und sozialer Medien haben viele das Gefühl, alles über Hautpflege, Behandlungen und Produkte zu wissen. Doch manchmal stellt diese vermeintliche Expertise Fachkräfte vor Herausforderungen, wenn Kundinnen die professionelle Meinung infrage stellen und mit strikten Vorstellungen zu einem Termin erscheinen.

ZUHÖREN UND DAS ANLIEGEN VERSTEHEN

Zunächst ist es wichtig, das Anliegen der Kundin genau zu verstehen. Häufig resultiert ihre kritische Haltung aus früheren schlechten Erfahrungen oder unerfüllten Erwartungen. Ein ruhiges Zuhören zeigt, dass Sie ihre Bedenken ernst nehmen.

DIE QUELLE IHRES WISSENS HINTERFRAGEN

Statt die Kundin blosszustellen, ist es hilfreich zu verstehen, woher sie ihr vermeintliches Wissen bezieht. Dies bietet Ihnen die Möglichkeit, ihre Perspektive nachzuvollziehen und einen

respektvollen Dialog auf Augenhöhe zu führen, was die Grundlage für ein gutes Gespräch schafft.

NACHFRAGEN, WARUM SIE DEN TERMIN GEBUCHT HAT

Fragen Sie gezielt nach, warum sie sich für Ihr Studio entschieden hat. Welche Faktoren waren ausschlaggebend? Vielleicht hat sie bereits andere Studios besucht und ist enttäuscht worden. Diese Informationen helfen Ihnen, die Erwartungen der Kundin besser einzuschätzen.

FACHKOMPETENZ ZEIGEN UND EHRlich BERATEN

Jetzt kommt Ihre Expertise ins Spiel: Nutzen Sie Ihr Wissen, um der Kundin eine ausführliche, fundierte Beratung zu bieten. Seien Sie dabei ehrlich und offen – wenn Sie das Gefühl haben, eine bestimmte Behandlung passt nicht zu den Erwartungen der Kundin, teilen Sie das mit.

FAZIT

Ehrlichkeit und Authentizität im Umgang mit Kundinnen sind der Schlüssel zum Erfolg. Unsere Arbeit erfordert nicht nur technisches Know-how, sondern auch ein tiefes Verständnis für unsere Kundinnen und ihre Bedürfnisse. Erst dann sind sie bereit, uns ihr Vertrauen zu schenken.

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!

FOTO: PRIVAT

EIGENE PRODUKTE ALS INVESTITION?

Der Schweizer Beauty-Markt befindet sich in einer Neuorientierungsphase, getrieben von den vielen wirtschaftlichen Veränderungen, die weltweit laufen. Für die betriebsamen Kosmetikfachleute unter Ihnen eröffnen sich dadurch neue Felder und Möglichkeiten, zum Beispiel die Produktion einer eigenen Kosmetiklinie.

Viele Kosmetikerinnen träumen von der eigenen Kosmetiklinie, die ihren Wünschen und Anforderungen für die Kundschaft entspricht, doch nur wenige Mutige unter Ihnen set-

zen diesen Traum auch in die Praxis um. Dabei ist es gar nicht so schwer, das eigene Produkt in den Händen zu halten. Zunächst einmal sollten Sie für sich folgende Fragen ehrlich beantworten:

- 1. Wieso denke ich über eine eigene kosmetische Produktlinie nach?
- 2. Wie viele Hürden gilt es zu überwinden?
- 3. Welche Vorteile erhoffe ich mir mit der eigenen Kosmetiklinie?



FOTO: WEDMOMENTS/STOCK/SHUTTERSTOCK.COM

Haben Sie die Antworten auf diese Fragen, ist eine eigene kosmetische Produktlinie quasi nur noch einen Katzensprung entfernt.

VON DER IDEE ZUR REALITÄT

Wieso denkt man über eine eigene Kosmetiklinie nach? Weil sich im Umfeld etwas verändert, wie zum Beispiel der Wechsel von Offline zu Online, oder anders gesagt, der langjährige Produktlieferant zieht sich aus dem Schweizer Markt zurück und vertreibt nunmehr nur noch über Online-Plattformen.

Klar, Sie könnten diesen Weg mitgehen, würden jedoch den persönlichen Kontakt mit dem bisherigen Handelspartner vermissen. Zudem verunsichert Sie die Liefersituation aus dem Ausland, unter anderem die längeren Wartezeiten und Mehrkosten. Warum also nicht selbst tätig werden und die Veränderung als Chance für persönlichen Wachstum nutzen?

SELBSTBESTIMMUNG SPIELT EINE ROLLE

Vielleicht spielen Sie mit dem Gedanken einer eigenen Produktlinie aber auch, weil die auf dem Markt erhältlichen Produkte nicht wirklich Ihre Werte widerspiegeln und Sie sich etwas Besseres für die Kunden wünschen. Das Thema Nachhaltigkeit, Natur und Deglobalisierung findet

Egal, warum sich die Idee einer eigenen Produktlinie formt: Sie sollten dieser Intuition ein offenes Ohr schenken und so viel wie möglich an Informationen einholen.

ALLER ANFANG IST SCHWER

Sie arbeiten als Kosmetikerin im eigenen Institut und kennen sich nicht vertieft mit dem Kosmetologie-Wissen aus. Zudem besitzen Sie kein weitreichendes Marketing- und Kommunikations-Know-how. Das Produktdesign, die Preiskalkulation und der Produktvertrieb sind ebenfalls Neuland für Sie. Es reift die Erkenntnis, dass Sie die Idee der eigenen Produktlinie nicht alleine umsetzen können. Sie benötigen fachspezifisch breite Unterstützung und Kontakte, die Ihnen bei der Umsetzung zur Sei-

ty-Salons Ihre eigene Kosmetiklinie, vielleicht steht auch schon das ein oder andere Tiegelchen im Badezimmer von einer Ihrer Kundinnen. Ende gut, alles gut? Ja und Nein, denn das unternehmerische Risiko bleibt.

Die eigene Produktlinie im Fachgeschäft zu präsentieren, ist zu Beginn naheliegend und dank der erzielten höheren Gewinnmarge pro verkauftem Produkt sicherlich finanziell interessant. Um, gemessen am eingesetzten Kapital, die unternehmerischen Tätigkeiten im resultierenden Erfolg wiederzugeben, ist dies jedoch noch nicht ausreichend.

Der begrenzte Marktanteil sollte einerseits auf weitere Kosmetikinstitute erweitert werden, andererseits auch online an Verbraucher angeboten werden können, sodass sich die

„NUR WENIGE MUTIGE UNTER IHNEN SETZEN DIESEN TRAUM AUCH IN DIE PRAXIS UM.“

te stehen. Das hat aber seinen Preis. Haben Sie eine finanzielle Grundlage, auf der Sie aufbauen können? Benötigen Sie möglicherweise eine zusätzliche Finanzierung? Diese Fragen sind im Vorfeld zu klären.

DAS PROJEKT NIMMT FORMEN AN

Haben Sie sich vom Gedanke der zeitraubenden und finanziellen Investition nicht abschrecken lassen, wagen Sie den nächsten Schritt. Gemeinsam mit Ihrer Vertrauensperson setzen Sie einen Businessplan auf, führen Gespräche zur allgemeinen Konzepterstellung und zu den Finanzierungsmöglichkeiten des Projektes. Unglaublich: Zu diesem Zeitpunkt haben Sie schon fast den halben Weg geschafft. Ein gutes Gefühl, das beflügelt, weiterzumachen und mit Durchsetzungskraft und Ausdauer am Ende stolze Eigentümerin einer Kosmetiklinie zu sein, die Ihren Namen trägt.

ALLES GUTE FÜR SIE?

Ihr Traum ist wahr geworden. Endlich findet man dort im Regal Ihres Beau-

getätigten Investitionen auszahlen. Die Vorteile für Sie als Kosmetikerin und Ihre Kundschaft liegen dementsprechend eher im persönlichen Bezug zum Produkt, dem hochgehaltenen Nachhaltigkeits- und Deglobalisierungsgedanken sowie im Alleinstellungsmerkmal als Marktneuheit.

FAZIT

Abschliessend kann die Frage, ob eine eigene kosmetische Produktlinie als lohnenswert eingestuft werden darf, nicht allgemein beantwortet werden. Der Zusammenhang ist komplex, und die vernetzten Themenbereiche sind multifaktoriell. Es gilt, den Einzelfall einzuschätzen, um ein Stop or Go für eine Investition zu erteilen, die ein längerfristiges vollumfängliches Engagement bedeutet, ohne Gewähr für das erwünschte Resultat.



Carmela Ramundo

seit 2001 Geschäftsinhaberin der Leonessa AG und Dozentin sowie Mentorin für ganzheitliches Gesundheits-Bewusstsein an der Bella Vita Academy.

Schon gewusst?

Im Jahr 2023 betrug der Umsatz mit Gesichtspflegeprodukten in der Schweiz 375,7 Millionen Schweizer Franken. Dies entspricht einem Anteil von rund 19 Prozent am gesamten Umsatz des Schweizer Kosmetikmarkts.

Ihrer Meinung nach nicht genügend Beachtung bei den gängigen Kosmetikerherstellern? Mit Umsetzung Ihrer eigenen Produktlinie bestimmen Sie darüber, ob das Produkt natürliche oder synthetisierte Inhaltsstoffe enthalten soll und ob die Herstellung anhand nachhaltiger, regionaler Kriterien in der Schweiz stattfindet.

Social Media

WAS GEHT AUF UNSEREN KANÄLEN?

JA, LIKE MICH DOCH!



BEAUTY_FORUM_CH

UMFRAGE

Auf INSTAGRAM zum Dossier: Reifliche Überlegung!

16%

bieten BB Glow- oder Radiofrequenzbehandlungen an.

50%

legen einen besonderen Fokus auf reife Haut im Institut.

100%

beraten zu Heimpflegeprodukten für eine dauerhafte Optimierung der Haut.



SPRUCH DES MONATS

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

FOLLOW US

3.489



BEAUTY FORUM SCHWEIZ

Kommentiert unter diesem Bild



FACEBOOK: Schönheit durch Filter! Wie erklärst du jungen Kundinnen unrealistische Schönheitsvorstellungen?



BEAUTY_FORUM_CH

Reifer Hauttyp

Kosmetikbehandlungen für jungliches Aussehen

INSTAGRAM: Die Haut von erwachsenen Kundinnen hat ihre eigenen Ansprüche – so wie die Kundin selbst. Als Profi musst du dich daher mit dem reiferen Hauttyp bestens auskennen. Unsere Gastautorinnen erklären im Dossier der Oktober-Ausgabe, warum die Wahl der Kosmetikbehandlungen für reife Haut entscheidend ist und welche dabei sinnvoll sind, was BB Glow Behandlungen und Radiofrequenzbehandlungen tatsächlich bewirken, und warum die Heimpflegerroutine unumgänglich ist.



FOTO: PROSTOCK-STUDIO/SHUTTERSTOCK.COM

AUS DEN UNTERNEHMEN

BRANCHEN-NEWS

Intensiver Austausch

Von Lupin Cosmetic lud im September zum zweitägigen Dermatologie-Seminar unter dem Motto „Schöne und gesunde Haut“ nach Fulda (DE) ein, geleitet von Stephanie von Lupin und der Dermatologin Dr. med. Antje Söller. Im Mittelpunkt standen dabei die Themen Hautgesundheit, hormonelle Einflüsse auf die Haut, Anti-Aging-Methoden sowie aktuelle dermatologische Erkenntnisse. Die Inhalte



Das von Lupin-Team: Dermatologin Dr. med. Antje Söller mit den Gründerinnen Susann Klein und Stephanie von Lupin (v. l.).

reichten von Hauterkrankungen wie Akne, Rosazea, Ekzemerkrankungen, Früherkennung von Hautkrebs, Hautpflege im Rahmen der Onkologie bis zu neuartigen Konzepten der Biostimulation und mikrobiotischen Hautpflege. Besonderes Highlight für die 54 Teilnehmenden war die Möglichkeit, am Ende des Seminars eine Prüfung abzulegen, um das erworbene Fachwissen von einem Dermatologen zertifizieren zu lassen.

www.von-lupin.com

Neue Marke

Mit der Exklusivmarke Skinuance® gibt es ein neues Beauty-Start-up bei Marionnaud Schweiz. Die Finest Aging Hautpflege kombiniert hautidentische Skin Molecules mit hochwertigen Aktivstoffen natürlichen Ursprungs. Die Produkte zur Feuchtigkeitsversorgung, Anti-Aging-Lösungen oder Hautberuhigung verschmelzen mit der Hautmembran zu einer „hauteigenen“ Creme, die gezielt die Hautflora und die natürlichen Hauterneuerungsprozesse unterstützt. Gründerin von Skinuance® ist Kosmetikexpertin Lil Ulrich, die mehr als 20 Jahre internationale Tätigkeit in der Kosmetikbranche mitbringt. Mitgründer ist der Architekt und Designer Nils Gereke, der beim optischen Auftritt und dem Packaging der Marke unterstützt.

www.skinuance.com/
www.marionnaud.ch



Ausgezeichnet

Grund zur Freude gab es für die Marke von Lupin auch beim „Peta Vegan Award“. Peta Deutschland hat im Bereich Beauty die Lifting Cream zu Deutschlands bester veganer Gesichtsschmierung gekürt. Neben der Tatsache, dass es sich um ein veganes und tierversuchsfreies Produkt handelt, spielen bei der Bewertung auch Kriterien wie Wirksamkeit, Haut- und Duftgefühl, Innovation, Qualität, klare vegane Kennzeichnung und der Ausbau der Markenvielfalt eine entscheidende Rolle.

www.von-lupin.com



Spendenaktion

Marionnaud hat auch in diesem Jahr eine Spendenaktion zur Weihnachtszeit ins Leben gerufen. Für jedes verkaufte Weihnachtspüscheltier Luca wird CHF 1.– an die Organisation „Operation Smile“ gespendet. Diese Organisation setzt sich dafür ein, Kindern



Weihnachtshund Luca schenkt Kindern im wahrsten Sinne des Wortes ein Lächeln.

mit Lippen-Kiefer-Gaumenspalten durch kostenlose Operationen ein Lächeln zu schenken. Marionnaud unterstützt mit dieser Aktion, die noch bis Ende Dezember geht, eine lebensverändernde Hilfe, die Kindern weltweit zugutekommt und ihnen neue Chancen für eine bessere Zukunft bietet.

www.marionnaud.ch

Kosmetiknetzwerk

DOBI führt ab Januar 2025 ein neues Preismodell ein, das speziell auf die Bedürfnisse von Kosmetikern ausgerichtet ist. Der Klapp Circle by Dobi unterstützt Kosmetikstudio- oder Schönheitseinrichtungsinhaber zukünftig in vielfältiger Weise beim Ausbau ihres Geschäfts. Dabei soll der wirtschaftliche Erfolg im Mittelpunkt liegen durch attraktiven Circle-Mitgliederrabatt, gratis Schulungen und Webinare sowie persönliche Beratung und einen Zugang zum Vollsortiment und Marketingmaterial.

www.dobi.ch/klapp



BEHIND THE LOOKS OF ...

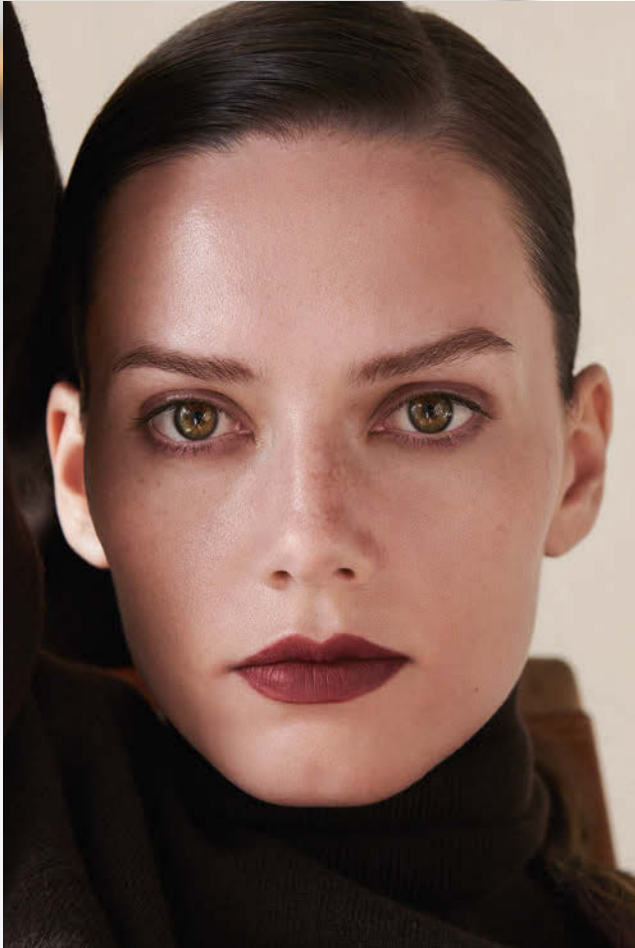
... La Biosthétique. Die professionelle Kosmetikmarke hat vor kurzem ihre Make-up-Trendkollektion Vibrant Earth geschootet. Entstanden sind faszinierende, facettenreiche Looks, die mit geschickt gesetzten Akzenten, harmonischen Farben und funkelndem Glitzer überzeugen. Genau das Richtige für Kundinnen, die sich einen natürlichen Style beziehungsweise einen dramatischen Glam-Auftritt wünschen. La Biosthétique Creative Director und Make-up-Artist Steffen Zoll führt Sie auf der nächsten Seite Step-by-Step zum Trendlook für die Herbst-/Wintersaison 24/25.

DER EXPERTE

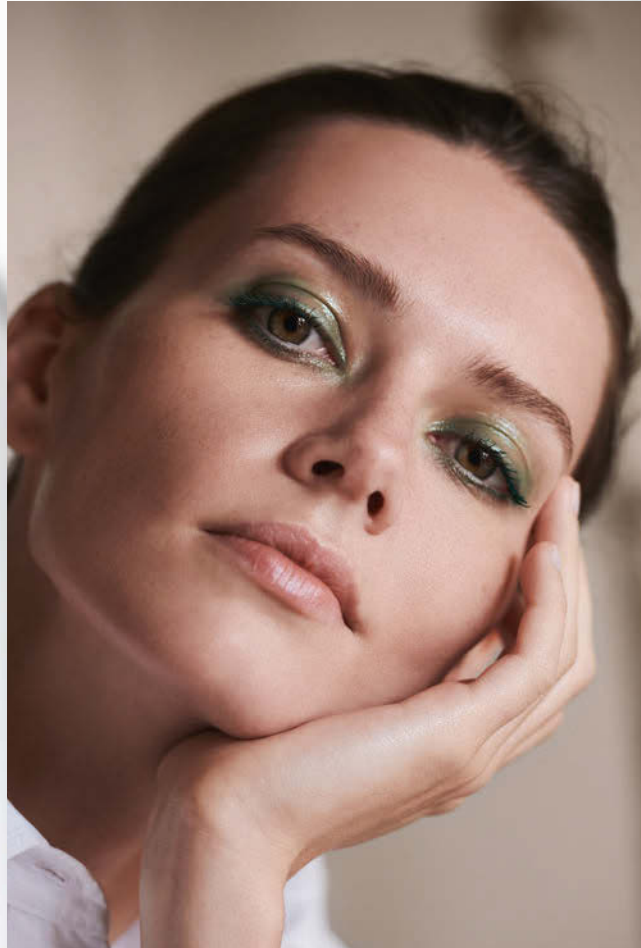


STEFFEN ZOLL

ist Creative Director und Lead Education Make-up International bei der professionellen Marke La Biosthétique Paris.
Instagram: @steffenzollmakeup



Eine gut durchfeuchtete Haut ist ein wesentlicher Bestandteil dieses Make-ups. Deshalb Lipid-Kapseln und Moisturizer als ersten Schritt nicht vergessen. Kleine Farbunregelmässigkeiten können mit dem Skin Corrector ausgeglichen werden. Um die Grundierung zu fixieren, leicht mit dem Compact Powder Translucent 0/0 nachpudern. Die Augenbrauen werden mit dem Tinted Eyebrow Gel in Form gebracht. Anschliessend den Eye Performer Truffle rund um den Wimpernkranz auftragen und sanft mit den Fingerspitzen verblenden. Für eine intensivere Farbsättigung, den Schritt wiederholen. Alternativ kann der Magie Shadow Earth mit einem Pinsel auf die gleichen Stellen aufgetragen werden. Tuschen Sie nun die oberen und unteren Wimpern und bürsten Sie diese anschliessend mit einer sauberen Bürste, um einen dichten, schön definierten Wimpernkranz zu kreieren. Die Lippen sollten gut befeuchtet sein, um bei der Verwendung matter Lippenstifte eine glatte Lippenstruktur zu gewährleisten. Tragen Sie den Sensual Lipstick Carmine mit einem Lippenpinsel auf. Zum Abschluss etwas Beautifier auf die Mitte der Wangen, für einen Hauch von Frische und Jugendlichkeit beim Teint.



Auch bei diesem Look gilt, die Haut vorher mit viel Feuchtigkeit zu versorgen. Grundieren Sie anschliessend den Teint mit einer passenden Nuance. Compact Powder fixiert und mattiert zugleich glänzende Stellen. Bürsten Sie nun die Augenbrauen in Form und perfektionieren Sie sie mit dem Automatic Pencil for Brows. Fixiert werden die Brauen mit dem Care & Fix Lash Conditioner für einen geöffneten Blick. Bemalen Sie dann mit dem Automatic Pencil for Eyes Fern das komplette obere Lid und verblenden Sie die Farbe mit der Fingerspitze sofort über die Lidfalte, da die Textur nach kurzer Zeit wisch- und wasserfest wird. Danach einen breiten Strich entlang der unteren Wimpernlinie ziehen und verblenden. Mit einem feinen Lidschattenpinsel etwas Magie Shadow Moss aufnehmen und den oberen und unteren Wimpernkranz verdunkeln. Nur leicht verblenden, um die Farbintensität nicht zu verlieren. Danach die Wimpern mit der Perfect Style Mascara Evergreen tuschen. Als Finish etwas Liquid Glam mit den Fingerspitzen über das Augen-Make-up tupfen. Gerne auch etwas auf den inneren Augenwinkel und den höchsten Punkt der Wangenknochen für strahlende Akzente.



FASHIONBURNER FÜR SIE AUSGESUCHT

FASHION

Made in Swiss



1

COOLER BLICKFANG

Bonocler | Modell ØYSTEIN, fein verarbeitet mit einem markanten Doppelsteg und aus Edelstahl gefertigten Pads, 175 CHF, www.bonocler.com

2

COZY & CHIC

Elfe11 | Pulli-Jäggli Krabbe aus 100% GOTS zertifizierter Bio-Baumwolle, 345 CHF, www.elfe11.ch



3

GLAMOUR STATEMENT

Alunir | Die handgefertigten Creolen „Mia Turmalin“ mit Silber 925 entstehen in Zusammenarbeit mit obvita (Werkstatt für Menschen mit Beeinträchtigung), 99 CHF, www.alunir.ch



4



EDLE BEGLEITUNG

Essl & Rieger | Rucksack Georg kombiniert hochwertigen Baumwollsegelstoff mit Leder und ist in verschiedenen Farben erhältlich, 145 CHF, www.esslrieger.ch



5

GUT GEWICKELT

Kleinbasel | Die Wickeljupe Lilith C ist ein raffiniertes Kleidungsstück, das die Figur betont oder geschickt kaschiert, je nach Bedarf., 389 CHF, www.kleinbasel.net

STILVOLL WARM

Phine | Stylisher Seidenschal für den Alltag, für lange Abende und rauschende Feste, 240 CHF www.phine.ch.

6



LANGE BENA

Claudia Güdel | Soft-Shell-Mantel aus speziell entwickeltem Funktionsmaterial von Rotofil, mit Kunstfell innen, wind- und wasserabweisend, 860 CHF www.claudiagudel.ch

7



8

MUSTERHAFT

Pierott & Pierrette | Handgefertigte Jacke in aktuellem Trendmuster mit Stehkragen aus Baumwolle und zu 100 Prozent gefütteter Innenteil, 428 CHF, www.pierrotpierrette.com

ELEGANTER DENIMSTYLE

Ladina Kienast | Gerade geschnittene Jacke mit Umlegekragen, überschnittenen Schultern und breiten Ärmeln, 100 % Baumwolle, 480 CHF, www.ladinakienast.ch

9



SOUL COOKING: KOCHEN UND WOHLFÜHLEN

Soul Cooking – allein der Klang dieses Begriffs weckt Bilder von reichhaltigen, schmackhaften Gerichten, die nicht nur den Magen füllen, sondern auch das Herz erwärmen. Doch was verbirgt sich hinter dieser Form des Kochens? Soul-Food-Köchin Aris Guzman verrät es.



FOTO: ANNASTILLS/SHUTTERSTOCK.COM

Soul Food ist eine tief verwurzelte kulturelle Tradition, die durch die Geschichte der Sklaverei, den Kampf um Freiheit und die Stärkung der afroamerikanischen Identität geprägt wurde. Es erzählt die Geschichte von Schmerz und Resilienz, von Kreativität und Überleben. Doch wie kam es dazu, dass ein einst abwertender Begriff zu einem Symbol der Selbstfürsorge und der Liebe wurde? Und was bedeutet Soul Cooking heute? Dieser Text soll auf eine Reise zu den Ursprüngen und der Bedeutung von Soul Cooking mitnehmen und aufzeigen, wie es sich über die Jahrhunderte gewandelt hat – von den improvisierten Mahlzeiten versklavter Menschen bis hin zu einem weltweiten Symbol für kulturelle Stärke und kulinarische Exzellenz.

EINE REISE ZUR SEELE DES ESSENS

Wenn wir über Soul Cooking sprechen, sollten wir zunächst Soul Food definieren – und nicht zuletzt den Begriff „Soul“ selbst. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, Soul zu interpretieren. Die Art von Soul Cooking, an die viele zuerst denken – bei der ein Gefühl von Wärme, Liebe, Geborgenheit und Genuss entsteht –, ist eigentlich das Gegenteil von dem, was ursprünglich als Soul Cooking galt. Der Begriff „Soul“ taucht im Zusammenhang mit Sklaven und People of Color auf und wurde damals abwer-

SCHON GEWUSST?

Soul Cooking erfordert Zeit, Liebe und Hingabe sowie das Wissen um Zutaten und Aromen aus verschiedenen Kulturen.

tend und erniedrigend verwendet. Spätestens jetzt wird an Soul Music, die ebenfalls aus der afroamerikanischen Community stammt, erinnert. Doch im Laufe der Zeit wandelte sich der Begriff „Soul“ zu etwas Positivem und Erhabenem. In den 1960er-Jahren wurde Soul Food/Soul Cooking ein integraler Bestandteil der afroameri-

Soul Cooking: Die Hauptzutaten

- **Süsskartoffeln:** Reich an Nährstoffen und tief in der Soul-Food-Tradition verankert.
- **Maniok (Cassava):** Ein Grundnahrungsmittel der indigenen Völker der Karibik.
- **Grüne Bohnen und Blattkohl:** Häufig verwendet in herzhaften Beilagen.
- **Gewürze:** Insbesondere Kreuzkümmel, Paprika und Chili sorgen für die würzige Tiefe vieler Gerichte.
- Weitere Zutaten wie **Mais, Schwarze Bohnen und Okra.**

kanischen Identität, vorangetrieben durch Persönlichkeiten wie Martin Luther King, die Black Muslims und die Bürgerrechtsbewegung. Mit dem zunehmenden Selbstbewusstsein der afroamerikanischen Community erlangte Soul Food seinen Platz als Symbol kultureller Stärke.

DIE 3 SÄULEN DES SOUL COOKINGS

- 1. TRADITION: DIE WURZELN VON SOUL FOOD IN DER GESCHICHTE AFROAMERIKANISCHER UND INDIGENER GEMEINSCHAFTEN.**
- 2. RESILIENZ: DER ÜBERLEBENSWILLE UND DIE STÄRKE, DIE DIESE KÜCHE SYMBOLISIERT.**
- 3. GENUSS: DAS BEWUSSTE SCHAFFEN VON MOMENTEN DES WOHLBEFINDENS.**

DAS LEBEN SCHÄTZEN, ZUFRIEDEN UND SATT SEIN

Es brauchte unermessliche „Seele“ und innere Kraft, um die Grausamkeit der Sklaverei zu überleben. Ohne die Wertschätzung des eigenen Lebens wäre es unmöglich gewesen, durchzuhalten, weiterzumachen und sich selbst treu zu bleiben. Diese Wertschätzung zeigt sich auch im bewussten Geniessen der kleinen und vor allem einfachen Dinge – und beim Soul Cooking steht ohne Fra-

ge der bewusste Genuss von guten, selbst gemachten Speisen mit wenigen essenziellen Zutaten im Mittelpunkt.

FAZIT

Das holistische Kochen nährt nicht nur den Körper, sondern auch die Seele. Es ist eine stille Revolution, die in den Küchen der Armen begann und sich über die ganze Welt ausbreitete. Dabei ist eines ganz sicher: Soul Food ist nicht Fast Food. Soul Cooking braucht Zeit, Liebe und Wissen – und den Wunsch, das Essen bewusst zu geniessen. Wissen, das von vielen Kulturen geprägt wurde. Afrikanische Sklaven, die in die Karibik verschleppt wurden, lernten dort neue Gewürze kennen und tauschten ihr Wissen mit den Einheimischen. Auch meine indigenen Vorfahren aus der Karibik kannten das Konzept des Soul Foods. Sie glaubten fest daran, dass bestimmte Zutaten nicht nur den Körper, sondern auch die Seele nährten. Der Genuss dieser Speisen hatte für sie eine spirituelle Dimension, die weit über die reine Nahrungsaufnahme hinausging. Es ist die Geschichte von Widerstand, Überleben und letztlich Freiheit, die sich in jedem Bissen widerspiegelt.



Aris Guzmann

ist Köchin, Kochbuchautorin und Produktentwicklerin. Sie betreibt ein Cateringunternehmen in Zürich, wo sie seit über 20 Jahren lebt, und organisiert Gastro-Pop-ups mit Fokus auf vegane Küche und karibisches Soul Food. www.byaris.ch

Wussten Sie, dass Tiere streicheln – zum Beispiel als freiwilliger Helfer im Tierheim – den Blutdruck senkt sowie das Gefühl von Einsamkeit verringert? Egal für welches Hobby man sich entscheidet: Alles ist besser als nichts zu tun. Wobei immer die Regel gilt: Nur wer ein Hobby wirklich ausüben will, sollte es angehen. Wer meint, es ausüben zu müssen, sollte es besser lassen.

Fit & healthy
SERIE, TEIL 7: HOBBIES

TU'S FÜR DICH!

Nur wer auf den eigenen Körper hört, sich pflegt und auf die Gesundheit achtet, kann auch anderen Menschen dabei helfen, sich wohl, gesund und fit zu fühlen. Darum finden Sie in unserer Serie Tipps und Anregungen rund um die Themen Bewegung, Ernährung, Fitness, Gesundheit und Wohlbefinden – zum Selbstaushüben und zum Weitergeben!

KÖRPER UND GEIST ETWAS GUTES TUN

Gestresst, unglücklich, unschön? Die Haut als Spiegel der Seele kehrt inneres nach aussen. Wer aber gesunde Psychohygiene betreibt, tut auch aktiv etwas für ein strahlend-schönes (Haut-)Erscheinungsbild. Hobbys haben einen grossen Einfluss auf das eigene Wohlbefinden. Laut einer Studie der Purdue Universität in Indiana führen Freizeitaktivitäten zu mehr Lebenszufriedenheit, indem sie auf Dauer das Stresslevel senken. Na dann, raus aus dem Alltagsrott, rein ins Vergnügen.

DIE WAHL DES HOBBYS

Fussball, Kochen, Malen oder Meditation machen sich nicht nur gut im Lebenslauf, sie verbessern auch unsere Gesundheit! Das optimale Hobby für sich zu finden, ist aber gar nicht so einfach. Wobei es ein Falsch oder Richtig hier eigentlich gar nicht gibt: Die Persönlichkeit, der Anspruch und die eigenen Ziele sind entscheidend. Wer sich im Vorfeld gut überlegt, wie viel Zeit investiert werden soll, ob man eher Ruhe oder doch lieber Action sucht, sich alleine beschäftigen möchte oder in Gesellschaft sein will, findet schneller das passende Hobby.

DIE GESUNDHEIT FÖRDERN

Sport als Hobby ist besonders gut. Das ist sogar wissenschaftlich bewiesen, denn wer sich bewegt, baut Adrenalin ab, welches bekanntermassen das Stresshormon schlechthin ist. Auch Arbeit mit den Händen zu verrichten, kann das Stresslevel senken. So machen Stricken und Häkeln den Kopf frei, wie eine Studie aus dem Jahr 2013 beweist. Darin wurde nachgewiesen, dass Handarbeiten und kognitive Fähigkeiten eng miteinander verbunden sind. Das heisst: Wer mehr strickt, hat eine verbesserte Hirnaktivität (und verbrennt ganze 55 Kalorien in einer halben Stunde).

ESSEN UND ENTSPANNEN

Kochen kann Spass machen, braucht aber auch Geduld und fördert das Zeitgefühl. Ausserdem stärkt gemeinsames Kochen die sozialen Kompetenzen, mal abgesehen von den psychomotorischen und kognitiven Fähigkeiten. Weiteres Plus: Selbst zu kochen verringert das Risiko, fettleibig zu werden. Zeichnen oder Malen im Rahmen einer Kunsttherapie beispielsweise wirkt sich ebenfalls positiv auf die mentale Gesundheit aus. Es senkt Stress, Angstzustände und hilft, zu entspannen. Apropos entspannen: Meditation ist das Hobby schlechthin, um bewusst Körper und Geist zu regenerieren. Laut dem „Journal of Neuroscience“ kann Meditation sogar körperliche Schmerzen um 27 Prozent und emotionale Schmerzen um 44 Prozent lindern.

Es gibt mittlerweile mehr als 50 verschiedene Meditations-techniken, die sich zum Teil deutlich voneinander unterscheiden. Zu den beliebtesten Meditationsarten gehören: Zazen aus dem Zen-Buddhismus; Vipassana, Osho; Transzendentaler Meditation basierend auf dem Maharishi Mahesh Yogi; Metta-Sutta; Mantra und Kundalini Yoga.

IN DER NÄCHSTEN AUSGABE zeigen wir Ihnen u. a. dieses Trendthema in Sachen Fit & healthy: Body Positivity.

Dass regelmässiger Sport die Gesundheit fördert, ist nicht neu. Ein sportliches Hobby ist daher unerlässlich. Aber auch häkeln, malen oder kochen können wahre Wunderwaffen gegen krankmachenden Stress sein.



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 neuesten 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 neuesten 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

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

MAKE-UP

Bern

BLEND – Academy of Make-up Artistry Visagistenschule

Ausbildung / Weiterbildung
Die Nummer 1 Ausbildung zum professionel-

**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!



Foto: Pixel-Shot/Shutterstock.com

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-OLYCEL
- 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 Schulungcenter 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 Cadarin

Rue du Midi 17, 1800 Vevey

Tel. +41 78 661 09 37

ccadarin@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



Der Schweizerische Fusspflegeverband
Dammstrasse 7, 5400 Baden, Tel.: 058 510 22 32,
info@fusspflegeverband.ch, www.fusspflegeverband.ch



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



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



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



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



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



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

Senior Sales Manager
Tobias Klumpp
Tel. +41 (0) 78 212 26 21
tobias.klumpp@health-and-beauty.com

Customer Service / Advertising
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.spartizeroventi.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. Fremdbeiträ-
ge, 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

IHRE STERNSTUNDEN IM DEZEMBER

HOROSKOP

Schütze (23.11. – 21.12.)

VOLLE POWER VORAUSS:

Ein Monat, fast wie aus dem Bilderbuch! Merkur fädelt lukrative Geschäfte für Sie ein, während die beiden Powerplaneten Mars und Sonne Ihr Energielevel ordentlich steigen lassen und Venus ab dem 08.12. ein Zeitfenster des Geniessens öffnet. Und auch Pluto gibt Ihnen Rückendeckung, indem er Ihre Willenskraft pusht, Ihnen Tiefgang verleiht und Sie dabei unterstützt, herauszufinden, was Sie wirklich wollen. Jetzt stimmt Ihre Work-Life-Balance. Und sollte es doch einmal kleinere Phasen der Stagnation geben, kann das Ihrer Positivität nichts anhaben. Regenerierende Seren sind Ihr Pflege-Hit!

DAS LIEBES-SPECIAL FÜR DIE GEBURTSTAGSKINDER:

Sollten Sie noch auf der Suche nach Ihrem Mr. Right sein, empfindet es sich, Ihr Ausgehprogramm zu forcieren. Denn im Moment besitzen Sie nicht nur einen heissen Draht zu den Herren der Schöpfung, sondern wissen auch allein durch Ihre Anwesenheit zu bezaubern. Als ganz besonderen Trumpf haben Sie auch noch Merkur und Venus (ab 08.12.) auf Ihrer Seite. Aber auch als gebundene Schütze-Eva dürfen Sie sich auf ein Liebeshoch freuen, das Ihnen als Paar die Möglichkeit bietet, die Bandbreite der Gemeinsamkeiten zu erweitern. Mars und Pluto intensivieren die Gefühle und lassen erotische Funken sprühen.



2 Steinbock (22.12. – 20.1.):
In der ersten Dezember-Woche haben Sie dank Venus ein gutes Feeling für die Bedürfnisse Ihrer Kunden. Zudem stärkt der Beauty-Stern Ihr ästhetisches Empfinden. Dekorative Kosmetik gehört jetzt in Ihre Beauty-Routine!

2 Stier (21.4. – 20.5.):
Lassen Sie sich nicht von dieser hektischen, ungeduldigen Aufbruchenergie mitreissen und hüten Sie sich vor spontanen, unüberlegten Aktionen. Eine Hot Stone Massage ist Ihr Relax-Hit!

♊ Jungfrau (24.8. – 23.9.):
Jetzt könnte es hektisch werden, wenn Sie sich zu sehr von äusseren Störfeuern irritieren lassen. Schrauben Sie Ihre Erwartungshaltung an sich selbst etwas herunter. Eine Aromaöl-Massage ist Ihr Dezember-Wohlfühl-Garant!

♊ Wassermann (21.1. – 19.2.):
Mit Diplomatie und Überzeugungskraft kommen Sie in den kommenden Wochen schneller ans Ziel als mit Kampfgeist oder Ellenbogenmentalität. Venus eröffnet Ihnen ab dem 08.12. ein Fenster der Harmonie. Rosenkosmetik ist Ihr Dezember-Beauty-Highlight!

♊ Zwillinge (21.5. – 21.6.):
Zuviel Jupiter-Energie will richtig gehandhabt werden, anderenfalls hebt man leicht ab und verliert den Bezug zur Realität. Das heisst nicht, dass Sie nicht wachsen dürfen, aber prüfen Sie zuvor alle Vorhaben auf Machbarkeit. Ihr Schönheitsgeheimnis: Basenkosmetik!

♊ Waage (24.9. – 23.10.):
Ab dem 08.12. wendet sich das Blatt für Sie und Sie bekommen ganz viel kosmischen Rückenwind. Dieser sorgt dafür, dass Ihnen fast alles gelingt, was Sie sich vornehmen. Retinol ist Ihr Wirkstoff-Wunder!

♊ Fische (20.2. – 20.3.):
Der Dezember-Tipp der Sterne lautet: Bitte nicht übertreiben! Orientieren Sie sich am Machbaren. Haushalten Sie gut mit Ihren Kräften und konzentrieren sie sich auf das Wesentliche. Ihre Anti-Aging-Waffe ist Edelweiss-Kosmetik.

♊ Krebs (22.6. – 22.7.):
Es kann sein, dass Sie bis zum 07.12. das Gefühl haben, nicht die Wertschätzung zu erhalten, die Sie eigentlich verdient hätten. Ab dem 22.12. liegt Ihr Fokus auf Ihrem Beziehungsleben. Ihre Badewanne ist Ihr liebster Wellness-Tempel!

♊ Skorpion (24.10. – 22.11.):
Falls Sie jetzt das Bedürfnis haben, sich vermehrt um Ihr Privatleben zu kümmern, sollten Sie diesem Impuls folgen. Einerseits warten dort eine Reihe an Herausforderungen und andererseits gibt es auch bessere Zeiten, um in der Karriere Vollgas zu geben. Ihre Zaubercrème sollte Sheabutter enthalten.

♊ Widder (21.3. – 20.4.):
Während die meisten den Jahresbeginn abwarten, um Veränderungen an den Start zu bringen, steht Ihnen schon jetzt danach. Nur zu! Die Sterne fördern mutige Vorhaben. Ihr Wohlfühl-Moment: luxuriöse Wellness-Treatments.

♊ Löwe (23.7. – 23.8.):
Auch am Ende des Jahres haben Sie noch genügend Kraft und Elan, um wichtige Weichen für die Zukunft zu stellen. Denn mit den beiden Yang-Planeten Mars und Sonne verstehen Sie es, sich bietende Chancen zu nutzen. Gelee Royal ist Ihr Beauty-Schatz!



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. 12 ERSCHEINT AM 17. DEZEMBER 2024

VORSCHAU



HIGHTECH-SKINCARE

Passen Technologie und natürliche Hautpflege zusammen?



DOSSIER:

WONDERFUL WELLNESS

Eine Kombination aus Peeling, Bandagen und erfrischenden Masken für ein tiefes Gefühl des körperlichen und geistigen Wohlbefindens; oder sanfte Anwendungen und Paarrituale, um Stress und negative Gedanken abzubauen? Wir zeigen Ihnen das Angebot an Beauty-Ritualen, um das Gleichgewicht mit innerstem Ich wieder herzustellen.

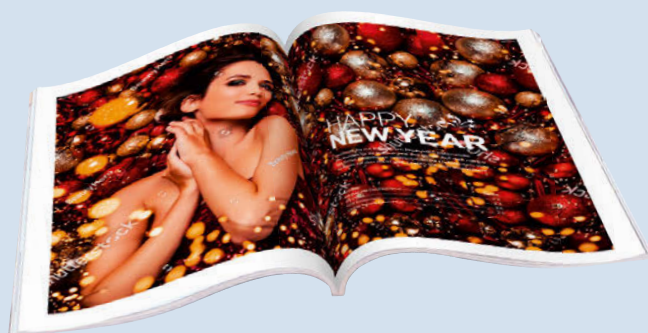
HEY, BIST DU WACH?

Treatments und Pflege für den ausgeruhten Look.



ABO-HOTLINE:

Tel. 041 417 07 70



Gesehen und gelesen werden!

Neue Produkte auf den Markt zu bringen, ist nicht leicht. Wer auffallen möchte unter vielen, kann das mit einem Inserat in der kommenden **Happy New Year von BEAUTY FORUM Swiss 01/25**. Die speziell für individuelle Vorstellungen Ihrer Must-have-Marktneuheiten konzipierte Sonderstrecke, verschafft diesen die Aufmerksamkeit, die es braucht.

Mehr Informationen und Angebote können Sie bei Ihrem Ansprechpartner im Verkauf Tobias Klumpp tobias.klumpp@health-and-beauty.com einholen.



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 ...



ANTJE MEYER

ist ausgebildete Kosmetikerin und war über 25 Jahre als Trainerin und Entwicklerin im Bereich Medical Beauty tätig. Heute ist sie Gründerin und CEO von „BEAUTYful MIND“ und hat sich als Ziel gesetzt, jede Kollegin und jeden Kollegen auf dem Weg zum grösstmöglichen Erfolg zu begleiten und zu unterstützen.
www.antjemeyer.com

1

WAS MACHEN SIE, WENN SIE FREIHABEN?

Am liebsten treffe ich mich dann mit lieben Menschen! Dafür bleibt im Alltag häufig viel zu wenig Zeit. Das ist für mich der wahre Luxus des Lebens und ein Quell der Lebensfreude. Jedoch kann es auch sein, dass für mich ein freier Tag bedeutet, dass ich einfach keinerlei Termine habe und somit absolut flexibel in der Tagesgestaltung bin.

2

Was ist Ihr liebstes Reiseziel und warum?

Für mich gibt es eher eine Lieblingsart Urlaub zu machen als ein Lieblingsreiseziel. Wir lieben es, unseren Urlaub mit Entspannung und Natur zu beginnen. Für mich ist das die ultimative Weise, im Urlaub anzukommen.

3

Wie halten Sie sich fit?

Ich liebe es, in der Natur zu sein. Am liebsten alleine oder mit meiner Ridgeback-Hündin Sunny schnellen Schrittes und völlig lautlos. Seit einiger Zeit habe ich das Radfahren für mich entdeckt. Jedoch ist für mich ein weiterer Punkt für meine Gesundheit sehr wichtig: Ich umgebe mich nur mit Menschen, die mir guttun und denen ich guttun kann. Dies ist die absolute Powerenergie für die Seele und den Körper.



4

WAS BEDEUTET FÜR SIE SCHÖNHEIT?

Ein entspanntes, glückliches Gesicht, das eine Geschichte erzählt, bedeutet für mich Schönheit. Schönheit hat für mich nur wenig mit Falten oder Flecken zu tun, sondern mit dem Ausdruck innerer Gelassenheit und positiver Lebenseinstellung. Schön ist, wer sich selbst mag und gut mit sich umgeht.



OBSERV[®] 520_x

**Ein Bild sagt
mehr als
tausend Worte**

Der Observ visualisiert bei der digitalen Hautanalyse den wahren Hautzustand und zeigt sogar zukünftige Probleme auf, die noch gar nicht an der Oberfläche sichtbar sind.

Schon über 600 Institute profitieren vom Observ.
Seien auch Sie dabei!
tel. +49 8104 8873 0, info@reviderm.com,
www.reviderm.com/technologie/hautanalyse-observ.html

DERMOKOSMETIK
VERTRÄGLICH &
WIRKSAM
MADE IN GERMANY

C . T R U E
A R E

Mehr erfahren



 follow us!
[@revidermofficial](https://www.instagram.com/revidermofficial)

 like us!
www.facebook.de/reviderm

mesoestetic®

85



mesopeel®
Multisäure-Technologie,
die auf Ergebnissen beruht