

09
25

BEAUTY FORUM

BE INFORMED, BE INSPIRED, BE YOURSELF!

DOSSIER:

HAUT- SCHUTZ

ALLES ZU
ANTI-POLLUTION-SKINCARE

HIGHTECH- PFLEGE

WIE WISSENSCHAFTLICHE FORSCHUNG
MODERNE KOSMETIK PRÄGT

FUSS IM FOKUS

FACHWISSEN UND PRAXISTIPPS ZUR
PFLEGE UND PRÄVENTION

BEAUTY FORUM

by COSMOPROF

Festival

TICKETS
SICHERN!



beauty-forum.ch/events

MESSE MÜNCHEN
18.+19. OKTOBER 2025

FEEL THE FUTURE OF BEAUTY

In der (Selbst-)Pflege LIEGT DIE KRAFT

Haben Sie heute schon durchgeatmet? Ich meine: so richtig? Tief ein, lange aus – ohne dabei gleichzeitig aufs Handy zu starren, die Einkaufsliste im Kopf durchzugehen oder gedanklich den nächsten Termin zu planen? Dieses ständige „Funktionieren-Müssen“ ist längst zum Alltag geworden – und zum Problem, über das wir Körper, Geist – und, ja, auch unsere Hautpflege vergessen. Dabei braucht diese gerade Zeiten dicker Luft viel Aufmerksamkeit, um frei durchzuatmen. In unserem Dossierthema „Pollution Protection“ lesen Sie alles über wirksame Pflegekonzepte – die beste Verteidigungslinie gegen urbane Hautstressoren. Bewusst den „Fuss vom Gas nehmen“ – mit Betonung auf Fuss, wie unsere Gastbeiträge rund ums Thema gesunde Füsse zeigen. Apropos entschleunigen: Lehnen Sie sich jetzt einfach zurück und lassen Sie sich inspirieren. Denn zwischen all den To-dos darf eines nie zu kurz kommen: Sie selbst.



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

Foto: BILLION PHOTOS/ SHUTTERSTOCK.COM

BEAUTY FORUM
by COSMOPROF

Day

JETZT
TICKET
KAUFEN!



beauty-forum.ch/events

ZÜRICH
20. SEPTEMBER 2025

Zürich Marriott Hotel

Foto: Getty Images/CoffeeAndMilk



INHALT

SEPTEMBER 2025

SKIN & BODYCARE CLASSICS

Pflege

- 6 Intro**
Die Rolle der Forschung in moderner Hautpflege
- 8 Schönheit und Wissenschaft**
Formeln für gesunde Haut
- 12 Science Beauty**
Nachgewiesene Wirksamkeit bei Kosmetika
- 14 Hautzustand im Fokus**
Innovative Hautanalysen für gezielte Pflegekonzepte
- 16 Tief unter der Haut**
Cellulite und Lipödem
- 19 Produkt-News**
- 20 Make-up trifft Hautpflege**
Dekorative Kosmetik und Hautgesundheit in Balance
- 22 Alles (Haut-)klar?**
Serie, Teil 8: Veränderungen der Hautschicht im Alter

Fusspflege

- 24 Intro**
Fussgesundheit im Fokus
- 26 Gesunde Füße – So geht's**
Praktische Tipps zur Vorbeugung von Fusskrankheiten
- 28 Leichtigkeit bei jedem Schritt**
Medizinische Pediküre

HIGH COMPETENCE

Medical Beauty

- 44 Wirknachweise: Evidenz versus Praxis**
Nachhaltige Hautpflege und effektive Wirkungsnachweise
- 47 Produkt-News**

BUSINESS & COMMUNITY

- 48 Institut des Monats**
Twenty'z Beauty Empire

D

DOSSIER

POLLUTION PROTECTION

Professionelle Anti-Pollution-Skincare – Schutz gegen urbane Hautstressoren.

- 34 Intro**
Wirksame Pflegekonzepte gegen Umweltbelastungen
- 36 Urbaner Hautschutz**
Gezielte Anti-Pollution-Hautpflege für Schutz und Regeneration
- 38 Glow and the City**
Skincare-Routine für einen strahlenden Teint
- 40 Frische Haut trotz Smog**
Anti-Pollution-Pflege – mehr als nur ein Trend
- 42 Schutz vor Umweltstress**
Hautprobleme urbaner Lebensräume und ihre Lösung

- 51 Ja, like mich doch!**
- 52 Erfolgreich durch Erlebnis**
Personalisierte Kosmetikangebote



12

SCIENCE BEAUTY
Wissenschaftlich fundierte
Kosmetik für schöne Haut

STYLE & FASHION

- 54 Herbst-Mood-Make-up**
Herbstfarben und was sie bedeuten
- 56 Herbstzauber**
Make-up-Look Step-by-step

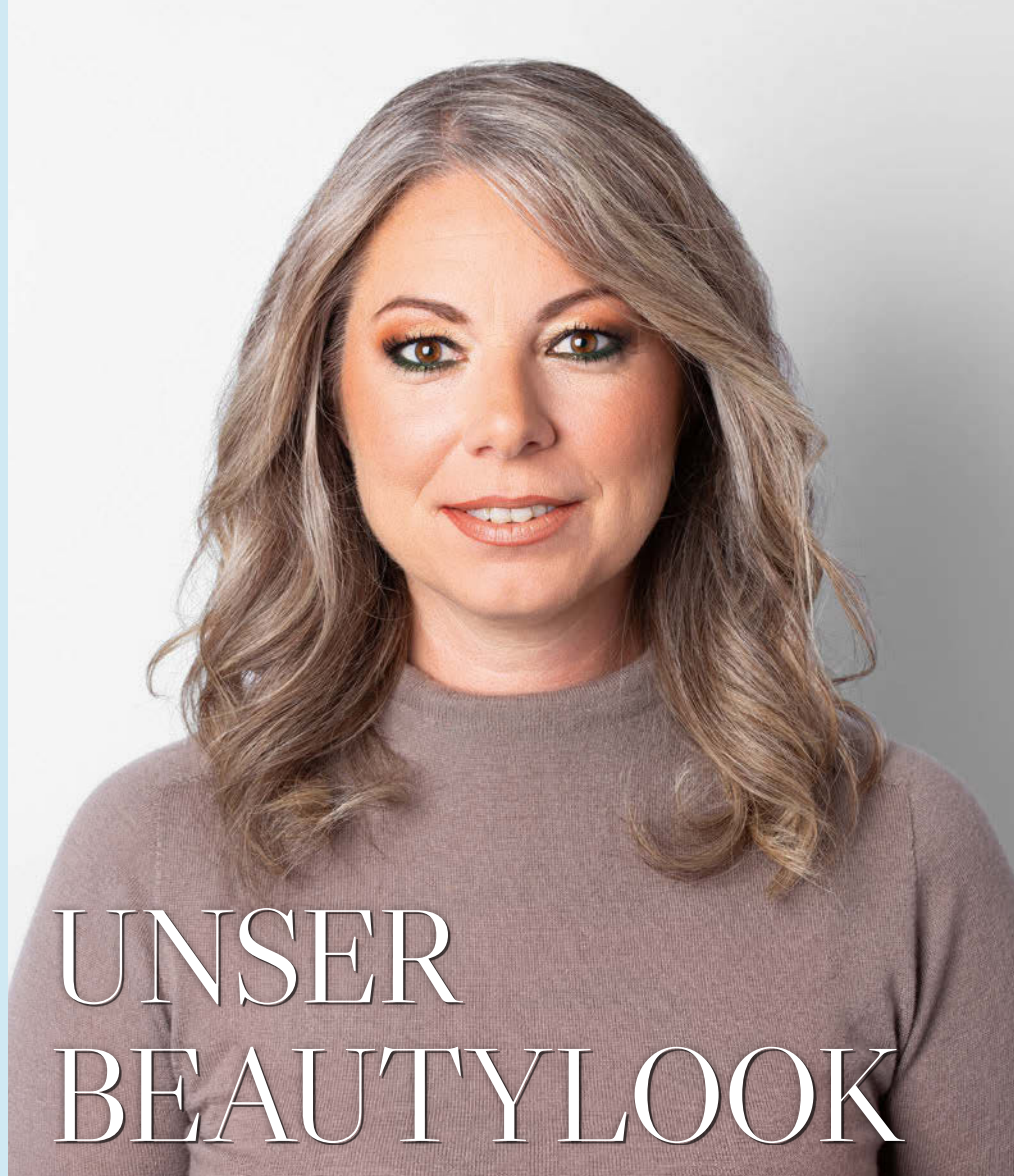
LIFESTYLE & SELF CARE

Psychologie & Mindset

- 60 Jetzt einen Gang runter**
Entschleunigungstechniken für den Alltag

IN JEDER AUSGABE

- 3 Editorial**
- 46 Vorschau**
- 62 Ausbildungen, Impressum**
- 65 Horoskop**



„FARBWIEDERHOLUNGEN AUF AUGEN, WANGEN UND LIPPEN BRINGEN HARMONIE IN DEN LOOK.“

Sara de Nando, Make-up-Artistin

Step-by-step- und Cover-Look

Fotos: Sara de Nando

Make-up: Sara de Nando

Model: Miriam Häfeli



Beilagenhinweis: Diese Ausgabe enthält einen Beileger der Firma Schönheit Leben GmbH.



SCHÖNHEIT *und* WISSENSCHAFT

Kosmetik ist heute mehr als nur schöne Hülle – sie ist Hightech fürs Badezimmer. Hinter Cremes, Seren & Co. stecken echte Wissenschaft, smarte Formulierungen und jede Menge Forschung. Aber was genau macht ein Produkt „wissenschaftlich fundiert“ – und wie fließen Studien eigentlich in die Entwicklung ein?



Kosmetik ist längst nicht mehr nur eine Frage der Ästhetik – sie ist Wissenschaft. In einer Branche, die von Trends und Innovationen lebt, haben wissenschaftliche Studien und fundierte Forschung einen unverzichtbaren Platz eingenommen. Beauty-Produkte sind heute mehr als hübsch verpackte Versprechen. Sie basieren auf komplexen Formulierungen, die in Laboren entwickelt und durch klinische Studien getestet werden.

Doch wie beeinflussen Forschungsergebnisse die Entwicklung neuer Produkte? Was macht ein Kosmetikprodukt tatsächlich „wissenschaftlich fundiert“?

1. WIE WISSENSCHAFTLICHE FORSCHUNG DIE PRODUKTENTWICKLUNG STEUERT

Jede Produktentwicklung beginnt im Labor. Forscher analysieren Wirkstoffe, überprüfen deren Wirksamkeit und entwickeln Formulierungen, die sowohl hautverträglich als auch effektiv sind – und zunehmend auch tierversuchsfrei. Doch der Weg zum marktreifen Produkt ist lang:

- **In-vitro-Studien:** Im ersten Schritt werden Wirkstoffe isoliert und in Zellkulturen getestet. Ziel ist es, die Wirkung auf Hautzellen zu prüfen, ohne dabei lebende Organismen zu

verwenden. Diese Methode ermöglicht es, Cruelty-Free und PETA-approved zu arbeiten, indem alternative Testverfahren eingesetzt werden.

- **In-vivo-Studien:** Nach erfolgreichen Laborstudien erfolgt die Anwendung am Menschen. Klinische Studien prüfen hier nicht nur die Wirksamkeit, sondern auch die Verträglichkeit – in vielen Fällen mit freiwilligen Probanden, um auf Tierversuche vollständig zu verzichten.
- **Langzeitstudien:** Einige Inhaltsstoffe benötigen Langzeitbeobachtungen, um ihre Wirkung über Wochen oder Monate zu belegen – insbesondere bei Anti-Aging-

on anregen – ein echter Fortschritt in der Anti-Aging-Pflege.

2. VON WIRKSAMKEITS-NACHWEISEN BIS CLAIMS: WAS STECKT HINTER DIESEN AUSSAGEN?

„Klinisch getestet“, „wissenschaftlich belegt“, „dermatologisch geprüft“ – solche Werbeaussagen oder auch Versprechen sind alltäglich in der Beauty-Branche. Doch was steckt tatsächlich dahinter?

- **Klinische Studien vs. Anwender-Tests:** Während klinische Studien unter kontrollierten Bedingungen stattfinden, beruhen Anwender-Tests oft auf subjektiven Einschätz-

„AUF STUDIENLAGE UND STUDIENDESIGN ACHTEN, UM PRODUKTE GEZIELT UND FAKTENBASIERT ZU EMPFEHLEN.“

Produkten oder Wirkstoffen gegen Hyperpigmentierung. Auch hier legen Cruelty-Free-Marken Wert auf ethische Testverfahren, die Tierleid vermeiden. Ein Beispiel für wissenschaftlich fundierte Kosmetik ist die Entwicklung von Peptidseren. Hier konnten Studien nachweisen, dass Peptide gezielt in die Haut eindringen und die Kollagenprodukti-

tionen. Seriöse Produkte stützen sich auf randomisierte, placebo-kontrollierte Studien, die wissenschaftliche Aussagen statistisch absichern.

- **Inhaltsstoffe mit wissenschaftlichem Nachweis:** Bestimmte Wirkstoffe wie Retinol, Hyaluronsäure oder Niacinamid sind umfassend erforscht. Ihre Wirkung ist in der



Fachliteratur dokumentiert und vielfach belegt. Neuartige Wirkstoffe hingegen benötigen umfangreiche Studien, um deren Wirkung eindeutig zu belegen.

- **Quantifizierbare Ergebnisse:** Aussagekräftige Studien liefern konkrete Zahlen, zum Beispiel „Reduktion von Falten um 25 Prozent nach acht Wochen“. Pauschale Aussagen wie „sichtbar jünger aussehende Haut“ ohne belastbare Studien sind hingegen kritisch zu hinterfragen. Für Fachpersonal in Beauty-Instituten bedeutet dies: Auf Studienlage und Studiendesign achten, um Produkte gezielt und faktenbasiert empfehlen zu können!

3. HAUTTYPISCHE UNTERSCHIEDE – WARUM NICHT JEDES PRODUKT FÜR ALLE HAUTTYPEN WIRKT

Haut ist nicht gleich Haut. Was bei einem Hauttyp wirkt, kann bei einem anderen wirkungslos bleiben oder sogar Reizungen verursachen. Die Forschung berücksichtigt daher zu-

„ DURCH GEZIELTE PRODUKTAUSWAHL UND FUNDIERTE BERATUNG KANN GEZEIGT WERDEN, DASS WISSENSCHAFT UND NACHHALTIGKEIT KEINE GEGENSÄTZE SIND.

nehmend individuelle Hautbedürfnisse:

- **Herkunftsbedingte Unterschiede:** Studien zeigen, dass Wirkstoffe auf Haut mit unterschiedlichem Melaniningehalt und Hautdicke unterschiedlich wirken können. Beispielsweise neigen Menschen mit hellerem Hauttyp aus ostasiatischen Regionen oft zu einer höheren Empfindlichkeit gegenüber Retinoiden, während Haut mit höherem Melaniningehalt – wie sie in wärmeren Klimazonen häufiger vorkommt – tendenziell weniger Talg produziert.
- **Einfluss von Hormonprofilen:** Haut, die durch höhere Testosteronspiegel geprägt ist, neigt zu einer dickeren Struktur und ver-

stärkter Talgproduktion. Formulierungen können hier gezielt angepasst werden, um Hautglanz zu reduzieren und Unreinheiten vorzubeugen.

- **Mikrobiom-Forschung:** Der Trend zu mikrobiomfreundlicher Kosmetik basiert auf wissenschaftlichen Erkenntnissen, dass eine gesunde Hautflora vor Entzündungen, Akne und Ekzemen schützen kann.

Individuelle Hautanalysen, die auf wissenschaftlichen Daten basieren, ermöglichen es Instituten, ihre Kunden gezielt und personalisiert zu beraten.

4. WISSENSCHAFTLICH FUNDIERT, ABER NACHHALTIG – EIN BALANCEAKT

Die Nachfrage nach nachhaltigen, natürlichen Inhaltsstoffen wächst. Doch wie lässt sich das mit wissenschaftlicher Forschung verbinden?

- **Nachhaltige Wirkstoffe im Fokus:** Studien zeigen, dass Pflanzenextrakte wie Bakuchiol ähnliche Effekte wie Retinol erzielen, jedoch

„ INDIVIDUELLE HAUTANALYSEN ERMÖGLICHEN ES INSTITUTEN, IHRE KUNDEN GEZIELT UND PERSONALISIERT ZU BERATEN.



„UP TO DATE BLEIBEN, STUDIEN KRITISCH HINTERFRAGEN UND KUNDEN DURCH FUNDIERTES FACHWISSEN MEHRWERT BIETEN.

hautverträglicher und umweltfreundlicher sind.

- **Biotechnologie und Fermentation:** Biotechnologisch gewonnene Inhaltsstoffe wie Hyaluronsäure sind nicht nur hochwirksam, sondern auch ressourcenschonend.
- **Transparenz und Rückverfolgbarkeit:** Wissenschaftlich fundierte Kosmetik setzt zunehmend auf transparente Lieferketten und nachhaltige Verpackungen und „Cruelty-Free“-Formulierungen – also Produkte, die ohne Tierversuche entwickelt wurden.

Zertifizierungen wie **Leaping Bunny**, **PETA Cruelty-Free** oder **Vegan Society** bieten Orientierung für Fachpraxen und Kunden, die ethische und nachhaltige Entscheidungen treffen möchten. Gerade in einer Branche, in der Wirkversprechen durch wissenschaftliche Studien untermauert werden, gewinnt auch die Frage an Bedeutung, ob diese Tests ohne Tierleid durchgeführt wurden. Institute und Praxen können durch gezielte Produktauswahl und fundierte Beratung zeigen, dass Wis-

senschaft und Nachhaltigkeit keine Gegensätze sind.

5. AUSBLICK: DIE ZUKUNFT DER BEAUTY-FORSCHUNG – WAS KOMMT ALS NÄCHSTES?

Die Kosmetikforschung entwickelt sich rasant weiter. Einige Trends, die die Branche in den nächsten Jahren prägen werden:

- **Genetische Hautanalysen:** DNA-Analysen sollen künftig individuelle Hautbedürfnisse noch präziser bestimmen und massgeschneiderte Pflegekonzepte ermöglichen.
- **KI in der Kosmetikentwicklung:** Künstliche Intelligenz analysiert Inhaltsstoffe, Wirkmechanismen und Kundenfeedback, um präzisere und effektivere Formulierungen zu entwickeln.
- **Epigenetische Forschung:** Während die Genetik das Potenzial der Haut bestimmt, untersucht die Epigenetik, wie Umwelteinflüsse und Pflegeprodukte die Hautalterung aktiv beeinflussen können.

- **Probiotische Kosmetik:** Die Erforschung des Hautmikrobioms wird weiter vertieft – mit dem Ziel, Hautprobleme gezielt durch mikrobiomfreundliche Formulierungen zu regulieren.

Für Beauty-Institute bedeutet dies: up to date bleiben, Studien kritisch hinterfragen und Kunden durch fundiertes Fachwissen Mehrwert bieten.

FAZIT: SCHÖNHEIT UND WISSENSCHAFT – EINE STARKE VERBINDUNG!

Wissenschaftlich fundierte Kosmetik ist mehr als ein Marketing-Schlagwort. Sie basiert auf fundierter Forschung, evidenzbasierten Wirkstoffen und klinisch geprüften Ergebnissen.

Für Beauty-Institute und Fachpraxen ergibt sich daraus eine klare Chance: Kunden durch qualifizierte Beratung zu Produkten zu führen, deren Wirksamkeit belegt ist – und damit langfristig Hautgesundheit und Vertrauen zu fördern.

Denn wahre Schönheit ist nicht nur sichtbar, sondern auch nachweisbar – und genau das macht den Unterschied aus.



Maja-Marieta Kania

Die Autorin ist ausgebildete Gesundheits- und Krankenpflegerin, Kosmetikerin und Beauty-Bloggerin.



Wissenschaftlich
inspiriert, luxuriös
gepflegt:

Seidenproteine, Jujube,
Oliveblattextrakt und
Levan schenken inten-
sive Pflege und stärken
die Hautbarriere.



JETZT BESTELLEN

SatisFeet® SILK FUSSLOTION

Anti-Aging trifft auf pflanzliche
Hightech-Pflege für die Füße



SatisFeet®

PROFESSIONAL FOOTCARE

**Pflanzenstammzellen-Power:
PhytoCellTec™ Malus Domestica**



Für glattere, geschmeidigere Haut



Simon Keller AG
Lyssachstrasse 83
3400 Burgdorf

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

Keller
simonkeller.ch

SCIENCE BEAUTY

Attraktive Designs und wohlklingende Markennamen sind natürlich wichtig, um Konsumenten zu überzeugen. Dennoch genügt dies allein inzwischen nicht mehr. Der Fokus der meisten Konsumenten liegt inzwischen ganz besonders auf Faktoren wie nachweisbarer Wirksamkeit, Hautverträglichkeit und ethnisch unbedenklichen Herstellungsprozessen.

Kosmetische Produkte beruhen längst nicht mehr ausschliesslich auf traditionellen Rezeptoren. Sowohl moderne Hautpflege als auch dekorative Kosmetik stützt sich inzwischen auf pharmakologische Erkenntnisse, wie folgende Beispiele gut aufzeigen:

- **Hyaluronsäure:** Der Einsatz von Hyaluronsäure basiert auf der Erkenntnis, dass sie grosse Mengen Wasser binden kann. Dieser Effekt wurde in Studien zur Hautelasti-

zität und Feuchtigkeitsversorgung nachgewiesen. So werden auch Peptide, Retinoide und Antioxidantien nur noch eingesetzt, wenn die jeweilige Wirkung durch Studien belegt ist.

- **Niacinamid (Vitamin B₃):** Klinische Studien wie die von Draelos et al. (2006, Journal of Cosmetic Dermatology) haben gezeigt, dass Niacinamid Pigmentflecken reduzieren, feine Linien glätten und das Hautbild verbessern kann – bei gleichzeitiger Hautverträglichkeit.

VON DER LABORSTUDIE INS PRODUKTREGAL

Allem voraus gehen also immer eine solide Grundlagenforschung und entsprechende Studien. Dabei ist der wissenschaftliche Standard hoch. Doppelblindstudien, Placebo-Kontrollen und Peer-Reviews sorgen für valide, belastbare Ergebnisse (Peer-Review bedeutet Bewertung einer wissenschaftlichen Arbeit durch unabhängige Gutachter). Und so schaffen es letztlich nur Wirkstoffe, die gut verträglich sind und die in mehreren



FOTO: GALAXY LOVE DESIGN/SHUTTERSTOCK.COM

Wer profitiert von wissenschaftlich fundierter Kosmetik?

- 1. Dermatologisch sensible Hauttypen:** Menschen mit Neurodermitis, Akne oder Rosazea suchen gezielt nach Produkten, deren Wirkung und Verträglichkeit wissenschaftlich überprüft wurden.
- 2. Anti-Aging-Zielgruppen (35+):** Diese Zielgruppe verlangt Wirksamkeitsnachweise, bevor sie in höherpreisige Pflege investiert.
- 3. Männerkosmetik:** Männer sind oft skeptischer gegenüber Werbeversprechen und reagieren positiv auf wissenschaftlich fundierte Argumente.
- 4. Clean-Beauty-Enthusiasten:** Sie legen Wert auf klinisch getestete Formulierungen ohne reizende Zusatzstoffe, mit nachgewiesener Wirkung.

Studien positive Effekte gezeigt haben, in die entsprechenden Präparate.

STUDIENFORMEN UND IHRE BEDEUTUNG

- **In-vitro-Studien:** Testen Inhaltsstoffe auf Zellebene – wichtig für das erste Screening, aber nicht übertragbar auf die Wirkung beim Menschen.
- **In-vivo-Studien:** Werden an menschlicher Haut durchgeführt

(zum Beispiel Feuchtigkeitsmessung über Corneometer).

- **Placebokontrollierte Doppelblindstudien (der Goldstandard):** Zeigen, ob ein Produkt tatsächlich mehr bewirkt als ein Placebo.
- **Neurokosmetik-Studien:** Untersuchen, wie Düfte oder Texturen das Wohlbefinden beeinflussen. Ihre Durchführung geschieht oft in Zusammenarbeit mit Neurowissenschaftlern.

GRENZEN UND HERAUSFORDERUNGEN

- Studienqualität variiert: Nicht jede „wissenschaftliche Studie“ ist unabhängig oder gut designt.
- Marketing vs. Wissenschaft: Manche Unternehmen nutzen Studienbegriffe irreführend, um Vertrauen zu schaffen.
- Zugänglichkeit: Viele Studien sind nicht öffentlich einsehbar oder schwer verständlich für Laien.

FAZIT

Die Zukunft der Schönheit liegt in der Wissenschaft. Evidenzbasierte Forschung ist Mittel zur Produktverbesserung und auch ein Weg zur Stärkung der Markenintegrität.



Waltraud Böhme

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

PATENTIERTE INNOVATION CELLU M6 INFINITY®

ERHÖHTE TECHNOLOGIE

UNENDLICHE ZELLULÄRE STIMULATION

Ein intelligenter
Behandlungskopf
mit 4 Patenten,
die das Behandlungserlebnis
und die Behandlungsleistung
neu definieren

NOCH NIE ERREICHTE ERGEBNISSE,
NEUE SINNESERLEBNISSE,
ULTRA-EXPERTEN-BEGLEITUNG



Scannen Sie, um weitere
Informationen zu erhalten

lpg-group.com



**INNER POWER.
BETTER LIFE.**

Aktivieren Sie Ihre innere Kraft für ein besseres Leben.



HAUTZUSTAND IM FOKUS

Trockene, sensible oder unreine Haut? So einfach ist es heute nicht mehr. Moderne Hautpflege setzt nicht mehr auf starre Hauttypen, sondern auf aktuelle Hautzustände – denn unsere Haut verändert sich ständig. Dank innovativer Hautanalysen lassen sich Pflegekonzepte jetzt viel gezielter und individueller abstimmen. Ein echter Paradigmenwechsel in der Kosmetik!

Lange Zeit galt die Einteilung in die bekannten Grundhauttypen – trocken, fettig, normal, Mischhaut – als Grundlage für die Auswahl von Hautpflegeprodukten. Diese Klassifizierung ist jedoch statisch und be-

rücksichtigt nicht die dynamischen Veränderungen, denen unsere Haut täglich ausgesetzt ist.

Moderne Hautpflege setzt deshalb zunehmend auf die Analyse individueller Hautzustände und aktueller Bedürfnisse, um gezielte

und wirksame Pflegekonzepte zusammenzustellen.

DER UNTERSCHIED ZWISCHEN HAUTTYP UND HAUTZUSTAND

Der Hauttyp ist genetisch bedingt und bleibt lebenslang relativ kon-



FOTO: PUHHHA/SHUTTERSTOCK.COM

stant. Dazu zählen Merkmale wie grosse Poren, eine Neigung zu kapillaren Schwächen sowie fettige, trockene oder Mischhaut.

Im Gegensatz dazu ist der Hautzustand veränderlich und situationsabhängig – er kann sich täglich oder saisonal ändern. Viele Menschen reagieren sensibel auf äussere und innere Einflüsse wie Ernährung, Stress, Wetterumschwünge, hormonelle Veränderungen oder mentale Belastung. Typische Hautzustände sind etwa dehydriert, empfindlich, gestresst, mit gestörter Hautbarriere oder zu Unreinheiten neigend.

WARUM DIE UNTERSCHIEDUNG SO WICHTIG IST

In der Praxis zeigt sich immer wieder, wie entscheidend es ist, Hauttyp und Hautzustand klar voneinander zu trennen.

Ein Beispiel: Eine Person mit fettigem Hauttyp kann gleichzeitig unter Feuchtigkeitsmangel leiden – ein Hautzustand, der als „dehydriert“ bezeichnet wird. Dieser scheinbare Widerspruch wird bei einer rein typbasierten Pflege leicht übersehen. Hinzu kommt, dass Produkte für fettige Haut oft austrocknend und stark mattierend wirken, was das ölige Gefühl noch verstärken kann.

In solchen Fällen muss die Hautbarriere zunächst durch feuchtigkeits-

Tipp

Achten Sie darauf, Ihrer Kundin zu vermitteln, dass eine einfache, konsequente Pflegeroutine oft wirksamer ist als das ständige Ausprobieren neuer Produkte – denn zu viel Reizung kann die Haut zusätzlich belasten.

spendende Pflege gestärkt werden. Im Institut bedeutet das: sich Zeit zu nehmen für eine ausführliche Beratung – und der Kundin verständlich zu erklären, warum wahlloses Kombinieren von Produkten (zum Beispiel durch Online-Käufe oder Spontankäufe) problematisch sein kann. Die grösste Herausforderung liegt dabei

Mehr Wissen, mehr Wirkung

- **Bedeutung moderner Hautanalyse für die Kosmetikerin und ihr Fachwissen:**
Die Kosmetikerin benötigt fundiertes Fachwissen im Umgang mit Hautanalysen und Diagnosetools; muss stets aktuell in der Forschung sein und flexibel auf individuelle Behandlungen reagieren. Technisches Verständnis für die Geräte ist ebenfalls unverzichtbar.
- **Bedeutung für die Kosmetikerin in der Kabine:**
In der Behandlung passt die Kosmetikerin Produkte und Intensität flexibel an die aktuellen Hautbedürfnisse an, was zu individuelleren und besseren Ergebnissen führt.
- **Bedeutung für die Kundin:**
Die Kundin profitiert von einer optimal auf ihren Hautzustand abgestimmten Behandlung, die sichtbare und nachhaltige Ergebnisse liefert und gezielt auf individuelle Bedürfnisse eingeht.

oft in der Kommunikation, denn viele haben ein negatives Bild von ihrer Haut und sind festgefahren in ihrer Pflegeroutine.

MODERNE HAUTANALYSE: TECHNOLOGIE TRIFFT HAUTWISSEN

Dank fortschrittlicher Analysetechnologien – von digitalen Hautscannern bis hin zu KI-gestützten Apps – lassen sich individuelle Hautzustände heute präzise erfassen. Diese Tools analysieren unter anderem:

- den Feuchtigkeitsgehalt
- die Sebumproduktion (Ölgehalt)
- Porengrösse und -anzahl
- Elastizität und Festigkeit
- Pigmentierungen und UV-Schäden
- Rötungen oder Entzündungen

Diese präzisen Daten bilden die Grundlage für eine massgeschneiderte Hautpflege, die nicht nur Symptome bekämpft, sondern auch Ursachen erkennt und gezielt behandelt.

INDIVIDUELL ABGESTIMMTE PFLEGEKONZEPTE

Auf Basis der Hautanalyse wird ein Pflegekonzept entwickelt, das sich gezielt an den aktuellen Hautzuständen orientiert, zum Beispiel:

- Bei Feuchtigkeitsmangel: hydratisierende Wirkstoffe wie Hyaluronsäure, Kollagen oder Elastin
- Bei gestresster Haut: beruhigende Inhaltsstoffe wie Panthenol, Niacinamid oder Centella Asiatica
- Bei gestörter Hautbarriere: ceramidreiche Formulierungen
- Bei Überpflege („Skin Fatigue“): Reduktion auf das Wesentliche

Gerade bei Überpflege ist es wichtig, dass Sie Ihre Kundin behutsam zum Pflegeminimalismus führen. Eine empathische Kommunikation, gepaart mit fachlich fundierten Erklärungen, ist hier besonders hilfreich.

VORTEIL: NACHHALTIGE HAUTGESUNDHEIT

Die Orientierung an Hautzuständen ermöglicht eine präzisere, effektivere und nachhaltigere Hautpflege. Kundinnen und Kunden profitieren von schnelleren sichtbaren Ergebnissen, einer geringeren Produktvielfalt – was Fehlkäufe minimiert – sowie einem besseren Hautgefühl und mehr Vertrauen in ihre Pflege. Statt kurzfristiger Effekte steht langfristige Hautgesundheit im Fokus.

FAZIT: HAUTPFLEGE NEU DENKEN

Die Zukunft der Hautpflege ist individuell, dynamisch und datenbasiert. Die Umstellung von Hauttyp- auf zustandsorientierte Pflege ist mehr als ein Trend – sie bietet echte Lösungen für gesunde, strahlende Haut.



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

TIEF UNTER DER HAUT

Cellulite und Lipödem werden oft verwechselt – dabei steckt hinter den sichtbaren Veränderungen meist mehr, als man denkt. Wer die Unterschiede kennt, kann gezielter behandeln und Betroffene besser unterstützen.

Unser Körper ist mehr als seine äussere Erscheinung – er reagiert auf Belastungen, hormonelle Veränderungen, Lebensstil und emotionale Zustände oft früher, als wir es bewusst wahrnehmen. Besonders deutlich

zeigt sich das an der Haut und im Gewebe.

WAS IST CELLULITE – UND WARUM BETRIFFT SIE SO VIELE?

Cellulite, umgangssprachlich auch „Orangenhaut“ genannt, entsteht

Gut zu wissen

Cellulite und Lipödem sind längst mehr als reine Hautthemen. Sie machen deutlich, wie wichtig ein tieferes Verständnis für unseren Körper, seine Signale und individuellen Bedürfnisse ist



FOTO: NEW AFRICA/SHUTTERSTOCK.COM

durch strukturelle Veränderungen im Unterhautfettgewebe. Fettzellen wölben sich durch schwaches Bindegewebe nach aussen – die Haut wirkt uneben und dellig.

Besonders häufig betroffen sind Oberschenkel, Gesäss und Bauch. Auch schlanke Frauen sind betroffen, denn Cellulite ist keine reine Gewichtsfrage. Vielmehr spielen genetische Veranlagung, Hormonspiegel, Durchblutung, Ernährung und Lebensstil eine entscheidende Rolle.

LIPÖDEM – MEHR ALS EIN ÄSTHETISCHES PROBLEM

Das Lipödem ist eine krankhafte, meist symmetrische Fettvermehrung an Beinen oder Armen. Es ist gekennzeichnet durch:

- Spannungsgefühl
- Schmerzen
- Berührungsempfindlichkeit
- Neigung zu blauen Flecken
- Schwellungen.

GANZHEITLICH STATT NUR KOSMETISCH

Die Ursachen und Erscheinungsformen von Cellulite und Lipödem sind komplex und ebenso vielfältig sind auch die Ansätze zur Linderung. Einzelne Massnahmen allein reichen leider selten aus. Entscheidend ist die sinnvolle Kombination aus ausgewogener Ernährung, regelmässiger

Behandlungsmöglichkeiten bei Cellulite und Lipödem

Je nach Erscheinungsbild und Ursache können unterschiedliche Ansätze sinnvoll sein:

- Bei Wasser-Cellulite mit Wassereinlagerungen helfen Lymphdrainagen, entschlackende Wickel sowie Algen- und Salzbehandlungen, den Lymphfluss zu fördern und überschüssige Flüssigkeit abzuleiten.
- Bei fibrotischer Fett-Cellulite mit unelastischem Gewebe und tiefen Dellen liegt der Fokus auf Gewebeaktivierung. Methoden wie Anti-Cellulite-Massagen, Vakuumtherapie, Stosswellen und Radiofrequenz verbessern die Durchblutung und glätten die Haut.
- Beim Lipödem helfen Kompressionstherapie, manuelle Lymphdrainage und Bewegung, Schmerzen zu lindern und Schwellungen zu verringern. In fortgeschrittenen Fällen kann eine Liposuktion durch Fachärzt:innen langfristig verbessern.

Bewegung, sorgfältiger Pflege und gegebenenfalls auch medizinischer Unterstützung.

HORMONE IM BLICK BEHALTEN

Viele Frauen unterschätzen, wie stark Hormone – insbesondere Östrogen, Insulin und Cortisol – Einfluss auf die Fettverteilung, Wasserbindung und Bindegewebsstabilität haben können. Hormonelle Dysbalancen durch Stress, Schlafmangel, hormonelle Verhütung oder Schwankungen im Zyklus können Symptome verstärken.

Ein ausgeglichener Hormonhaushalt ist daher ein zentraler Faktor für ein gesundes Haut- und Körpergefühl.

FAZIT: VERSTEHEN – ANNEHMEN – VERÄNDERN

Wer beginnt, seinen Körper besser zu verstehen und auf seine Signale zu hören, kann weit mehr verändern als nur das Hautbild. Der ganzheitliche Weg erfordert Geduld, aber er schenkt langfristige Gesundheit, spürbares Wohlbefinden und ein neues Körperbewusstsein.



Dominika Rathgeb

ist Dipl. Kosmetikerin mit eigenem Institut in Zürich.

www.slimforever.ch

ANZEIGE

Swiss private labelling-Lohnherstellung

Trybol AG ist seit über 125 Jahren eine unabhängige Schweizer Firma, spezialisiert auf die Entwicklung, Produktion und Vermarktung einer breiten Palette von Schönheits- und Toilettarie-Artikeln



Labor/Produktion

- ✓ Kreation Ihrer eigenen Rezeptur
- ✓ Chargengrösse 20 bis 1800 kg
- ✓ Multi-Homogenisator
- ✓ Rezeptur-Verbesserung

Abfüllung

- ✓ Tuben
- ✓ Dosen/Flaschen
- ✓ Ampullen
- ✓ Vliesbeutel

20 Jahre NEOVITA



Seit 20 Jahren kreiert die inhabergeführte Marke **NEOVITA** im baden-württembergischen Mauer innovative Pflegeprodukte für Haut und Haare nach dem Salutogenen Beauty Concept mit hoch dosierten Wirkstoffsystemen frei von jeglichen Konservierungsstoffen und gehört damit zu den Vorreitern der Clean-Beauty-Bewegung.

Jürgen Singer, Gründer von **NEOVITA**, erkannte früh, dass gesunde Haut keine Selbstverständlichkeit ist. Nachdem sein Vater schwer erkrankte und sich seine Haut durch die Cortisonbehandlung dramatisch verschlechterte, war für Jürgen Singer klar, dass er einen Weg finden musste, seinem Vater zu helfen.

WIE ALLES BEGANN

Frustriert von den zahlreichen reizenden Inhaltsstoffen herkömmlicher Cremes und nach unzähligen Stunden im Labor, gelang ihm schliesslich der Durchbruch und er kreierte die ersten Pflegeprodukte, die die Gesundheit unserer Haut wiederherstellen und langfristig aufrechterhalten sollten.

Dies war die Geburtsstunde der Marke **NEOVITA** und dem Versprechen von Clean Beauty: Produktformulierungen reduziert auf das Wesentliche, ohne Konservierungs-, Füll- oder Farbstoffe für beste Verträglichkeit und höchste Wirkung.

GREEN BEAUTY AUS ÜBERZEUGUNG

Darüber hinaus hat sich **NEOVITA** seit der Gründung mit Leib und Seele dem Thema Nachhaltigkeit verschrieben. Inhaltsstoffe werden auf das Wesentliche reduziert, kurze Transportwege gefördert, eine energiesparende Produktionsweise unterstützt und so wenig wie möglich Müll pro-

duziert. Lebender Beweis hierfür ist das exklusive Pfandsystem, welches seit 20 Jahren das vollständige Recycling der **NEOVITA** Produkte ermöglicht. Damit zeigt das Unternehmen eine echte Verpflichtung zum Umweltschutz und folgt nicht nur dem aktuellen Trend

KEIN ONLINE-VERKAUF

Auch zu einem weiteren Trend hat Jürgen Singer eine klare Haltung und setzt damit ein deutliches Zeichen für die Kosmetikindustrie. „Unsere Produkte gibt es nicht online zu kaufen. Ich bin davon überzeugt, dass gesunde Haut neben der richtigen Pflege auch eine professionelle Beratung und Behandlung im Kosmetikinstitut benötigt. Deshalb verzichten wir mit voller Überzeugung auf das Online-Geschäft, um die Kosmetikerinnen durch den exklusiven Verkauf der **NEOVITA**-Produkte zu stärken.“

5 JAHRE IN DER SCHWEIZ

Seit fünf Jahren vertritt Eveline Hartmann mit ihrer Firma Schönheit leben GmbH die Marke **NEOVITA** als Generalvertretung in der Schweiz. „Meine Kundinnen und Kunden sind – genau wie ich – begeistert von der Wirkung der Produkte. Die Haut fühlt sich nicht nur sichtbar glatter und gesünder an, sondern strahlt regelrecht. Die Resultate, die ich in der Behandlung erreiche, und die nachhaltige Wirkung durch die Heimpflege sprechen für sich“, berichtet Eveline Hartmann.

NEOVITA™
COSMETICS

NEOVITA COSMETICS Generalvertretung Schweiz
Astrastrasse 13 B · CH-3612 Steffisburg
Tel. +41 (0)33 535 95 66 · info@neovita-cosmetics.ch

TIEFENPFLEGE

1



2



3



4



5



1 LYDIA DAÏNOW „Soin Hydratant“ mit Niacinamid, Nilotica Sheabutter und Ringelblumenextrakt pflegt und schützt die Haut optimal. Die Formel des leichten Feuchtigkeitsfluid stimuliert die Kollagenproduktion, stärkt die Hautbarriere und schützt vor schädlichem Umweltstress. Tel. 041 62 878 31 41, www.lydiadainow.ch **2 AROSHA** Das Sortiment hochwertiger Biocellulose-Masken, angereichert mit einer Mischung spezifischer Inhaltsstoffe, wurde um die Masken „.709 Restore Probiotic Mask“ (wirkt Hautbeschwerden entgegen), „.712 Revital Glow Mask“ (für ein frisches, jugendliches Strahlen), „.713 X-Age Supreme Mask“ (zur Reduktion sichtbarer Altersanzeichen) erweitert. Tel. 034 420 08 00, www.simonkeller.ch **3 QMS MEDICOSMETICS** „Active Glow IllumIntense“ – Serum und Cream – wirken den ersten Anzeichen der Hautalterung wie feinen Linien, einem ungleichmässigen Hautton, dunklen Stellen und Feuchtigkeitsverlust entgegen. Tel. +49 173 260 55 77, <https://qmsmedicosmetics.de> **4 SWISSESTETIC** Das „retinolift concentrate“ verfeinert Falten sichtbar, baut die Hautstruktur auf und hat eine antioxidative Wirkung. Die leichte Textur des Anti-Aging-Serums hinterlässt ein ebenmässiges und frisches Hautgefühl ohne zu kleben. Tel. 041 768 80 80, www.swissestetic.ch **5 VON LUPIN** Das „Azelain Serum“ klärt, verfeinert und beruhigt die Haut ein, wirkt gegen Unreinheiten, Rötungen und Entzündungen. Die Formel aus hochdosierter Azelainsäure und regenerierenden Wirkstoffen dringt tief in die Haut und verschafft wohltuende und nachhaltige Linderung. Tel. +49 40 22 86 34 090, www.von-lupin.com/ch

MAKE-UP TRIFFT HAUTPFLEGE

Make-up kann das Selbstbewusstsein stärken, doch was passiert unter der Oberfläche? Wer täglich Foundation, Puder & Co. nutzt, sollte auch an die Bedürfnisse der Haut denken. Denn ohne richtige Pflege drohen Unreinheiten, Irritationen oder frühzeitige Hautalterung.

Ob dezent oder glamourös – Make-up ist für viele ein fester Bestandteil des täglichen Rituals. Es betont unsere Vorzüge, lässt uns frischer aussehen und gibt uns oft ein gutes Gefühl. Doch unsere Haut hat ihre ei-

genen Bedürfnisse – und die geraten im Alltag schnell in den Hintergrund. Besonders bei häufiger Anwendung kann Make-up die Haut belasten. Umso wichtiger ist es, die richtige Balance zwischen dekorativer Kosmetik und Hautgesundheit zu finden.

GESUNDE HAUT – DIE BESTE MAKE-UP-GRUNDLAGE

Ein ebenmässiges, strahlendes Make-up beginnt nicht mit der Foundation, sondern mit der Hautpflege. Denn nur auf einer gut vorbereiteten, gesunden Haut kann Make-up wirklich



FOTO: PROSTOCK-STUDIO/SHUTTERSTOCK.COM

zur Geltung kommen. Feuchtigkeit, Reinigung und auf den Hauttyp abgestimmte Pflegeprodukte schaffen die Grundlage dafür, dass Foundation & Co. gleichmässig haften, nicht fleckig werden und den ganzen Tag über frisch aussehen.

DIE BASISROUTINE: SCHRITT FÜR SCHRITT ERKLÄRT

1. Reinigung

Morgens und abends unverzichtbar – sanft, aber gründlich. Sie entfernt Schmutz, Make-up-Reste, überschüssigen Talg und Umweltschadstoffe. Eine saubere Haut ist die Grundlage für alle weiteren Pflegeschritte.

2. Tonic (Gesichtswasser)

Stellt den natürlichen pH-Wert der Haut wieder her, wirkt beruhigend und bereitet die Haut optimal auf nachfolgende Wirkstoffe vor.

3. Serum

Intensive Pflege mit gezielter Wirkung – je nach Hautbedürfnis, zum Beispiel Feuchtigkeit, Anti-Aging oder Unterstützung bei Unreinheiten. Die hochkonzentrierten Inhaltsstoffe dringen tief in die Haut ein und entfalten dort ihre Wirkung.

4. Feuchtigkeitspflege

Versorgt die Haut mit Nährstoffen, schützt vor Austrocknung, stärkt die Hautbarriere und unterstützt die Regeneration – individuell abgestimmt auf den jeweiligen Hauttyp.

Tipp

Getönte Sonnencremes oder leichte Fluids sind echte Multitalente – sie verbinden zuverlässigen UV-Schutz mit einem Hauch Farbe und einem ebenmässigen Finish.

5. Augenpflege

Die empfindliche Augenpartie benötigt besondere Aufmerksamkeit. Eine gute Augenpflege mildert Schwellungen, beugt Trockenheit und Fältchen vor und sorgt für einen wachen Blick.

Häufige Fehler beim Kombinieren – und wie man sie vermeidet

- **Weniger ist mehr:** Zu viele Schichten können schnell zu Glanz, Pilling oder Hautstress führen. Eine reduzierte, aber gezielte Produktwahl sorgt nicht nur für besseren Halt, sondern auch für ein schöneres, natürlicheres Finish.
- **Vorsicht bei Wirkstoffen:** Retinol, AHA & Co. können unter Make-up reizen. Morgens lieber milde, feuchtigkeitsspendende Pflege und Wirkstoffe besser abends anwenden.
- **Reihenfolge beachten:** Pflege und Make-up in der richtigen Reihenfolge auftragen – von leicht bis reichhaltig: Serum, Creme, Sonnenschutz, Primer, Foundation.
- **Einziehen lassen:** Zwischen den einzelnen Schritten ein paar Minuten warten. So kann die Pflege besser wirken, und das Make-up hält länger.
- **Nicht zu viel mischen:** Mehrere Produkte mit ähnlichen Wirkstoffen können die Haut überfordern. Lieber etwas sparsamer sein.

6. Sonnenschutz

Ein Muss – das ganze Jahr über, gerade weil viele Foundations keine oder nur minimale Lichtschutzfilter enthalten. Sonnenschutz (30 oder höher) schützt zuverlässig auch unter dem Make-up vor UV-bedingter Hautalterung, Pigmentflecken und erhöhtem Hautkrebsrisiko.

WENIGER IST OFT MEHR: MAKE-UP BEWUSST EINSETZEN

Wer täglich Make-up trägt, sollte nicht nur auf die Optik, sondern auch auf die Inhaltsstoffe achten. Produkte mit vielen synthetischen Duft- oder Konservierungsstoffen können die Haut reizen oder austrocknen. Auch zu schwere Formulierungen verstopfen schnell die Poren – Unreinheiten und Irritationen sind oft die Folge. Besonders im Alltag ist ein natürliches, leichtes Make-up daher völlig ausreichend. Tönungen, getönte Tagescremes oder BB-Creams lassen die Haut atmen, und mit Wirkstoffen wie Hyaluron, Vitamin C oder Niacinamid spenden sie nicht nur Farbe, sondern auch Feuchtigkeit und Schutz. Sie gleichen den Teint aus und lassen die Haut strahlen und unterstützen gleichzeitig die Regeneration. Ideal für alle, die sich ein gepflegtes Hautgefühl wünschen.

ABSCHMINKEN NICHT VERGESSEN!

So wichtig wie das Auftragen ist das richtige Entfernen von Make-up. Wer

am Abend nicht gründlich reinigt, riskiert verstopfte Poren, Entzündungen und langfristige Hautprobleme. Auch wenn das Abschminken manchmal lästig erscheint – es ist ein essenzieller Teil der Hautpflege. Sanfte Reinigungsprodukte, die Make-up und Schmutz gründlich entfernen, ohne die Haut auszutrocknen, sind hier ideal. Anschliessend sollte die gewohnte Pflegeroutine folgen, um die Haut über Nacht zu regenerieren.

FAZIT: SCHÖNHEIT BEGINNT MIT GESUNDER HAUT

Ein perfektes Make-up ist nur so gut wie die Haut darunter. Wer seine Haut regelmässig pflegt, auf ihre Bedürfnisse eingeht und auch bei der Wahl der Kosmetikprodukte achtsam ist, wird langfristig mit einem frischen, ebenmässigen Hautbild belohnt. Make-up und Hautpflege schliessen sich nicht aus – im Gegenteil: Sie ergänzen sich ideal, wenn beide mit Bedacht eingesetzt werden. Fachgerechte Beratung hilft dabei, individuelle Bedürfnisse zu erkennen und Pflege sowie Make-up optimal aufeinander abzustimmen.



Ariane Sestito

ist Kosmetikerin sowie Inhaberin und Geschäftsführerin, Coiffeure und Kosmetik Sestito zum Schwefelbad, Sargans.
www.kosmetik-schweifelbad.ch

ALLES (HAUT-)KLAR?

In unserer Serie liegt der Fokus auf dem grössten Organ: der Haut. Denn für Sie als Kosmetikerinnen ist die Haut auch gleichzeitig Ihr Arbeitsmaterial. Umso wichtiger ist es, dass Ihnen in Sachen Haut – von Epidermis bis hin zur Hypodermis – alles klar ist. Falls noch Fragen offen sind oder Sie Auffrischungsbedarf haben, hilft Ihnen Kosmetikerin und angehende Ärztin Sarah White.

Beim Thema Hautalterung denken wir oft zuerst an Falten. Doch der Alterungsprozess betrifft alle Hautschichten – und ist damit deutlich komplexer, als es auf den ersten Blick scheint.

Neben Falten spielen unter anderem der Verlust von Strukturproteinen wie Kollagen und Elastin, der Abbau von Fettgewebe, das Absinken der Gesichtskonturen, Gefässveränderungen, Pigmentverschiebungen und eine nachlassende Drüsenaktivität eine zentrale Rolle.

Diese Faktoren stehen in enger Wechselwirkung: Wenn sich etwa das Bindegewebe abbaut, kann auch die Durchblutung beeinträchtigt werden – was wiederum die Versorgung der Haut verschlechtert. Hautalterung ist daher ein

ganzheitlicher Prozess, bei dem viele Mechanismen ineinandergreifen.

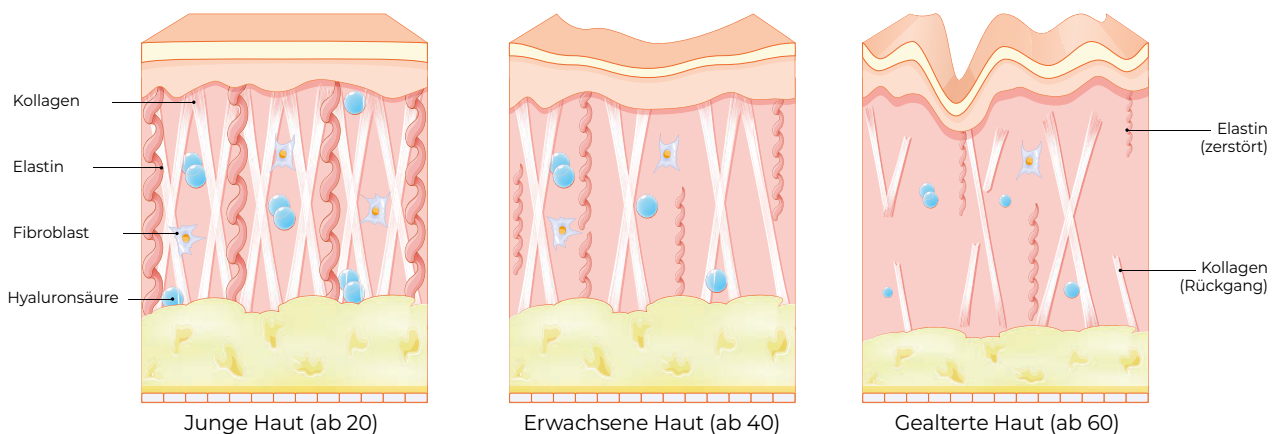
VERÄNDERUNGEN DER EPIDERMIS

- **Dünnerwerden der Epidermis:** Mit zunehmendem Alter flacht die Epidermis ab. Bedingt ist dies durch eine verringerte Zellproliferation durch die Basalzellen des Stratum basale. Die Aktivität der Stammzellen lässt nach, die Folgen sind eine erhöhte Fragilität und Anfälligkeit der Haut gegenüber der Umwelt sowie potenzielle Verletzungen und eine abnehmende Regenerationsfähigkeit.
- **Nachlassende Barrierefunktion:** Die äusserste Barriere der Haut verliert an Effektivität. Der pH-Wert wird zunehmend alkalischer, die Drüsenaktivität von Talg- und Schweißdrüsen

der tieferen Hautschichten lässt nach. Durch verminderte Lipid- und Feuchtigkeitsproduktion wird die Barriere beeinträchtigt, der TEWL erhöht und die Haut so ungeschützter, empfindlicher und zunehmend dehydrierter und trockener.

- **Melanozytenaktivität:** Im Alter nimmt die Anzahl von hautpigmentproduzierenden Melanozyten ab, die Pigmentierung wird ungleichmässiger, und Pigmentstörungen wie Altersflecken können entstehen. Auch Lipofuszinablagerungen nehmen durch oxidative Prozesse zu, was Hyperpigmentierungen begünstigen kann. Übrigens zeigen Studien, dass vor allem eine ungleichmässig pigmentierte Haut, zum Beispiel durch Altersflecken, als gealtert wahrgenommen wird.

Alterungsprozess



Anhand der Grafik lässt sich gut die Hautalterung in den verschiedenen Phasen unseres Lebens erkennen.

SO GEHT ES WEITER:

Diese Teile zum Thema „Hautaufbau“ sind bereits erschienen:

Teil 1: Hautschichten und -funktionen

Teil 2: Hautarten

Teil 3: Epidermis

Teil 4: Ziegelstein-Mörtel-Modell

Teil 5: Dermis

Teil 6: Extrazelluläre Matrix (EZM)

Teil 7: Subcutis/Hypodermis

VERÄNDERUNGEN DER DERMIS

- Abnahme der Kollagen- und Elastinproduktion: Kollagen ist das Hauptstrukturprotein der Dermis und wichtig für Zugfestigkeit. Im Alter lässt die Synthese nach, was zu einem deutlichen Verlust von Konturen führt. Neben der Kollagensynthese ist auch die Elastinproduktion vermindert, wodurch Elastizitäts- und Spannkraftverluste auftreten.
- Verminderte Produktion von Glykosaminoglykane (GAG): Es kommt zur verminderten Bildung von GAGs wie Hyaluronsäure in der extrazellulären Matrix, die durch ihre starke Wasserbindung das Gewebe aufpolstern. Somit reduziert sich das Volumen der Dermis merklich.
- Reduzierte Durchblutung: Blutgefäße der Dermis flachen ab, reduzieren sich in der Anzahl und werden ausserdem instabiler. Entsprechend nehmen Mikrozirkulation und Nährstoffversorgung ab, die Regeneration vermindert sich zusätzlich. Auch Gefäßveränderungen wie Teleangiektasien können auf der Haut sichtbar werden.

VERÄNDERUNGEN DER SUBCUTIS

- Fettgewebsverlust und -umverteilung: Einer der markantesten altersbedingten Veränderungen der untersten Hautschicht ist die Abnahme von subkutanem Fettgewebe. Dies führt insbesondere zu einem merklichen Volumenverlust der Haut, was das Auftreten von Falten und ein eingefallenes Aussehen begünstigt.



Sarah White

Die Autorin ist Kosmetikerin, angehende Ärztin und Trainerin für die Kosmetikbranche sowie Gründerin der Marke iluqua. www.iluqua.com

FUSSGESUNDHEIT *im* FOKUS

Ob in der medizinischen Fusspflege oder der Podologie – kaum ein Körperteil steht so zentral für Mobilität und Lebensqualität wie der Fuss. In dieser Fuss-Ausgabe des Jahres widmen wir uns ganz dem Fundament unseres Körpers mit wissenswerten Fachbeiträgen, praktischen Tipps und aktuellen Erkenntnissen der Prävention.



GESUNDE FÜSSE – SO GEHT'S

Podologen und Fusspfleger übernehmen eine wichtige präventive Funktion in der Gesundheitsversorgung. Durch ihre regelmässige Arbeit am Fuss erkennen sie frühzeitig Auffälligkeiten und können gezielt beraten. Umso wichtiger ist es, gut informiert und vorbereitet zu sein.

Hier sind praktische Tipps zur Vorbeugung von Fusskrankheiten.

Eine gute Fusspflege beginnt mit der täglichen Hygiene. Regelmässiges Waschen der Füsse und sorgfältiges Abtrocknen – insbesondere der Zehenzwischenräume – bilden die Grundlage für gesunde Haut und Nägel, denn sie tragen wesentlich dazu bei,

Infektionen wie Fusspilz oder bakterielle Entzündungen zu vermeiden und die Hautbarriere zu stärken. Gerade in der medizinischen oder kosmetischen Fusspflege zeigt sich, wie wichtig präventive Routinen für das langfristige Wohlbefinden und die Mobilität sind.

TÄGLICHE FUSSHYGIENE

- Füsse täglich mit lauwarmem Wasser waschen, nicht zu heiss.
- Gründlich abtrocknen, besonders zwischen den Zehen (Pilzprophylaxe).
- Milde, pH-neutrale Seifen verwenden.



FOTO: OLGA APANASENKO/SHUTTERSTOCK.COM

REGELMÄSSIGE KONTROLLE

Es ist wichtig, dass die Füsse regelmässig auf Veränderungen, Druckstellen, Risse oder Verfärbungen untersucht werden.

Bei Diabetikern ist bei einer Fussuntersuchung der Sichtbefund allein für ein geschultes Auge schon ausschlaggebend. Nach der Beurteilung der Hautfarbe kann eine Beratung hilfreich sein.

PFLEGE DER HAUT

Das kann der Kunde zu Hause selbst tun, um sein Hautbild zu fördern oder zu verbessern. Es ist sinnvoll, sich um die Pflege der Fuss- und Beinhautareale zu kümmern.

- Täglich eincremen mit feuchtigkeitsspendender Fusscreme (zum Beispiel mit Urea unter zehn Prozent).
- Keine fettigen Cremes zwischen den Zehen (Pilzgefahr).
- Bei beginnenden Entzündungen genügt die ärztliche oder podologische Behandlung allein nicht. Der Patient ist selbst gefordert, mit den wirksamen Hautbehandlungsmitteln oft auch täglich seine Haut zu pflegen.

DIE RICHTIGE NAGELPFLEGE

- Fussnägel gerade schneiden, nicht zu kurz, um eingewachsene Nägel zu vermeiden.
 - Keine spitzen Ecken schneiden.
- Besonders viele mechanisch verursachte Nagelbettbeschädigungen können starke Verdickungen zur Folge haben. Diese dürfen meist mit Fräsern gründlich ausgedünnt werden. Veränderungen im Nagelbett und Falz sind ebenfalls auch weitergehend zu behandeln.

PRÄVENTION: VORBEUGENDE BEWEGUNGSÜBUNGEN

Gleichfalls ist eine Beurteilung der gesamten Fussstellung sowie der Fussform hilfreich. Eine Empfehlung kommt sowohl bei der orthopädischen Versorgung als auch der notwendigen Gymnastik zur Sprache. Ist der Kunde schon mit Igelball oder Fussroller ausgerüstet, wird die Motivation dieser kurzen vorbeugenden

täglichen Übungen neu gestärkt. Den Kunden gegenüber ist ein wichtiges Argument, die Kräftigung der Muskulatur kommt vor der Einlagenversorgung des Fusses.

Bei Bänderschwäche im Fusswurzelbereich wird empfohlen, sehr stabile Fersensocken in der Zeit sportlicher Betätigung zu tragen.

Interessant ist auch die weise Voraussicht des erfahrenen Fusspflegers. So können unter anderem gerötete Druckstellen den Beginn von Fussveränderungen anzeigen. Jetzt gilt es, die höhere Belastung durch entsprechende Massnahmen zu reduzieren. Das Beispiel verschiedener Druckstellen führt immer wieder zu einer nötigen Überprüfung der Gelenkbeweglichkeit. Blockierte Gelenke können mit sanften Bewegungsübungen jeglicher Art im Lauf der Monate wieder frei beweglich werden. Zehenbeugen ist häufig eingeschränkt und kann mit etwas Geduld wiederhergestellt werden.

SO BLEIBEN FÜSSE GESUND

Wahl der Socken:

- Baumwoll- oder Funktionssocken, die Feuchtigkeit gut aufnehmen.
- Täglich wechseln.
- Keine einengenden Gummibänder (Durchblutung!).

Typische Risikofaktoren vermeiden:

- Barfusslaufen in öffentlichen Einrichtungen (Pilzinfektion!).
- Übermässiges Schwitzen unbehandelt lassen (führt zu Fusspilz).
- Verletzungen beim Schneiden der Nägel oder bei der Hornhautentfernung.

Beratung von Risikopatienten:

- Diabetiker: Aufklärung über Neuropathie, Wundrisiken, tägliche Selbstkontrolle.
- Senioren: Fusstraining zur Sturzprophylaxe, regelmässige Pflege.

Richtiges Schuhwerk:

- Bequeme, gut sitzende Schuhe tragen.
- Genügend Platz für Zehen – keine Druckstellen.
- Atmungsaktives Material wählen.
- Bei orthopädischen Problemen gegebenenfalls Einlagen tragen (Podologe/Orthopäde konsultieren).

Fusskrankheiten vorbeugen

Tipps für Podologen und Fusspfleger:

Schulung und Aufklärung:

- Demonstration richtiger Pflege bei Hausbesuchen oder in der Praxis.
- Infomaterial zur Verfügung stellen (Flyer, Checklisten).

Dokumentation und Verlaufskontrolle:

- Haut- und Nagelveränderungen dokumentieren.
- Veränderungen frühzeitig erkennen und gegebenenfalls weiterverweisen.

UMFASSENDE KRANKHEITSBILDER

Fuss- und Beinerrkrankungen sind sehr vielseitig. Sie betreffen Knochen, Gelenke, Muskeln, Sehnen, Bindegewebe, Blut- und Lymphgefässe, verschiedene Hautschichten sowie Stoffwechselorgane und können durch mancherlei Massnahmen erfolgreich angegangen werden. Die ärztliche Behandlung wird hier von den Podologen und Fusspflegern kompetent begleitet und unterstützt.

FAZIT

Prophylaxe ist Teamarbeit: Podologen und Fusspfleger tragen eine zentrale Rolle in der Gesundheitsvorsorge. Durch gezielte Beratung, regelmässige Kontrolle und gute Pflege lassen sich viele Fusskrankheiten vermeiden oder frühzeitig erkennen.



Wolfgang Knörzer

Der Autor ist Geschäftsführer der Praxis für Podologie „Fusspflege Ruck-Knörzer“. Er ist Spezialist mit langjähriger Praxiserfahrung sowie Referent bei Fortbildungslehrgängen, Entwickler der Goldstadt-Spange und Buchautor. www.ruck-knoerzer.de.

LEICHTIGKEIT BEI JEDEM SCHRITT

Unsere Füsse tragen uns durchs Leben – Tag für Tag. Umso wichtiger ist eine fachkundige Pflege, die nicht nur schön macht, sondern auch schützt. Medizinische Pediküre vereint Hygiene, Ästhetik und Gesundheit auf höchstem Niveau.

Füsse sind ein oft unterschätzter Teil unseres Körpers – dabei leisten sie täglich Schwerstarbeit. Sie tragen das gesamte Körpergewicht, reagieren auf Temperaturunterschiede und müssen mechanische Belastungen ausgleichen. Um Beschwer-

den, Infektionen oder Verhornungen vorzubeugen, ist eine regelmässige, professionelle Pflege essenziell. Die medizinische Pediküre geht dabei weit über kosmetische Massnahmen hinaus: Sie unterstützt die Fussgesundheit, lindert Beschwerden und beugt ernsthaften Problemen vor,

Tipp

Eine einmalige Behandlung kann akute Beschwerden lindern, ersetzt jedoch keine kontinuierliche Pflege. Um die Fussgesundheit dauerhaft zu erhalten, sind regelmässige professionelle Behandlungen sowie eine konsequente Pflegeroutine im Alltag empfehlenswert.



FOTO: ALINA TRÖVA/SHUTTERSTOCK.COM

besonders bei Risikopatienten wie Diabetikern oder Senioren.

MEDIZINISCHE PEDIKÜRE: MEHR ALS KOSMETIK

Die medizinische Pediküre ist eine fachgerechte Behandlung von Haut und Nägeln an den Füßen. Sie kombiniert ästhetische Pflege mit therapeutischen Massnahmen – individuell abgestimmt auf den Zustand der Füße. Behandelt werden unter anderem:

- Schwielen und Hühneraugen
- rissige Fersen
- trockene Haut
- eingewachsene Nägel
- Onycholyse (Nagelablösung)

Die Behandlung beginnt stets mit einer sorgfältigen Analyse des Haut- und Nagelzustands. Auf dieser Basis erstellt die Fachkraft einen individuellen Pflegeplan.

ENTFERNUNG VON HORNHAUT: SANFT STATT SCHARF

Hornhaut ist mehr als nur ein kosmetisches Problem – sie kann Schmerzen verursachen, zu Entzündungen führen und das Gangbild beeinträchtigen. Die sanfte Entfernung ist daher ein zentraler Bestandteil jeder medizinischen Pediküre. Ursachen für Hornhautbildung:

- ungeeignetes Schuhwerk (zu eng, zu hart, hohe Absätze)
- Fussfehlstellungen (z. B. Plattfüsse)
- dauerhafte Reibung oder Druck
- trockene Haut
- unzureichende Pflege

Die Haut schützt sich bei Belastung, indem sie sich verdickt. Wird diese Verdickung nicht rechtzeitig behandelt, entstehen schmerzhaftes Schwielen.

NACH DER BEHANDLUNG: REGENERATION UND PFLEGE

Im Anschluss an die Behandlung ist eine beruhigende und pflegende Nachbehandlung unerlässlich. Die gereizte Haut benötigt Feuchtigkeit, Schutz und Unterstützung bei der Regeneration.

Zur Pflege werden feuchtigkeitsspendende Masken oder Cremes mit Inhaltsstoffen wie Urea, pflanzlichen

Methoden zur sanften Hornhaut-entfernung

Für die Behandlung von Schwielen und Hornhaut werden effektive, zugleich hautschonende Verfahren eingesetzt. Ziel ist es, überschüssige Verhornungen zu entfernen, ohne die gesunde Haut zu schädigen.

1. **Enzym-Peeling:** Natürliche Enzyme lösen abgestorbene Hautzellen besonders sanft – ideal für empfindliche oder zu Rissen neigende Hauttypen.
2. **Apparative Behandlung:** Mit einem professionellen Pediküregerät und speziellen Schleifaufsätzen wird Hornhaut gezielt und kontrolliert abgetragen. Dabei bleibt intakte Haut geschützt und das Risiko von Mikroverletzungen wird minimiert.
3. **Fräser und Polierer:** Zum Abschluss der Behandlung kommen feine Fräser und Polieraufsätze zum Einsatz. Sie glätten die Haut und sorgen für ein gleichmässiges, weiches Hautbild.

Ölen (zum Beispiel Avocado-, Jojoba- oder Mandelöl) sowie beruhigenden Extrakten (beispielsweise Kamille oder Panthenol) aufgetragen. Diese helfen, den natürlichen Hautschutzmantel wiederherzustellen und Trockenheit vorzubeugen.

Bei besonders beanspruchter oder rissiger Haut können zusätzlich spezielle Schutzpräparate verwendet werden, die gezielt regenerierend und reizlindernd wirken.

WELLNESS TRIFFT PFLEGE: SPA-PEDIKÜRE ALS MEHRWERT

Die Integration einer SPA-Pediküre in das bestehende Behandlungskonzept kann nicht nur die Servicequalität erhöhen, sondern auch zusätzliche Zielgruppen ansprechen. Typische Bestandteile einer Kombination aus medizinischer Fusspflege und entspannenden Elementen sind:

- Aromatische Fussbäder (z. B. mit Lavendel, Minze oder Zitrusölen) zur Hautvorbereitung und Förderung der Muskelentspannung.
- Pflegemasken und Wickel zur intensiven Feuchtigkeitsversorgung und Verbesserung der Hautstruktur.
- Fussmassagen, die die Durchblutung anregen, Verspannungen lösen und zur allgemeinen Entspannung beitragen.

EMPFEHLUNGEN FÜR DIE HÄUS- LICHE FUSSPFLEGE

Um die Ergebnisse einer professionellen Behandlung langfristig zu erhalten und die Fussgesundheit zu

fördern, ist eine konsequente Pflegeroutine zu Hause empfehlenswert. Folgende Massnahmen haben sich in der Praxis bewährt:

- **Täglich Feuchtigkeit:** Cremes mit 10–20 % Urea, Sheabutter oder Panthenol nach dem Duschen auf trockener Haut auftragen.
- **Wöchentliches Peeling:** Mildes Enzym-Peeling oder sanftes Scrub zur Entfernung abgestorbener Hautzellen anwenden.
- **Nagelpflege beachten:** Nägel gerade schneiden, Ecken nicht abrunden. Pflegende Öle oder Seren regelmässig verwenden.
- **Passendes Schuhwerk:** Bequeme, atmungsaktive Schuhe mit ausreichend Platz für die Zehen beugen Druckstellen und Nagelproblemen vor.

FAZIT: FÜSSE VERDIENEN AUFMERKSAMKEIT

Professionelle Fusspflege ist kein Luxus, sondern eine Form der Selbstfürsorge. Weiterhin ist die medizinische Pediküre eine gezielte, tiefenwirksame Behandlung, die Gesundheit und Wohlbefinden der Füße nachhaltig fördert.



Kristine Lublina

ist Gründerin und Inhaberin der Lublini Beauty Institut GmbH mit über 12 Jahren Erfahrung im Bereich der medizinischen Fusspflege.
www.lublinibeauty.ch





Goldener HERBST

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

Werden Sie so zum Herbsthaut-Profi!

Anbieter	Seite
CellCare Lab AG	32
CNC Skincare GmbH	33

NEU: Brightening Cream

Reduziert Pigmentflecken und schenkt strahlende Haut



GEZIELTE PFLEGE BEI HAUTFLECKEN

Neuheit in der Zellularkosmetik von SwissGeta: Aufhellende Creme – eine Anti-Aging-Pflege, die gezielt Feuchtigkeit spendet, Pigment- und Altersflecken aufhellt und den Hautschutz stärkt.

Schweizer Schneeargen und Saponaria Pumila unterstützen die Hautstruktur und fördern ein sichtbar ebenmäßigeres Hautbild.

SWISSGETA




Cellcare Lab AG

Bahngässli 16
3172 Niederwangen b. Bern
+41 31 312 36 00
www.swissgetal.ch



Fruchtige Multitalente

Gezielte Hautverbesserung – Sichtbarer Behandlungserfolg

cNc
SKINCARE

fruit appeel PROFESSIONAL

fruit appeel
PROFESSIONAL
Dermazeutische
Fruchtsäure

dermazeutische Fruchtsäure
bis 60 %

Fruchtsäureausbildung GRATIS*

*Bei Abnahme des fruit appeel PROFESSIONAL Profipaketes.

Labels on bottles:
 SkinSolution AHA & BHA Peeling Liquid
 10% Moisturizing
 20% Protect & Calm
 40% Firming
 60% Lift & Brightening
 Skin Renewal Complex

UNSER TOP-PRODUKT

Bei fruit appeel PROFESSIONAL sorgen speziell aufeinander abgestimmte, professionelle Kabinenprodukte und effektive Heimpflegeprodukte für eine nachhaltige Hautverbesserung.

Die Kombination aus verschiedenen dermazeutischen Fruchtsäuren mit unterschiedlichen prozentualen Anteilen, ergänzt durch potente Wirkstoffe, gewährleistet fundierte Behandlungserfolge für nahezu jeden Hautzustand.

Fältchen, Narben, Pigmentverfärbungen und unreine Haut werden verbessert. Die Haut erscheint jünger und strahlender.

cNc
SKINCARE

CNC skincare GmbH

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

D

DOSSIER

POLLUTION PROTECTION

Feinstaub, Abgase und andere Umweltbelastungen setzen der Haut täglich zu – besonders in städtischen Lebensräumen. Professionelle Anti-Pollution-Skincare schützt gezielt – und wird so zur wirksamen Verteidigungslinie gegen urbane Hautstressoren. Mehr dazu auf den folgenden Seiten.



URBANE HAUTSCHUTZ

Die moderne Umwelt stellt unsere Haut vor grosse Herausforderungen. Luftverschmutzung, Feinstaub, Abgase und freie Radikale belasten die Hautbarriere täglich. Dies führt zu vorzeitiger Hautalterung, Unreinheiten, Trockenheit und einem fahlen Teint. In urbanen Gegenden kann die Haut besonders leiden – doch gezielte Anti-Pollution-Hautpflege bietet Schutz und Regeneration.

Unsere Haut schützt vor Umwelteinflüssen, doch Feinstaub, Ozon und Schadstoffe durchdringen die Barriere und verursachen oxidativen Stress. Freie Radikale schädigen Zellen, fördern Entzündungen und beschleunigen Hautalterung, sichtbar durch Trockenheit, Rötungen und Pigmentflecken. Besonders in Städten entstehen mehr Falten und ungleichmässiger Teint. Moderne Kosmetik nutzt antioxidative Wirkstoffe zum Schutz.

VITAMIN C – POWERSTOFF FÜR SCHÖNE HAUT

Vitamin C fördert die Kollagenbildung, stärkt die Hautbarriere und stabilisiert den Feuchtigkeitshaushalt. Es schützt vor Umwelteinflüssen,

hemmt die Melaninproduktion und kann so Pigmentflecken aufhellen. Ideal ist die Kombination aus innerer und äusserer Anwendung.

VITAMIN E – REGENERATION UND SCHUTZ

Vitamin E fördert die Zellerneuerung und unterstützt die natürliche Regeneration der Haut. Es verbessert die Elastizität, stärkt die Kollagenstruktur und kann so Fältchen vorbeugen. Besonders reife Haut profitiert von seiner schützenden und straffenden Wirkung.

POLYPHENOLE

Polyphenole, zum Beispiel aus grünem Tee, wirken stark entzündungshemmend und schützen die Haut vor Umwelteinflüssen. Sie lindern Reizungen bei Akne oder Rosazea und

„ANTI-POLLUTION-HAUTPFLEGE IST KEIN LUXUS, SONDERN EINE NOTWENDIGKEIT.“

Ernährung und Lebensstil: Anti-Pollution von innen

Um die Haut effektiv vor Umweltverschmutzung und freien Radikalen zu schützen, muss sie nicht nur topisch gepflegt werden, sondern auch von innen gestärkt. Denn was wir essen und wie wir leben, hat einen entscheidenden Einfluss auf die Gesundheit und Widerstandskraft unserer grössten Körperoberfläche.

Eine antioxidantienreiche Ernährung mit viel Obst, Gemüse und Omega-3-Fettsäuren stärkt die Haut von innen, neutralisiert freie Radikale und schützt vor oxidativem Stress.

Zusätzlich empfiehlt sich der regelmässige Genuss von grünem Tee. Die enthaltenen Polyphenole schützen die Hautzellen und fördern ihre Regeneration. Und natürlich darf Wasser in einer ausgewogenen Ernährung nicht fehlen – es unterstützt die Entgiftung über die Haut und hält sie geschmeidig.

Wer also Wert auf ein jugendliches, ebenmässiges Hautbild legt, sollte neben der richtigen Pflegeroutine auch auf eine antioxidantienreiche Ernährung setzen. Denn von innen heraus gepflegt, kann die Haut Umweltstressoren langfristig effektiver standhalten.

können laut Studien sogar vor UV-Schäden schützen – ein natürlicher Schutzfilter speziell für empfindliche Haut.

NIACINAMID

Niacinamid (Vitamin B3) stärkt die Hautbarriere, reguliert den Feuchtigkeitshaushalt und wirkt antioxidativ. Es hilft bei Rötungen, Unreinheiten und Pigmentflecken – für einen ebenmässigen Teint. Zudem schützt es die Haut vor dem Eindringen schädlicher Umweltstoffe.

MIKROBIOMFREUNDLICH

Ein ausgeglichenes Hautmikrobiom ist zentral für gesunde, strahlende Haut. Präbiotika wie Ballaststoffe nähren die guten Bakterien, während Probiotika das Mikrobiom aktiv stärken. So helfen sie, die Haut gesund zu halten, und leisten einen wichtigen Beitrag zu ganzheitlicher Pflege, die über Reinigung und Feuchtigkeit hinausgeht.

MINERALISCHE FILTER

Zinkoxid und Titanoxid sind wichtige mineralische UV-Filter, die UV-Strahlen mechanisch reflektieren und streuen – ohne chemische Reaktion. Sie bieten zuverlässigen, hautverträglichen Schutz vor Sonne, Feinstaub und Umweltpartikeln. Stabil und langlebig schützen sie die Haut langfristig und gelten als umweltfreundliche Alternative zu chemischen Filtern.

AKTIVKOHLE

Nach der Belastung durch Schadstoffe ist eine gezielte Entgiftung der Haut besonders wichtig. Aktivkohle ist hierfür ein bewährter Wirkstoff:

Durch ihre poröse Struktur besitzt sie eine enorme Oberfläche, die Schadstoffe, überschüssigen Talg, Make-up-Reste und sogar Schwermetalle wie ein Schwamm bindet und aus der Haut aufnimmt.

So sorgt Aktivkohle nicht nur für porentiefe Reinigung, sondern hilft auch, Entzündungen zu lindern und die Haut zu beruhigen. Das Ergebnis ist ein klarerer, ebenmässiger Teint – und eine Haut, die wieder frei atmen kann. Ideal für alle, die ihre Haut nach Umweltstress regenerieren und sichtbar klären möchten.

SANFTE PEELINGS

Milde Peelings verzichten auf grobe Partikel und aggressive Zusätze. Sie entfernen sanft abgestorbene Hautzellen, ohne zu reizen oder auszutrocknen. Die cremige Textur fördert den Erneuerungsprozess und eignet sich ideal für die tägliche Anwendung – für ein klares, glattes und strahlendes Hautbild.

ANTI-POLLUTION-PFLEGE IN DREI SCHRITTEN

Eine konsequente Pflegeroutine ist essenziell, um die Haut widerstandsfähig zu halten.

Folgende Empfehlungen sind für eine gesunde Haut bedeutend. Ich gebe diese gerne als kleinen Reminder meinen Kunden mit nach Hause. So empfehle ich als Basis ein sanftes, mehrstufiges Reinigungsritual:

- Reinigungsgel – entfernt fettlösliche Schadstoffe wie Make-up, Talg und Umweltverschmutzungen gründlich und schonend.
- Sanfter Toner – klärt die Haut von Feinstaub und Rückständen.

- Mildes mechanisches Peeling (1x täglich) – löst behutsam abgestorbene Hautschüppchen und sorgt für ein natürlich glattes Hautbild.

Nach der Reinigung kann die Haut Pflegeprodukte optimal aufnehmen. Für den Schutz und die Feuchtigkeit empfehle ich morgens:

- Ein antioxidatives Serum, das vor freien Radikalen und Umwelteinflüssen schützt.
- Eine barriere-stärkende Gesichtsschmelze, die langanhaltend Feuchtigkeit spendet, ohne zu fetten.
- Sonnenschutz als letzten Schritt, um UV-bedingte Hautalterung zu verhindern.

Diese einfache 3-Schritte-Routine sorgt für ein gesundes, ebenmässiges und jugendliches Hautbild – den ganzen Tag lang.

FAZIT: SCHUTZ IST PFLEGE

Anti-Pollution-Hautpflege ist kein Luxus, sondern eine Notwendigkeit, besonders in städtischen Regionen. Mit der richtigen Routine und hochwertigen Inhaltsstoffen kann die Haut vor schädlichen Umwelteinflüssen geschützt und regeneriert werden. Ergänzend wirken eine bewusste Ernährung und einfache Detox-Rituale wahre Wunder.



Stephanie Seng

Die Autorin betreibt ihr eigenes Kosmetikinstitut in der Freiburger Altstadt. Sie ist Kosmetikerin, Ernährungsberaterin und Aesthetic Therapeutin.



GLOW AND THE CITY

Das pulsierende Leben zwischen Cafés, Kultur und Kreativität schenkt uns Energie – und stellt die Haut unserer Kunden und auch unsere eigene Haut vor ganz besondere Herausforderungen.

Die gute Nachricht: Mit den richtigen Pflegekonzepten können wir urbane Einflüsse nicht nur abwehren, sondern den Teint sogar zum Strahlen bringen.

Als Kosmetikerin und Trainerin sehe ich täglich, wie gezielte Anti-Pollution-Strategien die Haut von Stadtbewohnern frisch, ebenmässig und jugendlich erhalten. Lassen Sie uns deshalb gemeinsam die Chancen nutzen, die moderne Wirkstoffkosmetik und moderne Treatments bieten, und unserer Kundschaft ein sichtbares Plus an Vitalität und Glow schenken. Die Haut von Stadtbewohnern altert schneller, wirkt müder, fahler und neigt zu vermehrten Pigmentverschiebungen. Schuld daran ist nicht nur UV-Strahlung, sondern auch ein Cocktail aus Feinstaub, Stickoxiden, Ozon und polyzyklischen aromatischen Kohlenwasser-

stoffen (PAK), dem unsere Haut tagtäglich ausgeliefert ist. In einer urbanisierten Welt ist es daher entscheidend, unsere Pflegekonzepte im Kosmetikinstitut neu zu denken – mit einem klaren Fokus auf Anti-Pollution und Antioxidantien.

WAS VERSCHMUTZTE LUFT MIT UNSERER HAUT MACHT

Feinstaubpartikel (PM2.5 und PM10) sind mikroskopisch klein – kleiner als Poren – und können tief in die Epidermis eindringen. Dort aktivieren sie unter anderem den Aryl-Hydrocarbon-Rezeptor (AhR) in Hautzellen, der Entzündungsprozesse, die Melaninbildung und die Aktivität der Matrix-Metalloproteinasen

(MMPs) ankurbelt. Diese bauen wiederum Kollagen und Elastin ab – mit sichtbaren Folgen: Falten, schlaffe Konturen und dunkle Flecken.

Besonders spannend in diesem Zusammenhang ist eine Langzeitstudie aus China, bei der über mehrere Jahre hinweg Frauen aus Grossstädten mit Frauen vom Land verglichen wurden. Das Ergebnis: Die urban lebenden Probandinnen entwickelten signifikant mehr Pigmentflecken, feine Linien und einen glanzlosen Teint.

Der Grund? Das oxidative Potenzial in Städten ist deutlich höher (Quelle: Vierkötter et al., Journal of Investigative Dermatology, 2010).

Die Effekte erinnern stark an jene von Nikotin auf die Haut – auch hier sehen wir vermehrt Pigmentstörungen, einen fahlen Hautton und beschleunigte Hautalterung. Stadtleben ist also – hautbiologisch betrachtet – ein Risikofaktor wie das Rauchen.

ANTIOXIDANTIEN – STILLE SUPERHELDEN IN DER KOSMETIK

Wer in der Stadt lebt, braucht mehr als nur Feuchtigkeit und Sonnenschutz: Er braucht Schutz vor oxidativem Stress. Und genau hier kommen Antioxidantien ins Spiel. Sie neutralisieren freie Radikale, bevor diese Schäden in Zellen, DNA und Proteinen anrichten können. Antioxidantien wirken damit wie ein molekulares „Anti-Rost-Mittel“ für unsere Haut.

EFFEKTIVE ANTI-POLLUTION-PFLEGEROUTINE

Um den täglichen Belastungen durch Luftverschmutzung zu begegnen, ist es wichtig, dass Sie Ihren urbanen Kundinnen eine gezielte und durchdachte Pflegeroutine und Treatments empfehlen:

1. Gründliche Reinigung – der erste Verteidigungsschritt

Morgens und abends sollten schädliche Partikel mit einem milden, und effektiven Reinigungsprodukt entfernt werden. Milde Schäume oder enzymatische Reiniger eignen sich besonders gut. In der Kabine bieten sich Detox-Reinigungen auch gerne mit Anteilen von AHA und/oder BHA an.

2. Antioxidative Pflege – der Schutzschild von innen

Seren, Ampullen oder Konzentrate mit hochkonzentrierten Antioxidantien sind das Herzstück der Anti-Pollution-Pflege. Sie sollte täglich direkt nach der Reinigung am Morgen und am Abend aufgetragen werden, um freie Radikale sofort zu neutralisieren. Bitte achten Sie hier auf einen guten Mix von antioxidativen Wirkstoffen und bieten auch immer wechseln-de Seren an.

3. Feuchtigkeit und Schutz – die Barriere stärken

Die Tagespflege sollte nicht nur mit einem Breitband-Lichtschutzfaktor ausgestattet sein, sondern auch hautberuhigende und antioxidative Inhaltsstoffe enthalten. Niacinamid, Panthenol und Hyaluronsäure sind hier besonders hilfreich. Hier ist

Die wichtigsten Antioxidantien in der Kosmetik:

- **Vitamin C (Ascorbinsäure):** Regt die Kollagenbildung an, wirkt aufhellend und schützt vor lichtbedingter Hautalterung.
- **Vitamin E (Tocopherol):** Fettlöslich, schützt Zellmembranen und verstärkt die Wirkung von Vitamin C.
- **Niacinamid (Vitamin B₃):** Stärkt die Hautbarriere, reduziert Pigmentstörungen und wirkt entzündungshemmend.
- **Polyphenole (zum Beispiel aus grünem Tee oder Weintrauben):** Pflanzenstoffe mit hohem antioxidativem Potenzial, ideal bei empfindlicher oder gestresster Haut.
- **Coenzym Q10:** Unterstützt die Energieversorgung der Zellen und schützt vor oxidativem Abbau.

Diese Wirkstoffe sind keine Trends, sondern Pflichtbestandteile jeder urbanen Pflegeroutine – sowohl im Institut als auch zu Hause.

das Thema Lichtschutz nicht nur für die sonnigen Tage wichtig, sondern auch für die tägliche Routine bei jedem Wetter. Im Winter wie im Sommer!

4. Abends regenerieren – nachts wird repariert

Die optimale Nachtpflege kann die Haut verstärkt reparieren. Produkte mit Retinol, Peptiden oder Resveratrol regen die Zellneubildung an und helfen, Umweltschäden zu kompensieren. Während wir friedlich und entspannt schlafen, arbeitet unsere Haut in Höchstleistung.

FAZIT

Wir leben in einer Zeit, in der „nur schön pflegen“ nicht mehr ausreicht. Wer in der Stadt lebt, braucht Strategien, um die Haut aktiv vor Umweltbelastungen zu schützen. Anti-Pollution-Skincare ist dabei nicht nur ein Trend, sondern auch eine Notwendigkeit – vor allem, wenn wir den Unterschied zwischen biologischem und umweltbedingtem Altern ausgleichen wollen.

Denn während das biologische Altern ein natürlicher, genetisch gesteuerter Prozess ist – geprägt durch die Zellteilung, den Hormonspiegel und die chronologische Zeit –, wird das umweltbedingte Altern massgeblich durch äussere Einflüsse beschleunigt. Dazu zählen UV-Strahlung, Luftverschmutzung, Feinstaub, Ozon, Blaulicht und oxidativer Stress.

Diese Umweltfaktoren führen zur sogenannten exogenen Hautalterung – erkennbar an vorzeitigen Falten, Elastizitätsverlust, Pigmentverschiebungen, erweiterten Poren und fahler Haut. Die exogene Hautalterung können wir mit

unzählbar vielen Möglichkeiten aufhalten, minimieren und sogar ein wenig zurückspulen. Genau hier setzen unser Wissen und unsere Kompetenzen als Kosmetikerin an.

Mit effektiven Treatments, apparativen Massnahmen, Einschleusungen von Antioxidantien, Abtragen von hyperpigmentierter Haut und deren Aufhellung, Vermindern von übersteigerter Melaninproduktion und Schutz vor neuen „Rost-Flecken“ und dauerhaftem Aufbau von gezielten Schutzmechanismen, Barriestärkern und intelligenten Reinigungssystemen können wir den Alterungsprozess verlangsamen, die Entstehung von Hyperpigmentierungen mindern, Schäden abpuffern und die Haut lange jugendlich und widerstandsfähig erhalten.

Kurz gesagt: Biologisches Altern ist unser Geburtsrecht – wie schnell wir altern, entscheiden wir jedoch selbst. Und in der Stadt ist dieser Einfluss grösser denn je. Antioxidantien sind dabei unser stärkstes Werkzeug. Sie reparieren, schützen, beugen vor – und gehören deshalb in jede Tages- und Kabinenpflege. Wer seinen Kundinnen langfristige Hautgesundheit und sichtbare Ergebnisse versprechen möchte, sollte bei Anti-Pollution nicht nur mitreden, sondern auch vorangehen.



Antje Maul-Meyer

Die Autorin ist Beauty-Businesscoach und ausgebildete Kosmetikerin.

www.antjemeyer.com Instagram: @antjemeyer_

FRISCHE HAUT TROTZ SMOG

Hektik, Bildschirmlicht und Grossstadtsmog – unsere Haut bekommt mehr mit, als wir denken. Anti-Pollution-Pflege schützt sie vor den unsichtbaren Belastungen des Alltags und ist längst mehr als nur ein Trend.

Anti-Pollution-Skincare, also Kosmetik, die gegen Umweltbelastungen und deren Auswirkungen auf unserer Haut helfen soll, liegt voll im Trend. Natürlich kommt dieser Hype wieder aus Asien, denn dort hat die Luftverschmutzung viel grössere Ausmasse erreicht als bei uns, und in Korea spricht man mittlerweile von „Anti-Polluaging“: Jungendliches Aussehen hat einen neuen Feind, und der heisst Stadtluft.

Feinstaub, Smog, Rauch und Abgase schädigen nicht nur die Schleimhaut unserer Lunge, sondern tragen auch nachweislich zur Hautalterung bei.

WAS MACHT DRECKIGE LUFT MIT UNSERER HAUT?

Dies ist ein komplexes Thema, denn Stadtluft enthält nicht einfach nur

ein paar Staubkörnchen. Bei Feinstaub handelt es sich um feinste Teilchen, die etwa durch Verbrennung entstehen und sich in der Atmosphäre verteilen. An diesen Partikeln haften organische Substanzen und Schwermetalle, die die Haut irritieren, entzünden und bis in tiefe Hautschichten vordringen können, wo sie Alterungsprozesse befeuern. Ausserdem können Russpartikel zu Pigmentflecken führen, ein weiterer unbeliebter Aging-Faktor.

Ausserdem haben sie einen ähnlichen Einfluss auf das hauteigene Kollagen- und Elastin wie UV-Strahlung und sorgen ebenfalls für die Entstehung freier Radikale. Als weiteren Nebeneffekt produziert die Haut in verschmutzter Luft mehr Talg; dafür nimmt der Gehalt an Vitamin E und Squalen ab, die oxidativen Stress fernhalten könnten.

FREIE RADIKALE

Freie Radikale sorgen für oxidativen Stress. Genauer gesagt, sind es freie Sauerstoffmoleküle, denen ein Molekül fehlt. Um dieses zu ersetzen, greifen sie unsere gesunden Zellen an. Dies passiert vor allem durch ein Ungleichgewicht dieser freien Radikale und Antioxidantien als Radikalfänger. Antioxidantien machen die freien Radikale unwirksam und schützen so unsere Zellen.

Übrigens: Diese chemische Reaktion lässt sich gut mit einem Apfel veranschaulichen, der an der Luft oxidiert und braun wird.

Um freie Radikale zu neutralisieren, enthält Hautpflege mit Anti-Pollution-Wirkstoffen wertvolle Antioxidantien und Inhaltsstoffe, die sich wie ein unsichtbares Schutzschild über die Haut legen und Belastungen



FOTOS: MAVOPHOTO, BLACKDAY/SHUTTERSTOCK.COM

von der Haut abschirmen. Vitamin C und Vitamin E haben sich bereits als starke Antioxidantien für die Haut bewährt. Auch Coenzym Q10, Extrakte aus Grüntee, Braunalge, sowie Niacinamid sind beliebte Wirkstoffe in Anti-Pollution-Kosmetik.

Ein entsprechender Lichtschutzfaktor sorgt für Schutz gegen UV-A und UV-B. UV-Schäden sind der hauptverantwortlich für unsere Hautalterung. Deshalb gilt natürlich das tägliche Verwenden eines hohen LSF als besser Schutz. Dabei sollte täglich, auch bei vermeintlich schlechtem Wetter, ausreichender UV-Schutz aufgetragen werden an 365 Tagen im Jahr.

WEITERE FAKTOREN

Die Stärkung der hauteigenen Schutzfunktion: Unsere Haut kann sich zum Teil natürlich auch selbst gegenüber schädlichen Faktoren behaupten. Die natürliche Schutzfunktion besteht hauptsächlich durch die natürliche Barriere unserer Haut, eine Schicht aus toten Hautzellen, die vornehmlich durch Ceramide als natürlicher Zement zusammenge-

halten werden. Ist diese Hautbarriere nicht intakt, wird unsere Haut anfälliger für Schädigungen durch die Umwelt. Es gibt bestimmte Cremes mit hautidentischer Struktur, diese sind bei Barrierestörungen sehr empfehlenswert.

Schon in 2010 wurden die Haut in einer Langzeitstudie an 400 älteren Frauen aus dem Ruhrgebiet und dem Landkreis Borken ausgewertet. Beim Betrachten ihrer Haut stellte sein Team fest: Frauen, die in schmutziger Luft lebten, hatten etwa 20 Prozent mehr Pigmentflecken im Gesicht als Frauen vom Lande.

UV-Strahlen und Blue Light schädigen die Haut zusätzlich. Anti-Pollution-Kosmetik ist also ein weites Feld.

DIGITAL AGING DURCH BLUE LIGHT

Unter Blue Light verstehen wir das künstliche Licht der Bildschirme, zum Beispiel von Smartphone, Tablet oder Computer. Es wird auch als HEV-Strahlung/-Licht bezeichnet, dies bedeutet High Energy Visible, also hochenergetisches, sichtbares

Licht. Mit einer Wellenlänge von 380 bis 500 Nanometern, liegt es direkt neben dem UV-Licht (100 bis 400 nm). Blue Light ist auch zu einem geringen Anteil im natürlichen Tageslicht enthalten, jedoch strahlen die oben genannten Bildschirme dieses Licht viel intensiver aus.

Insbesondere in Zeiten von Homeoffice, digitalem Lesen und regelmässiger Smartphone-Benutzung kommt man im Schnitt auf bis zu sieben Stunden Bildschirmzeit täglich, dies ist Stress für unsere Augen und auch für die Haut – Urban Pollution oder auch Indoor Smog sind Begriffe, die in diesem Zusammenhang fallen.

Die Folgen, die schädliche Umwelteinflüsse haben, sind vielfältig:

- Rötungen (Mikroentzündungen),
- Hyperpigmentierung oder Pigmentflecken,
- ein fahler Teint,
- Schwächung der Hautschutzbarriere, Fremdstoffe können so leichter eindringen und Irritationen sowie Allergien begünstigen.
- Es kommt zur Bildung von freien Radikalen und oxidativem Stress. Dies wiederum fördert Schädigungen der Kollagen- und Elastinfasern und wirkt sich auf die Regenerationsfähigkeit unserer Haut aus.
- Die Haut wird insgesamt trockener, empfindlicher und altert schneller.
- Entzündliche Hautveränderungen sowie Ekzeme, Neurodermitis und Pigmentstörungen und Falten werden auf diese Weise begünstigt.
- Die Poren können schneller verstopfen, es kommt zu Hautunreinheiten. Die Haut wirkt insgesamt fahler.

Anti-Pollution-Kosmetik – aber wie?

Anti-Pollution-Kosmetik muss keinesfalls so heissen, es gibt viel mehr bestimmte Inhaltsstoffe oder Routinen, die dabei helfen können, unsere Haut langfristig zu schützen und möglicherweise Schädigungen durch Umweltfaktoren zu reparieren.

1. Eine gründliche, aber sanfte Gesichtsreinigung entfernt Schmutz und Feinstaub von der Haut. Deshalb sollte die Gesichtsreinigung morgens und abends gewissenhaft durchgeführt werden. Die Reinigungsroutine wird mit einem Toner abgeschlossen, der den pH-Wert der Haut wiederherstellt, um nachfolgende Pflegepräparate aufzunehmen. Dabei jedoch keinesfalls zu aggressiven und austrocknenden Produkten greifen.
2. Serum mit Antioxidantien und Inhaltsstoffen gegen Pigmentflecken. Dies beugt oxidativem Stress vor und ist somit ein wichtiger Aspekt. Teilweise sind Radikalfänger ohnehin auch wirksam gegen Pigmentflecken, beispielsweise Vitamin C oder Niacinamide.
3. Pflege mit hautidentischer Struktur zur Stärkung der hauteigenen Barrierefunktion.
4. Täglich UV-Schutz verwenden und bei intensiver Nutzung von digitalen Geräten auch mit Wirkstoffen gegen die Auswirkungen von Blue Light.
5. Professionelle Behandlung im Kosmetikinstitut für eine intensive Wirkstoffzufuhr. Je nach Indikation auch bei überschüssigen Pigmentflecken oder für mehr Glow, dann auch gerne mit intensiveren Peelings, um den „Grauschleier“ von der Haut abzutragen. Danach unbedingt etwas zur Stärkung der Hautbarriere und Regeneration auftragen.

Anti-Pollution-Algenmasken sind eine beliebte Anwendung für die Kabine.



Susanne Pfau

Die staatlich geprüfte Kosmetikerin und Heilpraktikerin mit eigenem Institut ist Inhaberin der Firma Pfau Cosmetics. Susanne Pfau ist spezialisiert auf Problemhaut und Pigmentflecken sowie Anti-Aging. www.susannepfau.de

SCHUTZ VOR UMWELTSTRESS

Luftverschmutzung zählt zu den unterschätzten Auslösern vieler Hautprobleme – von Akne bis Psoriasis. Auch die Hautalterung wird dadurch beschleunigt, vor allem im urbanen Raum. Unsere Haut steht dabei ständig im direkten Kontakt zur Umwelt.

Vor allem in urbanen Lebensräumen gilt die Luftverschmutzung als ernst zu nehmender Einflussfaktor für Dermatosen, Hautalterung und auch für die Entstehung von Hautkrebs.

EXOGENE FAKTOREN

Die Liste der exogenen Faktoren, vor denen die Haut geschützt werden muss, ist lang:

- Diverse Strahlungen: UV-Strahlung, IRA-Strahlung, Blue Light
- Rauchen
- Feinstaub
- Ozon
- Niedrige Temperaturen und Luftfeuchtigkeit

LUFTSCHADSTOFFE

Unter Luftverschmutzung versteht man die Verunreinigung von Aussen- und Innenräumen (Haushalten)

durch chemische, physikalische oder biologische Stoffe, die die natürlichen Eigenschaften der Atmosphäre verändern. Nahezu die gesamte Weltbevölkerung (90 Prozent) ist täglich mit Luftverschmutzung konfrontiert. Im Jahr 2019 wurde die Luftverschmutzung von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) als grösstes umweltbedingtes Gesundheitsrisiko für den Menschen eingestuft.

Luftverschmutzung, Feinstaub, Ozon und Stickoxide gehören in Grossstädten längst zum Alltag – und wirken täglich auf die Haut ein. Diese Form der „urbanen Pollution“ zählt heute zu den wichtigsten exogenen Stressfaktoren, die vorzeitige Hautalterung, Irritationen und eine gestörte Hautbarriere begünstigen.

Studien zeigen, dass die Exposition gegenüber hohen Konzentrationen verschiedener Umweltfaktoren – darunter ultraviolette (UV-)Strahlung, Luftschadstoffe im Aussenbereich wie polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe (PAKs), flüchtige organische Verbindungen (VOCs), Feinstaub (PM), Schwermetalle sowie gasförmige Schadstoffe wie Kohlenmonoxid (CO), Stickoxide (NO_x), Schwefeldioxid (SO₂), Ozon (O₃) – die physiologische Barrierefunktion der Haut stören können.

Darüber hinaus spielen sowohl die Intensität der Schadstoffe als auch die Dauer der Exposition eine wesentliche Rolle. Luftschadstoffe stehen im Verdacht, eine Vielzahl von Hautveränderungen und Erkrankungen auszulösen oder zu verschlimmern

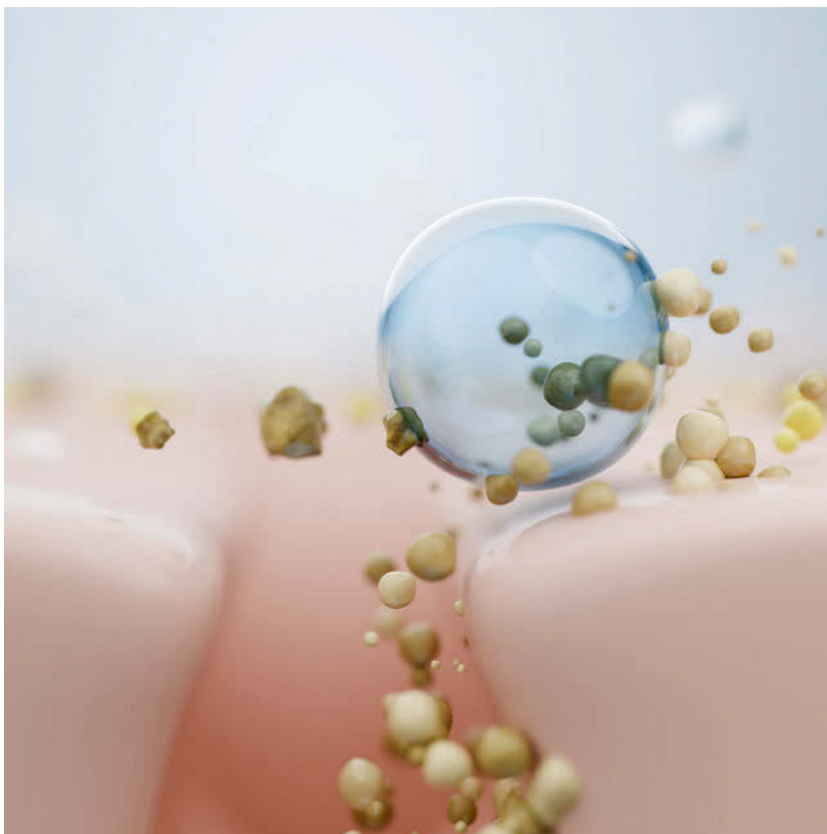


FOTO: WANGMANDO/SHUTTERSTOCK.COM

– etwa Hautalterung, entzündliche Hauterkrankungen (wie atopische Dermatitis, Psoriasis, Akne) sowie kanzerogene Veränderungen. Die Art und Weise, wie Schadstoffe mit der Haut interagieren, hängt dabei von den spezifischen Eigenschaften der jeweiligen Substanz ab. Zudem scheint die Schädigung der Hautbarriere eng mit der vermehrten Bildung reaktiver Sauerstoffspezies (ROS), der Auslösung von oxidativem Stress sowie der Ausschüttung entzündungsfördernder Zytokine verbunden zu sein.

DER FEINSTAUB

Studien belegen, dass Luftverschmutzung Hautalterung fördert. Insbesondere spielen PAKs im Russ eine grosse Rolle. Sie werden in der Haut zu Chinonen umgewandelt, die oxidativen Stress verursachen. PAKs haben lipophile Eigenschaften und können so die Hautbarriere durchdringen, wo sie Melanozytenproliferation und Faltenbildung induzieren können. Sie können darüber hinaus die Lipidzusammensetzung verändern, zu Protein- und Lipidoxidation führen und den pH-Wert der Haut verändern. Auch die Sebumproduktion, inflammatorische Marker und der Kollagen- sowie Elastingehalt der Haut können sich durch Feinstaubbelastungen verändern.

Ozon gilt als potentes Oxidans und verbraucht Vitamin E (hauteigenes Antioxidans), was wiederum zur Bildung freier Radikale und somit zu oxidativem Stress führt.

ANTI-POLLUTION-SCHUTZ-KONZEPTE

Die beschriebenen Luftschadstoffen täglich an der Haut – insbesondere in städtischen oder industriellen Umgebungen. Diese mikroskopisch kleinen Partikel lagern sich zusammen mit Talg und Schweiß ab. Daher ist die Reinigung der Haut so entscheidend.

Feinstaub und luftgetragene Schadstoffe sind so klein, dass sie sich tief in die Haut einlagern können. Eine effektive Reinigung ist notwendig, um diese Rückstände zuverlässig zu

entfernen – bevor sie die Hautbarriere durchdringen und dort oxidative Prozesse auslösen.

Ausserdem nimmt eine gereinigte Haut Pflegeprodukte mit Antioxidantien, Feuchtigkeitsbinder oder Barriestärker deutlich besser auf. Ohne gründliche Reinigung kann selbst die beste Anti-Pollution-Pflege ihre Wirkung nicht vollständig entfalten. Da sich Sonnenlicht (insbesondere UV-A-Strahlung) und Feinstaub/PAKs gegenseitig in ihren negativen Auswirkungen verstärken, sollte als Präventionsstrategie ein Oberflächenschutz (UV-A-Filter/Sonnenschutzmittel und Antioxidantien) eingesetzt werden.

Als wissenschaftlich gut untersuchte Zellschützer beziehungsweise Antioxidantien gelten die verschiedenen Formen von Vitamin E.

STARKE ANTIOXIDANTIEN

Ein starkes Antioxidans, das die Haut vor freien Radikalen schützt und den Alterungsprozess der Haut verlangsamen kann, ist Tocopherol, die natürliche Form von Vitamin E, während Tocopheryl-Acetate die stabilisierte, synthetische Form sind. Es glättet das Hautrelief, steigert das Feuchthaltevermögen der Haut und hat eine photoprotektive Wirkung, indem es den schädlichen Wirkungen der UV-Strahlung entgegenwirkt. Ferulasäure ist eine pflanzliche Verbindung, die als Antioxidans wirkt. Sie hilft, die Haut vor Umwelteinflüssen zu schützen, die Hautalterung zu verlangsamen und die Wirkung anderer Antioxidantien wie Vitamin C und E zu verstärken. Es wurde festgestellt, dass Polyphenole eine antioxidative und entzündungshemmende Wirkung haben und die Genexpression und Aktivität von Enzymen wie Hyaluronidase, Matrix-Metalloproteinase (MMP) Kollagenase hemmen können. Für die Kosmetik ist das Wissen über die Auswirkungen von Umweltbelastungen besonders wertvoll. Dieses kann bei der Hautanalyse sowie der Pflegeberatung berücksichtigt werden. Ziel ist es, die Haut zu stärken, vor Umwelteinflüssen zu schützen und die Regeneration zu fördern.

Quellen:

- Abolhasani, Ruhollah, et al. „The impact of air pollution on skin and related disorders: a comprehensive review.“ *Dermatologic therapy* 34.2 (2021): e14840.
- Coats, J. G., Maktabi, B., Abou-Dahech, M. S., & Baki, C. (2021). Blue Light Protection, Part I-Effects of blue light on the skin. *Journal of cosmetic dermatology*, 20(3), 714–717. <https://doi.org/10.1111/jocd.13837>
- Dähnhardt, D., Seebach, A. V., Dähnhardt-Pfeiffer, S., & Segger, D. (2022). Blue Light and Premature Skin Aging–New In Vivo Test Method. *SOFW Journal (English version)*, 148.
- Daniels, C. Wie Umweltverschmutzung die Haut malt. *tratiert. CME* 9, 55–56 (2012). <https://doi.org/10.1007/s11298-011-1101-1>
- Dini, Irene, and Sonia Laneri. „The new challenge of green cosmetics: Natural food ingredients for cosmetic formulations.“ *Molecules* 26.13 (2021): 3921.
- Egawa/Oguri et al. (2002): „Effect of Exposure of human skin to a dry environment“, in: *Skin Research and Technologie* 8(4), 212-218
- Engelbrechts, K. A., Johansen, J. D., Kezic, S., Linneberg, A., & Thyssen, J. P. (2016). The effect of environmental humidity and temperature on skin barrier function and dermatitis. *Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology* : JEADV, 30(2), 223–249. <https://doi.org/10.1111/jdv.13301>
- Ferreira, Marta Salvador, et al. „Trends in the use of botanicals in anti-aging cosmetics.“ *Molecules* 26.12 (2021): 3584.
- Goad/Gawkrödger (2016): „Ambient humidity and the skin: the impact of air humidity in healthy and diseased states“, in: *Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology* 30(8), 1285-1294
- Krutmann, J. (2003). Vorzeitige Alterungsprozesse durch Umwelteinflüsse: Molekulare Untersuchungen am Modellorgan Haut.
- Marrot, L. (2018). Pollution and sun exposure: A deleterious synergy. Mechanisms and opportunities for skin protection. *Current Medicinal Chemistry*, 25(40), 5469–5486.
- Megna/Ayala et al. (2014): „Effects of climate changes on skin diseases“, in: *Expert Review of Anti-infective Therapy*
- Rembieska, J., Ruzgas, T., Engblom, J., & Hølefors, A. (2018). The impact of pollution on skin and proper efficacy testing for anti-pollution claims. *Cosmetics*, 5(1), 4.
- Roberts, Wendy. „Air pollution and skin disorders.“ *International journal of women's dermatology* 7.1 (2021): 91-97.
- Schroeder, P., & Krutmann, J. (2009). IRA-Schutz: Notwendigkeit und Möglichkeiten: Moderner Lichtschutz in der ästhetischen Dermatologie. *Der Hautarzt*, 60(4), 301-304.
- Suithimeathegorn, O., Yang, C., Ma, Y., & Liu, W. (2022). Direct and Indirect Effects of Blue Light Exposure on Skin: A Review of Published Literature. *Skin pharmacology and physiology*, 35(6), 305–318. <https://doi.org/10.1159/000526720>
- Tsukahara/Hotta et al. (2007): „Effect of room humidity on the formation of fine wrinkles in the facial skin of Japanese“, in: *Skin Research and Technologie* 13(2), 184-188



Anna Holling-Tersteege

Die Kosmetikwissenschaftlerin und staatlich geprüfte Kosmetikerin ist Leitung PR, Kommunikation und KosWis-Strategie bei Medicos Kosmetik/Aesthetico. www.aesthetico.de.

WIRKNACHWEISE: EVIDENZ VERSUS PRAXIS

Wie in der Medizin sind in der nachhaltigen Hautpflege belastbare Wirkungsnachweise zu Inhaltsstoffen und Behandlungen eine wertvolle Hilfe. Demgegenüber gibt es die weniger oder gar nicht dokumentierten Anwendungsbeobachtungen. Wie sie einzuschätzen sind, haben wir für Sie zusammengestellt.

In der Medizin stützen sich viele Anwendungen auf wissenschaftlich belegte Studien, also evidenzbasierte Routinen. Daneben existieren Empfehlungen aus

langjähriger Praxis, jedoch ohne formale Studienlage. Ähnlich verhält es sich in der nachhaltigen Hautpflege. Unter Evidenz versteht man belegte Fakten, die dem aktuellen Stand der

Wissenschaft entsprechen und durch hochwertige Studien gestützt sind. Dennoch existieren auch in der Medizin Bereiche ohne eindeutige Evidenz – wie etwa homöopathische Präpa-



FOTO: ELNUR/SHUTTERSTOCK.COM

rate –, was ihre Wirksamkeit jedoch nicht grundsätzlich ausschliesst.

LEITLINIEN

In der Medizin fliessen geprüfte Studien in offizielle Leitlinien ein, herausgegeben und veröffentlicht z. B. von der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e. V. (AWMF). Für die Dermatologie existieren zusätzlich apothekennahe Empfehlungen, etwa von der Gesellschaft für Dermopharmazie e. V. Parallel dazu erscheinen Studien zu Wirkstoffen und Behandlungen – oft zu sogenannten Cosmeceuticals –, die zwischen Medizin und Kosmetik angesiedelt sind.

ERFAHRUNG UND STUDIE

Anwendungsbeobachtungen sind oft der Ausgangspunkt für wissenschaftliche Untersuchungen, bleiben jedoch häufig auf Praxiserfahrungen und Fachwissen beschränkt – sei es aus Kostengründen, mangelndem Forschungsinteresse oder vermeintlicher Selbstverständlichkeit. Dennoch kann praktische Erfahrung ebenso wertvoll sein wie Studien, da sie Wirksamkeit und Kundennutzen erhöht – ein Vorteil, der sich in Treue und Weiterempfehlung widerspiegelt.

EIN PRAKTISCHES BEISPIEL

Die Wirkung von Vitamin C und anderen Antioxidantien gegen freie Radikale ist wissenschaftlich belegt. In der Praxis ist deren Einsatz jedoch nicht immer sinnvoll – etwa bei IR-Strahlung oder nach Sonnenbrand, da Radikale in solchen Fällen Teil der körpereigenen Regeneration sind. Ähnlich verhält es sich bei der Chemotherapie, bei der Radikale gezielt zur Zerstörung von Krebszellen eingesetzt werden. In solchen Situationen können hochdosierte Antioxidantien – etwa aus Nahrungsergänzungsmitteln – kontraproduktiv wirken.

BEHANDLUNG OHNE NEBENWIRKUNGEN

Auch bei der Melaninbildung spielen freie Radikale eine Rolle. Topisch

eingesetzte Antioxidantien können die Pigmentbildung hemmen. Freie Ascorbinsäure ist hierfür jedoch ungeeignet, da sie instabil ist und bei Zersetzung braune Verfärbungen verursacht – besonders kritisch bei Laserbehandlungen, bei denen Pigmentierungen unerwünscht sind. In der Praxis bewährt hat sich dagegen der liposomal verkapselte Phosphatester der Ascorbinsäure (INCI: Ascorbyl Phosphate), der vor und nach der Behandlung angewendet werden kann, um Pigmentierungen effektiv zu verhindern.

PRAXISBEOBACHTUNG

Fortbildungsseminare dienen nicht nur der Wissensvermittlung, sondern auch dem wertvollen Erfahrungsaustausch. So berichteten Teilnehmerinnen vor rund 20 Jahren über positive Ergebnisse bei Couperose mit Echinacea-Extrakt und einer lamellaren Barrierecreme – eine Beobachtung, die später bestätigt wurde. Solche Praxiserfahrungen fördern Produktoptimierungen und nachhaltige Behandlungskonzepte. In diesem Fall führte der Austausch zur vertieften Auseinandersetzung mit dem Thema Rosazea.

UNERWARTETE NEBENWIRKUNGEN

Ein bemerkenswerter Aspekt lamellar aufgebauter Pflegeprodukte, deren Struktur der Lipiddoppelschicht der Haut ähnelt, sind ihre Depoteigenschaften. Praxiserfahrungen zeigen, dass bei längerem Gebrauch – etwa von Spilanthal – eine Dosisreduktion möglich ist. Ein ähnliches Verhalten kennt man aus hormonhaltigen Rezepturen. Zudem wurde beobachtet, dass bei regelmässiger Anwendung und intensivem Einmassieren Hautveränderungen wie Fibrome oder seborrhoische Keratosen reduziert oder sogar beseitigt werden, ein bisher wenig bekanntes Phänomen.

PLACEBO-EFFEKTE

Eine grundsätzliche Herausforderung bei der Weitergabe von Praxiserfahrungen sind personengebundene Einflüsse: Empfehlungen wirken oft

besonders überzeugend, wenn sie von einer charismatischen Person stammen – ein Effekt, der auch in Studien als „Bias“ bekannt ist und dort zu Placebo-Wirkung führen kann. Was in der Wissenschaft als Verzerrung gilt, kann im Institut jedoch von Vorteil sein – besonders bei psychisch beeinflussten Hautproblemen wie stressbedingten Ausschlägen. Hier kann die persönliche Zuwendung der Kosmetikerin eine grosse Rolle spielen. Im Gegensatz zur oft hektischen ärztlichen Sprechstunde bleibt im Institut mehr Raum für Gespräche und Vertrauen – ohne Hürde durch medizinische Fachsprache.

NOCEBO-WIRKUNGEN

Neben Placebo-Effekten treten auch Nocebo-Wirkungen auf – etwa wenn ein Inhaltsstoff wie Alkohol in der INCI-Liste subjektiv negativ bewertet wird, obwohl er in geringer Konzentration rasch verdunstet. Solche Vorurteile können dazu führen, dass Produkte von Kundinnen abgelehnt werden. Ähnliches gilt für Tagescremes ohne UV-Filter, wenn diese als unzureichend dargestellt werden. Auch im Pharmabereich spielen solche Effekte eine Rolle: Bei sogenannten Seeding Trials – Anwendungsbeobachtungen mit begleitenden Umfragen zu Marketingzwecken – beeinflussen gezielte Informationen oft das Ergebnis, insbesondere bei Medikamentenvergleichen.

ERFAHRUNGSAUSTAUSCH

Hersteller nutzen Praxiserfahrungen zur Optimierung und testen fast fertige Produkte vor Markteinführung in Instituten, um neue Eigenschaften zu entdecken und den fachlichen Austausch zu fördern.



Dr. Hans Lautenschläger

Der promovierte Chemiker ist seit 1998 geschäftsführender Gesellschafter der Koko Kosmetikvertrieb GmbH & Co. KG und spezialisiert auf die Entwicklung, die Herstellung und den Vertrieb physiologischer Hautpflegemittel.

NR. 10 ERSCHEINT AM 15. OKTOBER 2025

VORSCHAU



DOSSIER:

DIE MAGIE DES MIKROBIOMS

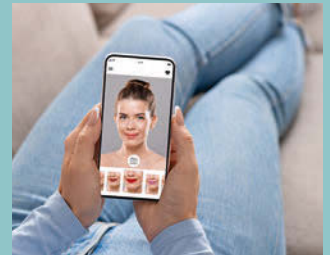
Ein starkes Mikrobiom ist der Schlüssel zu gesunder, schöner Haut. Gerät es aus dem Gleichgewicht, sind Irritationen, Trockenheit und Unreinheiten oft die unangenehme Folge. Doch welche professionellen Produkte und Treatments bringen die Hautflora wieder ins Lot? In der nächsten Ausgabe erfahren Sie mehr darüber.

ABO-HOTLINE:

Tel. 041 417 07 70

DIGITALE BERATUNG

KI trifft Kosmetik: Alles zum Online-Beautyconsulting.



GO GREEN

Vegan, wirksam, bewährt – unverzichtbare Klassiker der Naturkosmetik.



FOTOS: KOTIN; PROSTOCK-STUDIO; VALENTYN VOLKOV/SHUTTERSTOCK.COM



Gesehen und gelesen werden!

Neue Produkte und Treatments auf den Markt zu bringen, ist nicht leicht. Wer auffallen möchte unter vielen, kann das mit einem Inserat in der kommenden **Medical Collection von BEAUTY FORUM Swiss 10/25**.

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

Mehr Informationen und Angebote erhalten Sie von Ihrem Ansprechpartner im Verkauf, Tobias Klumpp:
tobias.klumpp@health-and-beauty.com einholen.

KOPF BIS FUSS

1



2



3



5



4



1 LEASEIR Mit dem Diodenlaser „MHR Xcell“ können Behandlungen in kürzester Zeit bis zu 4 Hz (Impuls/Sek) durchgeführt werden, dies mit konstanter Leistung von bis zu 40 J/cm² und Dauerkühlung von 0 Grad an der Laserspitze für anästhetische Wirkung. Tel. 041 44 803 22 11, www.swissbeautypoint.ch **2 MANCAVE** Das „Olivestone Face Scrub“ hilft, abgestorbene Hautzellen und überschüssigen Talg zu entfernen und die Poren zu öffnen. Das Peeling kurbelt die Zellerneuerung an, L-Arginin und Aloe vera vitalisieren die Haut – der Teint wird mit Feuchtigkeit versorgt, geglättet und verfeinert. www.mancaveinc.com **3 REVITALASH** Das „RevitaBrow® Strengthen & Define Brow Collection Set“ bietet mit dem Advanced Serum eine intensive Pflegeformel, die die Elastizität der Brauenhaare verbessert, Feuchtigkeit spendet und gleichzeitig vor Haarbruch schützt. Abgerundet wird das Set durch das High-Def Brow Gel und das Micellar Water Lash Wash. Tel. 061 554 28 61, www.windisag.ch **4 NIVEA** „Cellular Epigenetics“ mit dem Wirkstoff Epicelline® reaktiviert die Jugendfunktionen der Hautzellen und setzt damit das Zellalter zurück. In Kombination mit drei Arten von Hyaluronsäure bietet das Serum eine leistungsstarke Anti-Aging-Formel. www.nivea.ch **5 GFH** Mehr Volumen und Fülle versprechen die neuen Modelle der „Stimulate Serie“. Das Besondere: Mit einer Vielzahl an hitzebeständigen HiTec-Hair Modellen, die sich bei bis zu 130 Grad stylen und umformen lassen, gibt es die volle Auswahl an Echt- oder Kunsthaar. Tel. +49 911 974 92 30, www.gfh-hair.de

„ICH MÖCHTE MEINEN KUNDINNEN DAS GEFÜHL VERMITTELN, DIE BESTE VERSION VON SICH SELBST ZU SEIN.



INSTITUT DES MONATS

LEIDENSCHAFT TRIFFT QUALITÄT

TWENY'Z BEAUTY EMPIRE

Schon immer war Beauty mehr als nur ein Hobby für Jasmin Tweny. Mit ihrem eigenen Schönheitsinstitut in Luzern ist sie ihrer Berufung gefolgt – und das erfolgreich. Ganz nach dem Motto:
First Class Service trifft auf Beauty-Leidenschaft!

FOTOS: IVAN BERMEJO | UMUT YILDIRIM

Mitten in der malerischen Altstadt von Luzern, mit traumhaftem Blick auf Berge und Vierwaldstättersee, liegt ein Ort, der Schönheit, Luxus und Leidenschaft vereint: Tweny'z Beauty Empire. Auf 160 m² empfängt Jasmin Tweny ihre Kundinnen und Kunden mit einem unverwechselbaren First Class Beauty Service.

VON DEN WOLKEN ZUR KOSMETIKLIEGE

Schon immer war Beauty mehr als nur ein Hobby für die 35-Jährige. Bereits als Kind war sie von Schönheitstipps und innovativen Beauty-Behandlungen begeistert. Diese Leidenschaft hat sie ihr ganzes Leben begleitet, auch wenn ihr beruflicher Werdegang sie zunächst über die Wolken führte. In ihrer Zeit als Flugbegleiterin eignete sie sich höchste Servicequalität an. Diese „First-Class-Philosophie“ lebt sie heute in ihrem Kosmetikstudio: Jeder Besuch bei Tweny'z fühlt sich an wie ein Kurzurlaub in der Luxusklasse.

MUT ZUM NEUSTART

Im Jahr 2020, als viele Unternehmer nach dem zweiten Lockdown schweren Herzens ihre Türen für immer schliessen mussten, traf Jasmin Tweny eine mutige Entscheidung: den Neuanfang.

Trotz Unsicherheiten wagte sie mitten in der Krise den Schritt in die Selbstständigkeit. Ihre kosmetischen Ausbildungen absolvierte sie in Zürich und Basel. Für ihren exklusiven Schönheitstempel entschied sie sich für den Standort Luzern und gilt dort mittlerweile als eine der gefragtesten Adressen für moderne Kosmetikbehandlungen. Dabei behandelt sie vor allem ein junges Publikum zwischen 20 und 35 Jahren.

DIGITALER AUFTRITT ALS SCHLÜSSEL ZUM ERFOLG

Ein wesentlicher Baustein ihres Erfolgs ist der professionelle Online-Auftritt. Gemeinsam mit Localsearch entwickelte Tweny'z ein durchdachtes Digitalkonzept mit ansprechender Website und einem smarten Online-Buchungstool. So können Termine schnell und unkompliziert gebucht werden – ganz im Sinne des zeitgemässen Kundenservice.

HIGH-END-TREATMENTS FÜR HÖCHSTE ANSPRÜCHE

Tweny'z Beauty Empire hat sich zum Ziel gesetzt, Kundinnen und Kunden nicht nur erstklassigen Service zu bieten, sondern sie auch in eine Welt voller Luxus, Innovation und individueller Schönheit zu entführen. Dazu setzt Jasmin Tweny ausschliesslich auf hochwertige Produkte, modernste Technologien



FAKTEN

Eröffnet: 2020

Inhaberin:

Jasmin Tweny Kartal

Ausbildung:

Kosmetikerin

Behandlungsschwerpunkt:

Hautverjüngung | Haarentfernung mit Diodenlaser

Räumlichkeiten:

circa 160 m²: 3 Behandlungsräume, Warteraum und 50 m² Dachterrasse

Marken und Geräte:

Diodenlaser-Haarentfernung | Microneedling & BB GLOW | EM BodyShaper | Zahn-Bleaching | Lashlifting | MesoHair-Therapie

Kooperationen:

medizinischer Masseur | Hairstylin



KONTAKT

Tweny'z Beauty Empire

Löwengraben 15

6004 Luzern

www.tweny.ch

E-Mail: jasmin@tweny.ch

Instagram: [@twenz.beauty.empire](https://www.instagram.com/twenz.beauty.empire)



Auf 160 m² mit drei Behandlungsräumen und einer 50 m² grossen Dachterrasse hat Jasmin Tweny ihren Traum von der Selbstständigkeit mit einem Schönheitsinstitut verwirklicht.

und bewährte Methoden, bildet sich zudem kontinuierlich weiter, um immer am Puls der neuesten ästhetischen Trends zu sein und ein breites Spektrum an exklusiven Behandlungen anzubieten – ob sanfte Hautverjüngung, dauerhafte Haarentfernung, Zahn-Bleaching, oder Lashlifting und MesoHair-Therapie. Die Behandlungen werden dabei individuell abgestimmt – immer mit dem Ziel, natürliche Schönheit zu unterstreichen. „Für mich bedeutet Schönheit nicht nur äussere Ausstrahlung, sondern auch Wohlbefinden und Selbstvertrauen. Unser Ziel? Mit sanften, aber effektiven Behandlungen die natürliche Schönheit zu unterstreichen und das Gefühl zu vermitteln, die beste Version von sich selbst zu sein“, erklärt die Unternehmerin.

Für ein Rundumerlebnis kooperiert Jasmin Tweny ausserdem mit einem medizinischen Masseur und einer Hair-stylistin.

FÜNF STERNE FÜR EIN EINZIGARTIGES ERLEBNIS

Kundenzufriedenheit ist für die Kosmetikerin kein leeres Versprechen, sondern gelebte Realität. Die zahlreichen 5-Sterne-Bewertungen auf Google bestätigen: Bei Tweny'z steht das Wohlbefinden der Kunden an erster Stelle. Persönliche Beratung, individuelle Betreuung und



Haarentfernung mit Diodenlaser gehört zu den gefragtesten Behandlungen bei Jasmin Tweny.

ein offenes Ohr machen jeden Besuch besonders.

BLICK IN DIE ZUKUNFT

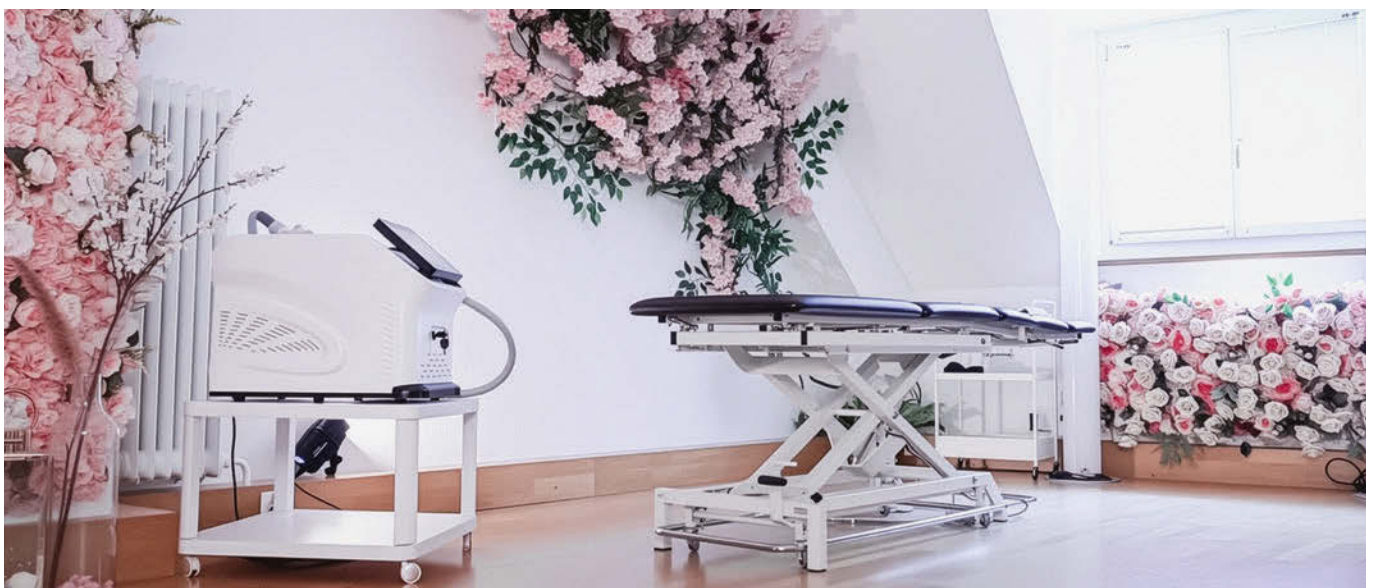
Doch Jasmin Tweny denkt weiter: In Zukunft wird Tweny'z Beauty Empire auch als Schulungszentrum tätig sein. Ob Online oder als persönliche 1:1-Masterclass – angehende Kosmetikerinnen und Kosmetiker sollen von Jasmins Know-how profitieren. Zudem wird an einer eigenen Kosmetiklinie gearbeitet, die höchste Qualität mit modernen Inhaltsstoffen

verbinden soll. Tweny'z Beauty Empire ist somit weit mehr als nur ein Kosmetikstudio. Es ist ein Ort für First Class Beauty – mit Herz, Verstand und Vision.

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



Einfach himmlisch: Jeder Besuch bei Tweny'z fühlt sich an wie ein Kurzurlaub in der Luxusklasse.

Social Media

WAS GEHT AUF UNSEREN KANÄLEN?

JA, LIKE MICH DOCH!



BEAUTY_FORUM_CH

UMFRAGE

Auf INSTAGRAM zum Dossier: Zeitlos schön

35%

nutzen moderne technische Verfahren gegen Hautalterung.

67%

bieten Anti-Aging-Gesichtsmassagen an, um körpereigene Prozesse zu aktivieren.

100%

verzeichnen Anti-Aging-Behandlungen als Topseller in ihrem Institut.



SPRUCH DES MONATS

„HAUTPFLEGE IST KEIN LUXUS –
SIE IST SELBSTFÜRSORGE.“

FOLLOW US

3.661



BEAUTY FORUM SCHWEIZ

Kommentiert unter diesem Bild

Was würdest
Du tun?

Eine Stammkundin fragt nach einem privaten Treffen. Ich schätze sie, möchte aber Berufliches und Privates trennen.

ROSINE DÄTWYLER weiss Rat.
Sie ist Autorin vom BAG, Berufsbildnerin und Unternehmerin.

BEAUTY FORUM

FACEBOOK: Wie kommunizierst du die Grenze zwischen Beruf und Privatleben ohne dein Gegenüber zu verletzen?



BEAUTY_FORUM_CH

Zeitlos schön

INSTAGRAM: Anti-Aging-Treatments sind immer noch der Klassiker im Kosmetikinstitut. Im Dossier unserer Ausgabe 7+8 erfahren Sie, warum die Zukunft der Hautpflege in der Verschmelzung von Biowissenschaften und Kosmetiktechnologie liegt. Oder warum Biostimulation ein innovatives, nachhaltiges Verfahren zur Verbesserung der Hautqualität ist. Wie Radiofrequenz, Ultraschall sowie Licht- und Laserverfahren den Alterungsprozess der Haut verlangsamen. Und wie die Anti-Aging-Gesichtsmassage körpereigene Prozesse wie Lymphfluss, Durchblutung und Muskelbalance aktiviert – für ein sichtbar frischeres, strafferes Hautbild ohne invasive Methoden.



FOTO: WEDMOMENTS/STOCK/SHUTTERSTOCK.COM

ERFOLG DURCH ERLEBNIS

Als Fachkosmetikerin beherrschen Sie innovative Behandlungen und setzen moderne Pflegeprodukte gezielt ein – das versteht sich von selbst. Aber haben Sie sich schon einmal konkret mit personalisierten Kosmetikangeboten beschäftigt?

Personalisierung ist eine altbekannte, aber neu inszenierte Form der Kundenansprache im Marketing – und sie gewinnt sowohl in der technologisierten Online- als auch in der Offline-Welt zunehmend an Bedeutung. Menschen online individuell

anzusprechen, ist ein anspruchsvolles Vorhaben, denn die digitalen Möglichkeiten sind komplex und vielfältig. Naheliegender ist die Personalisierung im Kundenbeziehungsmanagement, in der E-Mail-Kommunikation sowie direkt vor Ort in Ihrem Kosmetikinstitut – also bei der per-

sönlichen Ansprache, ob von Mund zu Ohr, per E-Mail, Telefon oder Print.

WAS GENAU BEDEUTET „PERSONALISIERT“?

Personalisierung ist eine Marketingmethode, bei der Kundinnen so individuell und gezielt wie möglich

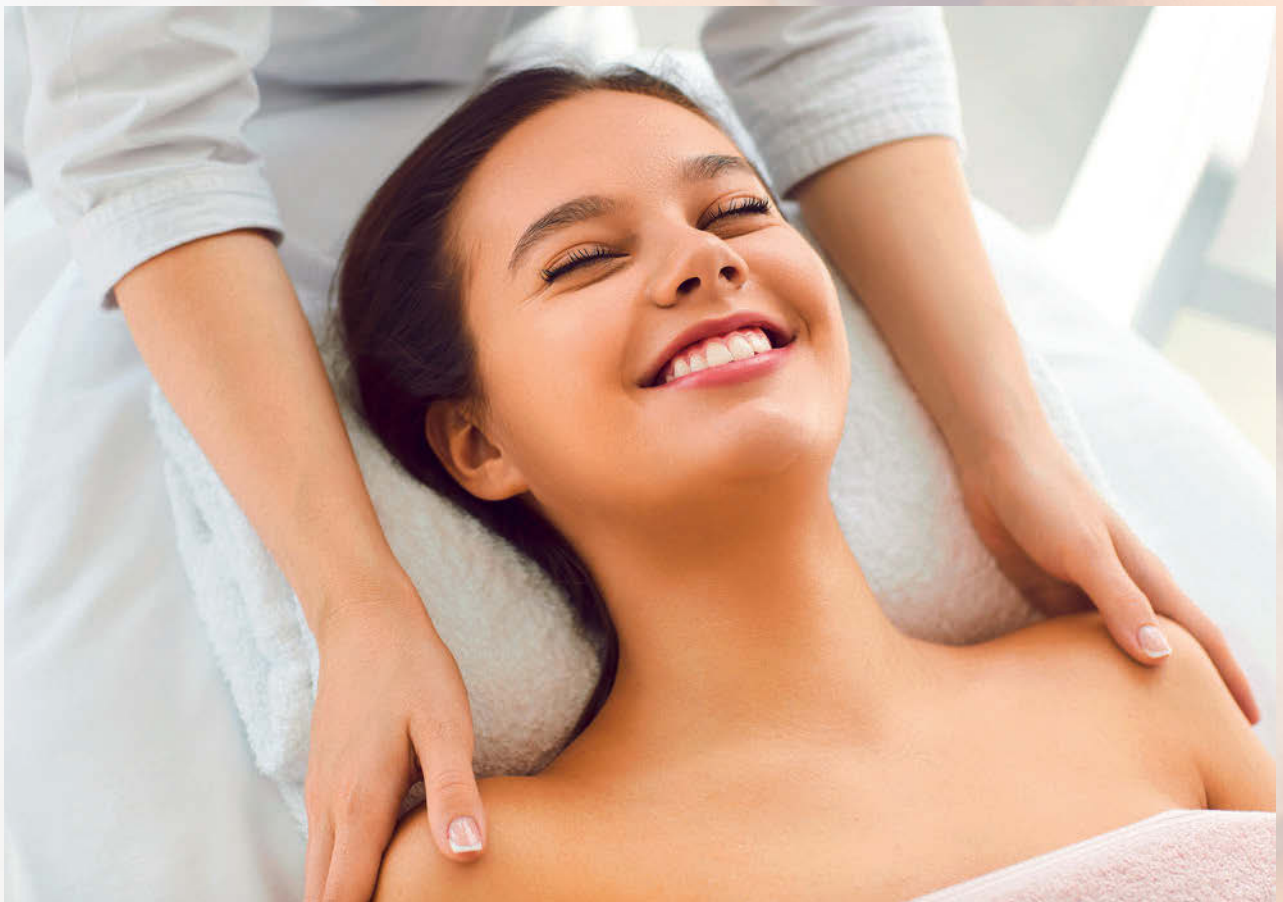


FOTO: STUDIO ROMANTIC/SHUTTERSTOCK.COM

angesprochen werden. Sie erhalten Angebote, die exakt auf ihre Bedürfnisse zugeschnitten sind. In Ihrem Kosmetikstudio heisst das: massgeschneiderte Behandlungen und Hautpflegeprodukte, die den persönlichen Hautbedürfnissen, Interessen und Vorlieben Ihrer Kundinnen entsprechen. So wird die gezielte Hautproblemlösung zum ganzheitlichen Kundenerlebnis – weit mehr als „nur“ eine kosmetische Behandlung.

Schon gewusst?

Personalisierung erhöht nicht nur die Kundenzufriedenheit, sondern steigert auch die Effektivität von Marketingmassnahmen: Studien zeigen, dass personalisierte Angebote die Conversion-Rates um bis zu 20 Prozent erhöhen können.

VORTEILE DER PERSONALISIERUNG

Setzen Sie auf Personalisierung – für passgenaue Angebote und nachhaltige Kundenbindung. Was müssen Sie tun, und welche Vorteile ergeben sich daraus?

1. KUNDENVERSTÄNDNIS

Vertiefen Sie jede Kundenbeziehung, indem Sie über die Hautpflege hinaus auch das persönliche Umfeld Ihrer Kundinnen einbeziehen. Nutzen Sie gezielte W-Fragen und aktives Zuhören, um wertvolle Informationen zu gewinnen und individuelle Bedürfnisse besser zu verstehen. Notieren Sie persönliche Details und verwenden Sie diese, um Behandlungen und Produkte passgenau zu gestalten. So schaffen Sie individuelle Erlebnisse mit Überraschungseffekt – und echte Kundennähe.

2. KUNDENZUFRIEDENHEIT

Aus echtem Kundenverständnis entsteht nachhaltige Kundenzufrieden-

PERSONALISIERUNG MACHT AUS EINER BEHANDLUNG EIN INDIVIDUELLES ERLEBNIS.

heit. Gestalten Sie jeden Besuch in Ihrem Kosmetikstudio als individuell zugeschnittenes Erlebnis, das gezielt auf die Wünsche und Bedürfnisse Ihrer Kundinnen eingeht. So schaffen Sie positive Erinnerungen und eine emotionale Bindung, die Ihre Kundenschaft immer wieder gerne zurückkehren lässt.

3. KUNDENBINDUNG

Vertrauen, das aus Kundenzufriedenheit entsteht, bildet die unverzichtbare Basis für langfristige Beziehungen, die weit über das Geschäftliche hinausgehen. Gehen Sie dabei mit Feingefühl vor: Festigen Sie Vertrauen durch gelebte Loyalität und übernehmen Sie soziale sowie ökologische Verantwortung. Authentisches Handeln und das Sichtbarmachen Ihrer Werte schaffen echte Nähe zu Ihren Kundinnen.

4. UMSATZSTEIGERUNG

Es versteht sich von selbst, dass Kundinnen, die sich umfassend verstanden und wertgeschätzt fühlen, eher Vertrauen aufbauen und sich langfristig an Ihr Unternehmen binden. Diese vertrauensvolle Beziehung spiegelt sich direkt in steigenden Umsätzen und nachhaltigem Geschäftserfolg wider.

5. WETTBEWERBSVORTEIL

Menschen, die sich verstanden und persönlich angenommen fühlen, strahlen innere Zufriedenheit aus. Sie suchen den Austausch mit Gleichgesinnten und teilen bereitwillig ihre aussergewöhnlichen Erlebnisse. Diese positive Mundpropaganda wirkt authentisch und nachhaltig – ein

unbezahlbarer Vorteil für Sie als Geschäftsfrau. Die daraus entstehende Verbundenheit stärkt Vertrauen, festigt die Kundenbindung und verschafft Ihnen einen entscheidenden Vorsprung im Wettbewerb.

6. VERBESSERTE EFFEKTIVITÄT

Mit personalisierten Kundenerlebnissen steigern Sie Ihre geschäftliche Effektivität. Sie setzen gezielt die richtigen Massnahmen ein, um Ihre Ziele erfolgreich zu erreichen.

7. AUS 1 MACH 7!

Wenn Sie die Schritte 1 bis 6 konsequent umsetzen, folgt Schritt 7 fast automatisch: Sie erhöhen die Anzahl der Kundenterminvereinbarungen, durchgeführten Behandlungen und getätigten Kaufabschlüsse im Verhältnis zur Gesamtzahl Ihrer Kundenschaft.

FAZIT

In einer Zeit bewussteren Konsums und wachsender Sehnsucht nach Verlässlichkeit wird echte Nähe zum Erfolgsfaktor. Als Kosmetikerin mit lokaler Präsenz bieten Sie genau das – durch persönliche Ansprache, Vertrauen und massgeschneiderte Kundenerlebnisse. So wird Personalisierung zu Ihrem stärksten Alleinstellungsmerkmal.



Carmela Ramundo

ist langjährige Dozentin für Kosmetologie und spirituelle Unternehmerin. Im kostenfreien Erstgespräch, das unter leonesa.com buchbar ist, gibt sie weiterführende Antworten auf offene Fragen zu personalisierten Kundenerlebnissen.

HERBST-MOOD-MAKE-UP

Goldene Töne, grosse Gefühle: Wenn die Blätter fallen und die Welt in warmes Licht getaucht wird, beginnt ein ganz besonderer Moment – auch in der Beauty-Welt. Entdecken Sie, warum die Herbstfarben nicht nur den Look verändern, sondern auch tiefere Trends und Stimmungen widerspiegeln.

Wenn die Tage kürzer und die Temperaturen milder werden, verändert sich nicht nur die Natur, sondern auch unser ästhetisches Empfinden passt sich an. Die sommerliche Leichtigkeit weicht ei-

ner neuen Tiefe, die sich in Mode, Stil und vor allem im Make-up widerspiegelt: Warme Erdtöne, satte Beeren- und metallische Highlights erobern Lidschattenpaletten, Lippenstifte und Blushes. Doch was genau macht die Herbstfarben so beson-

Schon gewusst?

Herbstklassiker wie Rost und Ocker treffen 2025 auf neue Akzente wie Marsala, Khaki, Safran und rauchiges Mauve. Perfekt, um Make-up und Mode ganzheitlich zu inszenieren, für Looks mit Persönlichkeit und Tiefe.



FOTO: LIA KOLTYRINA / SHUTTERSTOCK.COM

Herbst-Mood 2025: Die Farbtrends im Überblick

- 1. Terrakotta und Rostrot**
Diese warmen Töne stehen für Erdverbundenheit und Leidenschaft. Im Make-up-Bereich ideal für Lippen und Wangen.
- 2. Walnussbraun und Taupe**
Zeitlose Farben, die in Smokey Eyes, Augenbrauen und Konturen einen eleganten Akzent setzen.
- 3. Burnt Orange und Kürbis**
Mutige, selbstbewusste Farben, die als Lidschatten oder Eyeliner einen aufregenden Twist schaffen.
- 4. Samtgrün und Petrol**
Diese satten Nuancen sorgen für Dramatik und Tiefe – besonders schön in Kombination mit Gold-Highlightern.
- 5. Pflaume und Mauve**
Für einen Hauch von Vintage und Romantik – perfekt für Lippenlooks oder soften Blush.



ders? Welche Nuancen sind 2025 gefragt – und wie können Make-up-Artists und Beauty-Profis sie gezielt inszenieren?

FARBEN, DIE FÜHLEN LASSEN

Herbstfarben lösen bei vielen Menschen ein Gefühl von Geborgenheit, Wärme und Ruhe aus. Sie strahlen Natürlichkeit aus und verleihen jedem Look zugleich eine besondere Tiefe. In der Farbpsychologie stehen warme Erdtöne für Bodenständigkeit, Sicherheit und Einklang – Gefühle, die in einer oft schnellen und reizüberfluteten Welt besonders geschätzt werden.

Die Farben des Herbstes orientieren sich an natürlichen Elementen: rostiges Rot, karamelliges Braun, moosiges Grün, gedecktes Senfgelb und rauchiges Violett. Diese Palette sorgt für eine harmonische Gesamtwirkung und lässt sich wunderbar miteinander kombinieren.

ZWISCHEN STATEMENT UND SUBTILER ELEGANZ

Herbst-Mood-Farben sind vielseitig – sie können sowohl stark als auch zurückhaltend wirken, je nach Auftragechnik und Kombination. Im Profi-Make-up bieten sich folgende Anwendungsbereiche an:

- **Eyes First:** Der Fokus liegt oft auf den Augen. Warme Erdtöne mit metallischen Akzenten schaffen

einen intensiven, aber nicht überladenen Look. Besonders beliebt: rostrote Smokey Eyes mit einem Hauch Kupfer auf dem beweglichen Lid.

- **Muted Lips:** Herbstzeit bedeutet nicht zwangsläufig dunkle Lippen. Lippen in gedecktem Rosé, Ziegelrot oder Beerenmauve wirken elegant und tragbar – besonders bei reiferer Kundschaft.
- **Blush statt Bronzer:** Anstelle von stark konturierten Wangen liegt der Fokus wieder mehr auf Frische. Cremige Blushes in Terrakotta, Zimt oder Soft Berry bringen Wärme ins Gesicht und passen sich wunderbar dem natürlichen Hautton an.

INSPIRIERENDE MAKE-UP-LOOKS FÜR DEN HERBST

Ob für Institutskundinnen, Editorial Shootings oder Workshops – Herbst-Mood-Farben eröffnen eine grosse kreative Bandbreite. Hier einige inspirierende Looks und passende Produktideen für die Umsetzung:

- **Golden-Glow-Look:** Ein warmer, strahlender Look mit sanftem Bronzeton auf den Lidern, goldenem Highlighter auf den Wangenknochen und glossigen Lippen in Apricot-Rosé.
- **Burgundy Statement:** Ein Look mit Fokus auf satten Beeren- und Pflaumentönen. Lidfalte in mattem

Mauve, ein Gloss in tiefem Bordeaux, dazu ein samtiges Finish auf der Haut.

- **Soft Blush Look:** Blush in Zimt- oder Terrakottatönen, getönte Tagespflge mit leichter Deckkraft und Lippenbalsam in natürlichem Rosé.

FAZIT

Herbst-Mood-Farben stehen für eine Rückbesinnung auf das Wesentliche und haben das Potenzial, mehr zu sein als ein saisonaler Trend. Sie bieten eine Vielzahl an Möglichkeiten, der Kreativität freien Lauf zu lassen und individuelle Looks zu kreieren.

DIE EXPERTIN



MARIA OCHSNER

ist Gründerin von MIA. Dein Make-up Coach, sowie Anprechpartnerin für professionelle Make-up-Artist-Weiterbildungen. Zudem hat sie ihre eigene Profi-Schminkpinsellinie „makeup-coach“. www.makeup-coach.ch



HERBSTZAUBER

In diesem Step-by-step zeigt Ihnen Make-up-Artistin Sara De Nando wie Sie mit einem Mix aus kalten und warmen Nuancen einen traumhaften Herbstlook für Ihre Kundin zaubern.

FOTOS: SARA DE NANDO

DIE EXPERTIN



SARA DE NANDO

Die Wettinger Make-up-Artistin teilt seit über sieben Jahren ihre Leidenschaft mit ihren Kunden. Sie hat u. a. für das Fernsehen, Operetten, Werbedrehs, Fotoshootings, Firmen- und Privatkunden gearbeitet. Auf ihrer Website www.sara-mua.ch und Instagram [@saraxmua](https://www.instagram.com/saraxmua) teilt sie ihre Arbeiten.

Wenn die Welt in Grau getaucht ist, bringt dieser Look das Leuchten zurück.

Wie das warme Licht eines goldenen Herbstnachmittags, das zwischen kahlen Ästen hindurchbricht, fängt Herbstzauber die leisen, aber kraftvollen Farben der Saison ein. Ein Look, der sanft strahlt – mit Tönen, die an moosige Wälder, raschelndes Laub und das Glühen eines Sonnenuntergangs erinnern.

VON NEBELGRAU ZUM GOLDGELBEN ZAUBER

Die Augen stehen bei diesem Look ganz klar im Mittelpunkt: Zart schimmerndes Hellgold trifft auf ein kühles Dunkelbraun – ein Zusammenspiel, das dem Blick Tiefe

und Ausdruck verleiht – ohne ihn zu beschweren. Ein feiner Hauch von Grün sorgt zudem für lebendige Akzente und lässt die Augen auf eine subtile, aber wirkungsvolle Weise strahlen. Dezent betonte Brauen komplettieren die Partie und verleihen dem Gesicht sanfte Kontur.

Dazu kommt ein pfirsichfarbener Blush, der dem Teint neue Lebendigkeit einhaucht. Die Lippen in einem orange-bräunlichen Ton, sind perfekt abgestimmt auf die warme Farben dieser Jahreszeit.

Herbstzauber ist weit mehr als nur ein Make-up-Look. Es ist ein Gefühl – von Geborgenheit, von Farbe, von Tiefe. Genau richtig für jene Tage, an denen das Licht draussen nachlässt, aber das eigene Strahlen bleibt.



1 Vor dem Auftragen des Make-ups ist die Verwendung einer Feuchtigkeitscreme empfehlenswert. Sie pflegt die Haut und sorgt dafür, dass sich die nachfolgenden Produkte gleichmässiger und leichter verteilen lassen. Ein Lidschattenprimer verbessert zusätzlich die Haltbarkeit des Lidschattens, verhindert ein Absetzen in der Lidfalte und lässt die Farben intensiver zur Geltung kommen.



2 Während die Pflege einzieht, kann mit dem Augen-Make-up begonnen werden. Zunächst ein leicht schimmerndes Hellgold auf das bewegliche Lid auftragen – vom inneren Augenwinkel bis zur Lidmitte. Anschliessend die Lidfalte mit einem warmen Hellbraun schattieren, das vom äusseren Augenwinkel bis zur Mitte als Übergangsfarbe dient und dem Auge mehr Tiefe verleiht.

„FARBWIEDERHOLUNGEN
AUF AUGEN, WANGEN UND
LIPPEN BRINGEN HARMONIE
IN DEN LOOK.

SARA DE NANDO



3

Ein dunkleres, warmes Braun mit einem kleinen Pinsel in die Lidfalte einarbeiten, um dem Auge mehr Tiefe zu verleihen. Ein kühles Dunkelbraun im äusseren Augenwinkel weich verblendet, sorgt dann anschliessend für zusätzliche Dimension. Schwarzer Lidschatten am oberen Wimpernkranz definiert den Blick. Zum Schluss noch die Augenbrauen mit einem kühlen Brauntönen dezent betonen.



4

Vor dem Abschluss des Augen-Make-ups noch die Grundierung auftragen, um präzises Arbeiten mit dem Concealer zu ermöglichen. Eine feuchtigkeitsspendende Foundation gleicht den Teint aus, helle Akzente unter den Augen setzt ein Concealer. Alles mit losem Puder fixieren. Für mehr Kontur sorgt ein kühler Brauntönen unter den Wangenknochen, Bronzer bringt Wärme, und pfirsichfarbener Blush verleiht Frische.



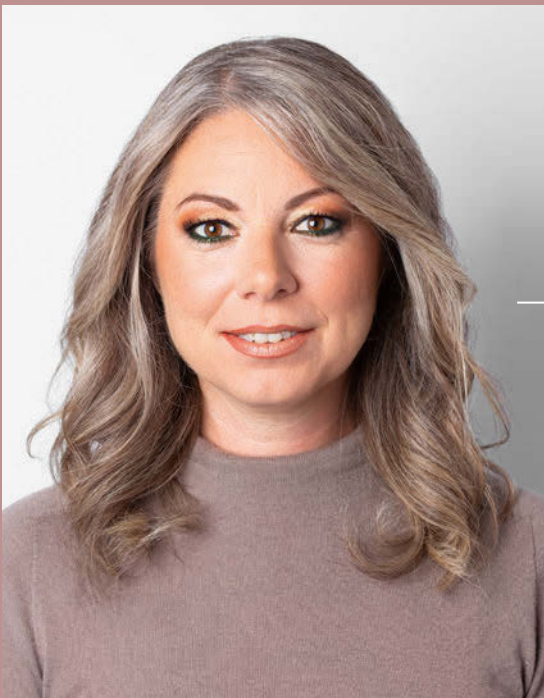
5

Nachdem der Teint abgeschlossen ist, wird das Augen-Make-up vollendet. Ein grüner Lid-schatten wird nah am unteren Wimpernkranz aufgetragen, ergänzt durch grünen Kajal in der Wasserlinie. Die Übergänge werden mit einem weichen Pinsel sanft verblendet, um harte Linien zu vermeiden. Zum Abschluss folgt Mascara.



6

Zum Abschluss wird der Look mit einem passenden Lippen-Make-up abgerundet. Die Lippen werden mit einem dezenten braunen Lipliner konturiert und mit einem leicht orange-bräunlichen Lippenstift ausgefüllt. Da der Fokus auf den Augen liegt, bleibt die Lippenfarbe zurückhaltend. Ein Fixierspray sorgt für längeren Halt.



Fertiger Look

Herbstzauber verbindet warme, erdige Töne mit sanften Akzenten in Gold und Grün – für einen Look, der die Schönheit der Übergangszeit unterstreicht – dezent, aber wirkungsvoll.

FOTOS: SARA DE NANDO

MAKE-UP: SARA DE NANDO

MODEL: MIRIAM HÄFELI

STYLISTIN: SARA DE NANDO

JETZT EINEN GANG RUNTER

Ständig unter Strom, getrieben von Terminen und To-do-Listen – das Tempo des Alltags lässt kaum Raum zum Durchatmen. Doch manchmal braucht es nur einen bewussten Moment der Ruhe, um den Fokus neu zu setzen, Kraft zu schöpfen und sich selbst wieder wahrzunehmen.

Wir rasen mit Vollgas durch den Tag, die To-do-Listen wachsen, die Zeit schrumpft – das Ergebnis: Stress. Kurzfristig steigert er zwar Leistung und Konzentration,

doch auf Dauer schadet er der Gesundheit. Chronischer Stress kann zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlafproblemen, Angstzuständen und Depressionen führen. Auslöser sind oft Überforderung, Arbeitsdruck,

Perfektionismus oder persönliche Sorgen.

RICHTIG ENTSCHEUNIGEN

Wer langsamer lebt, baut Stress ab und gewinnt Lebensqualität. Acht-



FOTO: PROSTOCK-STUDIO/SHUTTERSTOCK.COM

same Pausen, bewusste Atmung und Konzentration auf eine Aufgabe nach der anderen fördern Ruhe und Ausgeglichenheit. Weniger Bildschirmzeit und bewusst eingesetzte Technik unterstützen die innere Balance. Entschleunigung stärkt Körper und Geist: Sie verbessert Schlaf, senkt Blutdruck, schützt das Herz und fördert das Immunsystem. Gleichzeitig wächst die Resilienz, und soziale Beziehungen vertiefen sich. Wer das Tempo drosselt, trifft klarere Entscheidungen – und erlebt mehr Zufriedenheit im Moment.

ACHTUNG, ACHTSAMKEIT

Die buddhistische Praxis der Achtsamkeit bedeutet, den Augenblick bewusst und ohne Bewertung wahrzunehmen. Ob durch bewusstes Atmen, das Wahrnehmen der Umgebung oder das Fokussieren auf eine Tätigkeit – achtsames Handeln reduziert Stress, fördert Konzentration und steigert das Wohlbefinden. Einfache Wege wie Meditation oder Spaziergänge helfen, Achtsamkeit im Alltag zu verankern. Fünf Wege zur genussvollen Entschleunigung:

1 ATEM

Setzen Sie sich bequem hin und schliessen Sie die Augen. Atmen Sie langsam durch die Nase ein, zählen Sie bis vier und spüren Sie, wie sich der Bauch hebt. Halten Sie den Atem für vier Sekunden an. Atmen Sie dann langsam durch den Mund aus und zählen Sie bis sieben. Wiederholen Sie diese Atemübung etwa fünf Minuten lang. Sie beruhigt den Geist, löst Spannungen und fördert Achtsamkeit.

2 KAFFEE/TEE/KAKAO

Gönnen Sie sich Ihr Lieblingsgetränk – ganz ohne Ablenkung. Eine achtsame Kaffee- oder Teepause unterbricht den Arbeitsalltag, fördert Ruhe und steigert durch Koffein sogar die Konzentration. Am Abend bietet sich eine Kakaozeremonie an. Ein Becher

So optimieren Sie die Pausengestaltung

- Arbeiten Sie 25 Minuten konzentriert und machen Sie dann eine fünf minütige Pause.
- Schliessen Sie Ihre Augen und konzentrieren Sie sich für ein paar Minuten auf einen beruhigenden Gedanken.
- Stehen Sie auf, strecken Sie sich und lockern Sie Ihren Körper, um Verspannungen zu lösen.
- Atmen Sie tief ein und aus, um Ihren Geist zu beruhigen und Stress abzubauen.
- Verbringen Sie ein paar Minuten im Freien, um frische Luft zu schnappen und sich mit der Natur zu verbinden.

reicht: Rohkakaomasse aus z. B. Bali, Peru oder Ecuador wird mit heissem Wasser angerührt, nach Wunsch gesüsst und gewürzt. Die Zubereitung gehört zur Zeremonie – sie ist ein Moment der Einkehr, Stille und Intention. Der Duft des Kakaos erfüllt den Raum, während Sie zur Ruhe kommen und bewusst geniessen.

3 HAUSTIERE

Hunde, Katzen, Fische, Vögel und Kleintiere gehören zu den beliebtesten Haustieren. Sie beruhigen, senken Stress und fördern unsere körperliche Aktivität – etwa durch Spaziergänge mit dem Hund. Tiere lindern Einsamkeit und erleichtern soziale Kontakte.

Wenn Sie ein Haustier möchten, bedenken Sie Zeitaufwand, Kosten und die Verantwortung über viele Jahre. Wählen Sie ein Tier, das zu Ihrem Lebensstil passt. Gemeinsame Spiele, Streicheleinheiten und ruhige Momente stärken die Bindung – und tun Mensch und Tier gut.

4 AUSSCHLAFEN

Ausschlafen unterstützt die körperliche und mentale Regeneration. Während des Schlafs sinkt der Stresspegel, das Immunsystem wird gestärkt, das Gehirn verarbeitet Informationen, und der Stoffwechsel reguliert sich. Ausreichender Schlaf fördert emotionale Stabilität und beugt Krankheiten wie Herzproblemen, Diabetes und psychischen Belastungen vor.

Nutzen Sie freie Tage, um ohne Wecker aufzuwachen. Starten Sie entspannt mit einem gesunden Frühstück und leichter Bewegung. Planen Sie den Tag in Ruhe – und nutzen Sie die gewonnene Energie für das, was Ihnen guttut.

5 BLUMEN

Blumen verbessern die Stimmung, fördern Entspannung und senken Stress. Pflanzen steigern ausserdem Produktivität und Kreativität, verbessern die Luftqualität und schaffen eine angenehme Atmosphäre. Pflegeleichte Sorten wie Bogenhanf, Efeutute, Sukkulenten, Begonien, Geranien oder Lavendel sind ideal für Anfänger. Ihre Farben und Düfte – etwa die leuchtenden Sonnenblumen oder bunten Tulpen – heben die Stimmung und bringen Freude in den Alltag.

CONCLUSIO

Gemäss dem Leitsatz des französischen Novellisten Guy de Maupassant (1850-1893) – „Wie lässt sich doch das Leben geniessen, wenn man es versteht.“ – ist dieser Beitrag eine praktische Motivation dazu, aus dem stressigen und krank machenen Hamsterrad des Lebens auszu-steigen.



Abbas Schirmohammadi

Der Autor ist Heilpraktiker für Psychotherapie, Wellnesstrainer, Experte für Ganzheitliche Gesundheit, Dozent, Medizinjournalist und Autor
www.abbas-schirmohammadi.de

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 und Physiotherapie weiter und bieten praxisnahe Verkaufs- und Marketingseminare an. Speziell in der Kosmetik bieten wir zudem die weltbekannte Green Peel® Kräuterschälkur von Dr. med. Christine Schrammek 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 absolvieren bereits Tausende von Schülerinnen und Schülern die anspruchsvolle Ausbildung mit Diplom der Fachschule für Kosmetik Maria Schweizer und legen 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 – Schweiz

Wimpern-Schulungen für alle Level
Professionelles Training mit offiziell anerkannter Nouveau Lashes Zertifizierung und hochwertigen, EU-gefertigten Produkten der neuesten Generation.

- LVL Collagen / Cera Wimpernlifting mit CeramideBIO
- Augenbrauen-Laminierung
- 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.

Distribution und Schulungszentrum
CH | DE | AT
UNEW Beauty Couture AG
Sinslerstrasse 8, 6330 Cham
Tel. 077 477 70 00
info@nouveaulashes.ch
www.nouveaulashes.ch
www.unew.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

BROWS

■ Zug / Bern

HD Brows – Schweiz

Von Anfänger bis Profi – umfassende Augenbrauensschulungen

BrowSculpt Brow Lamination mit HD Brows
Eine Technik, um natürliche Brauenhärchen neu zu positionieren und langanhaltend zu fixieren.

BrowStay Hybrid-Färbung

Der neueste Trend in der Brauenwelt! Diese vegane und hennafreie Farbe färbt sowohl die Härchen als auch die Haut für ein intensives Ergebnis.

- 100 % vegan
- HENNA-frei
- Pflanzliche Inhaltsstoffe

NEU: Airbrush BrowStay Hybrid

Präzise Linien und Perfektion mit Airbrush-Technik und Brow Lamination.
Werden Sie Brow-Expert*in mit HD Brows!
Auch als Online-Schulung verfügbar.

Distribution und Schulungszentrum
CH | DE | AT
UNEW Beauty Couture AG
Sinslerstrasse 8, 6330 Cham
Tel. 077 477 70 00
info@unew.ch
www.hdbrows.ch
www.unew.shop

MAKE-UP

■ Wetzikon

MIA. Dein Make-up Coach Make-up & Hair Academy

Für Privatpersonen und Unternehmen – speziell abgestimmt auf die Bedürfnisse von KosmetikerInnen, FriseurInnen, NailistInnen, DrogistInnen und allen Make-up-LiebhaberInnen. Unser innovatives Coaching-Programm ermöglicht eine schnellere, effizientere und kostengünstigere Ausbildung auf höchstem Niveau.

Ohne Prüfung zum Diplom Make-up Expert. Unsere Schulungen finden in Kleingruppen von ein bis vier Personen statt, so können wir eine 100-prozentige Umsetzung garantieren. Egal ob du Anfänger bist oder bereits Erfahrung im Bereich Make-up hast, bei uns findest du das passende Weiterbildungsangebot. Zusätzlich können Sie sich in unserer Make-up-Academy zum Hair Stylist ausbilden lassen und als Erweiterung Master Classes besuchen.

MIA. Dein Make-up Coach
Zürcherstrasse 91, 8620 Wetzikon ZH
Tel. 079 754 44 76
info@makeup-coach.ch
www.makeup-coach.ch

NAIL

■ Bern / Zug / Luzern

Bio Sculpture – Schweiz

Die Nageldesign-Ausbildung, die weit über den Standard hinausgeht!
Seit 1988 ist BIO Sculpture ein führender Name in der Nagelbranche, bekannt für unsere hochwertigen, HEMA-free, NON-TOXIC, VEGANE Produkte mit FDA- und CPNP-Zertifizierungen.

Unsere Schulungen geniessen weltweit einen erstklassigen Ruf.

- EVO Gel-Lack System (ISO 10993-5)
- BIOGEL (Original seit 1988)
- BI-OLYGEL (Non-Toxic Acryl Gel)
- Seiden-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); Online-Umschulungen

Distribution und Schulungszentrum CH | AT
UNEW Beauty Couture AG
Sinslerstrasse 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.

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



MIA. DEIN MAKE-UP COACH

Ausbildung - Make-up Expert

Speziell für die Beauty-Branche – B2B Preise

100 % Durchführung garantiert

Schnelle Erfolge – viel Praxis

Diplom ohne Prüfung



Jetzt informieren! 15 % Rabattcode: BF25

MIA. Dein Make-up Coach | Zürcherstr. 91 | 8620 Wetzikon ZH | +41 79 754 44 76 | info@makeup-coach.ch | www.makeup-coach.ch



■ Mellingen

GRECO AG / LCN

Infos zum Weiterbildungsangebot: Ausbildung zur Nail-Designerin, Ausbildung zur Maniküristin und Workshops Nail-Art, Umschulungen auf LCN Produkte

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 und Physiotherapie weiter und bieten praxisnahe Verkaufs- und Marketingseminare an. Speziell in der Kosmetik bieten wir zudem die weltbekannte Green Peel® Kräuterschälkur von Dr. med. Christine Schrammek 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 und Physiotherapie weiter und bieten praxisnahe Verkaufs- und Marketingseminare an. Speziell in der Kosmetik bieten wir zudem die weltbekannte Green Peel® Kräuterschälkur von Dr. med. Christine Schrammek 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 Be-

reich der Farbe, Stil & Imageberatung in der ganzen Schweiz an.

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

Unsere Standorte:
Koloristika GmbH
Therese Hänni
Chaumontweg 20, 3095 Spiegel b. Bern
Koloristika & Atelier Joerg Kressig
Zähringerstrasse 32a, 8001 Zürich
Tel. +41 31 972 18 19
Tel. +41 79 279 36 78
info@koloristika.ch
www.koloristika.ch
3C Conseil en image
Chantal Cadorin
Rue du Midi 17, 1800 Vevey
Tel. +41 78 661 09 37
ccadorin@3cconseil.ch
www.koloristika.ch

IMPRESSUM

32. Jahrgang 2025
www.beauty-forum.ch

Copyright
Health and Beauty Germany GmbH,
Ettlingen/Deutschland

Offizielles Organ der:
BEAUTY FORUM SWISS

Herausgeber und Verlag
Health and Beauty Marketing Swiss GmbH
Geschäftsführer:
Roger von Ah, Roberto Valente
Hirschmattstrasse 30a, 6003 Luzern
Tel. 041 417 07 70; Fax 041 417 07 71
www.health-and-beauty.ch
info@health-and-beauty.ch

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

Managing Publisher/Deputy Editor-in-Chief
Nadine Schwarz
nadine.schwarz@health-and-beauty.com

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

Expertenbeirat
Aline Stephanie Furrer, Caroline Rindlisbacher,
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 01.01.2025

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
Am Hardwald 3, 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
117 rue de Charenton
F-75012 Paris
Tel. +33 1 84 79 27 90
info@health-and-beauty.fr
www.beauty-forum.fr

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

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

Polen
Health and Beauty Media Sp.z.o.o.
ul. Kubickiego 9/3, PL-02-954 Warszawa
Tel. +48 22 858 79 55
Fax +48 22 858 79 53

malgorzata.szulc@health-and-beauty.pl
www.health-and-beauty.com.pl

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

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

Nachdruck (auch auszugsweise) verboten. Vielfältigungen jeder Art bedürfen der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Fremdbeiträge, die mit Namen des Verfassers gezeichnet sind, geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandte Manuskripte wird keine Haftung übernommen. Die Redaktion behält es sich vor, Leserbriefe oder andere Beiträge evtl. gekürzt zu veröffentlichen oder zu zitieren und die Bebilderung der Fachartikel selbst vorzunehmen.

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

HOROSKOP

Waage (24.9. – 23.10.)

RAUF AUF SIEGERTREPPCHEN!

Möglicherweise stehen Ihnen jetzt so viele Chancen offen, dass Sie aufpassen müssen, die Orientierung zu behalten, Ihre Intuition nicht zu überhören oder sich zu überfordern. Wenn Sie sich aber auf das Wesentliche konzentrieren, bekommen Sie viel kosmischen Rückenwind! Die besten Möglichkeiten, um Ihrem Karriereglück auf die Sprünge zu helfen, ergeben sich gleich in der ersten Oktoberwoche, wenn Sonne und Merkur Ihnen sehr viel Klarheit, Selbstsicherheit, Souveränität und Überzeugungskraft schenken. Ab dem 14.10. übernimmt dann Venus die Regie und bringt Zufriedenheit und Harmonie in Ihren Arbeitsalltag!



DAS LIEBES-SPECIAL FÜR DIE GEBURTSTAGSKINDER:

Sollte es etwas in Ihrer Beziehung zu klären oder zu besprechen geben, dann nutzen Sie am besten die erste Oktober-Woche. Denn Merkur verleiht Ihnen die Fähigkeit, sich klar und dabei doch auch liebevoll auszudrücken. Und falls Sie noch solo sind und sich eine Partnerschaft wünschen, ist diese Merkur-Hochphase günstig, um geeignete Kandidaten kennenzulernen. Diese Zeit der harmonischen Kommunikation bzw. Kontaktaufnahme ist aber nichts im Vergleich zu der romantischen Note, mit der Venus ab dem 14.10. Ihr Liebesleben regelrecht verzaubert. Jetzt stimmt die Chemie zwischen Ihnen und Ihrem Liebsten!

♏ Skorpion (24.10. – 22.11.):
Egal, was Sie anfassen, jetzt sind Sie den anderen immer einen Schritt voraus! Der Grund ist Powerplanet Mars, der für starke Aufbruchenergien sorgt. Zusammen mit Jupiter und Merkur setzt er zudem innovative Ideen und viel Begeisterung frei!

♐ Schütze (23.11. – 21.12.):
Bis Mitte des Monats sollten Sie bei vor allem auf die zwischenmenschlichen Schwingungen achten. Mit Venus/Saturn-Störfeldern kann es leicht zu Missverständnissen kommen. Andererseits fühlen Sie sich durch die Waage-Betonung am Sternenhimmel pudelwohl!

♑ Steinbock (22.12. – 20.1.):
Laufen Sie nicht in die Perfektionismusfalle! Zu hohe Ansprüche an Ihre eigene Leistung boykottieren sonst Ihre Entschlossenheit und Arbeitslust! Dank Mars und Merkur besitzen Sie genügend Durchsetzungskraft und Versiertheit, um Herausforderungen zu meistern.

♒ Wassermann (21.1. – 19.2.):
Bis zum 23.10. kommt Ihnen zugute, dass Sonne und Pluto Ihr Selbstbewusstsein und Ihre Willenskraft stärken. Denn mit Minus-Mars und Störenfried Merkur brauchen Sie derzeit

starke Nerven, um auf der Erfolgsspur zu bleiben.

♊ Fische (20.2. – 20.3.):
Im Oktober geht es darum, Entschlossenheit zu zeigen! Mars gibt Ihnen hierfür den nötigen Biss, um Projekte konsequent voranzubringen! Im Team mit Jupiter steht er für erfolgreiches Handeln! Nicht zuletzt versorgt Sie Merkur mit einer Fülle an lukrativen Ideen!

♈ Widder (21.3 – 20.4.):
Besonnen voranzugehen und sich nicht zu unüberlegten Aktionen hinreissen zu lassen, die andere vor den Kopf stossen könnten, ist jetzt der Schlüssel zum Erfolg!

♉ Stier (21.4. – 20.5.):
Auch wenn Ihnen Weiterentwicklung am Herzen liegt, sollten Sie nichts überstürzen und sich auf Wesentliches fokussieren! Machen Sie sich bewusst, was nicht mehr zu Ihnen passt.

♊ Zwillinge (21.5. – 21.6.):
Kontakte sind Ihr Leben! Und diese Fähigkeit, sich zu vernetzen und auszutauschen, ist jetzt ein wichtiger Erfolgsschlüssel. Mit Sonne und Uranus an Ihrer Seite wird Individualität belohnt!

♋ Krebs (22.6. – 22.7.):
Auch wenn Ihre Sternen-Joker Sie mit Durchsetzungskraft, Begeisterungsfähigkeit und Geschäftssinn versorgen, läuft nicht alles rund! Denn Ihre Kreativität leidet unter Minus-Sonne und Minus-Venus!

♌ Löwe (23.7. – 23.8.):
Applaus ist Ihr Lebenselixier! Aber wie gut gelingt es Ihnen, sich selbst treu zu bleiben, wenn Sie mit Kritik konfrontiert werden? Mit Minus-Mars, Minus-Merkur und Minus-Sonne wird Ihre Souveränität auf die Probe gestellt.

♍ Jungfrau (24.8. – 23.9.):
Bis zum 13.10. haben Sie dank Venus ein ausgezeichnetes Händchen für die Bedürfnisse Ihrer Kundinnen und Kunden (denn auch mit Herrenkosmetik lässt sich punkten). Aber auch Fortbildungen und Marketingaktionen stehen unter einem guten Stern!



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.

Mitmachen GEWINNSPIEL



1 x das Lydia Dainow Produktset „RetinoLift“

Wir verlosen einmal das Lydia Dainow Produktset „RetinoLift“, bestehend aus dem „Vital Lift Serum“ und der „RetinoLift Creme“.

Einsendeschluss: 13.10.2025

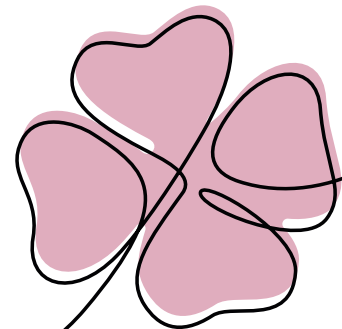
Um zu gewinnen, müssen Sie nur diese drei Fragen richtig beantworten.
Die Antworten zu den unten stehenden Fragen finden Sie hier ganz in der Nähe...

1. Aus welchem Baum stammt der Wirkstoff NovoRetin?

A Ahornbaum	C Arganbaum
B Pistazienbaum	D Mandelbaum
2. Wie wird Bakuchiolöl oft bezeichnet?

A Hightech-Peeling	C pflanzliches Retinol
B Sofort-Lifting	D natürliches Botox
3. Wo wird RetinoLift entwickelt und produziert?

A Schweiz	C Deutschland
B England	D Frankreich

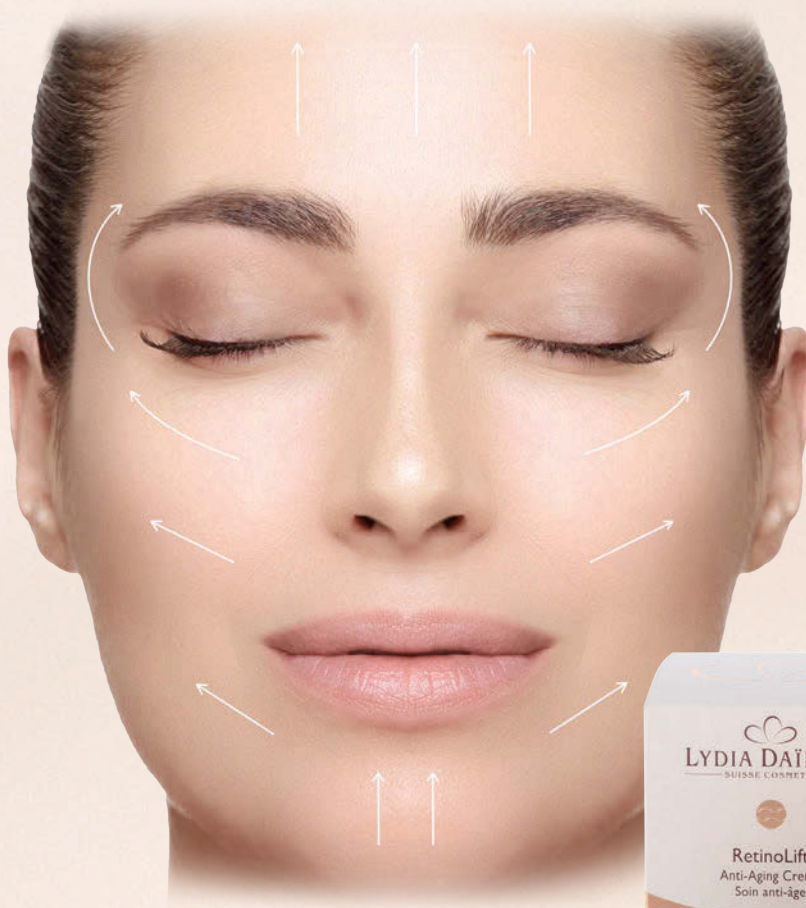


SO NEHMEN SIE AM GEWINNSPIEL TEIL:

Schicken Sie eine E-Mail mit Stichwort „Gewinnspiel September“ an martina.sidler@health-and-beauty.com, in der Sie Ihre Antworten auf die drei Fragen nennen.

Geben Sie die Webseite Ihres Kosmetikinstituts an sowie die Postadresse, an die wir den Preis senden dürfen, sollten Sie zu den glücklichen Gewinnern zählen. Die Gewinner werden nach Einsendeschluss per E-Mail informiert.

Mit der Teilnahme am Gewinnspiel stimmen Sie der Datenverarbeitung im Rahmen des Gewinnspiels zu. Die Gewinneradressen werden auch an unseren Gewinnspielpartner Lydia Dainow Suisse Cosmetic GmbH weitergegeben. Bei mehreren richtigen Einsendungen entscheidet das Los. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiter der Health and Beauty Marketing Swiss GmbH sowie deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen.



RetinoLift

RetinoLift kombiniert zwei pflanzliche Wirkstoffe für eine effektive und sanfte Anti-Aging-Pflege.

NovoRetin, aus dem Harz des Pistazienbaums, stimuliert die hauteigene Retinolproduktion, strafft die Haut, verbessert die Elastizität, verfeinert die Poren und klärt den Teint.

Bakuchiolöl, oft als „pflanzliches Retinol“ bezeichnet, wirkt antioxidativ, reduziert Falten und Unreinheiten und fördert die Kollagenproduktion. Diese Kombination macht RetinoLift zur idealen Wahl für eine natürlich schöne, strahlende Haut.

- Für alle Hauttypen, sogar empfindliche Haut
- Auch im praktischen, umweltfreundlichen Refill erhältlich
- Entwickelt und produziert in der Schweiz

 Naturkosmetik



mesoestetic



85

Me

mesopeel®
Multisäure-Technologie,
die auf Ergebnissen beruht

Save the date
Hausmesse
9. November
2025