

3 mal HELLE FREUDE

(Licht-)Zeichen setzen.

Sie kaschieren dunkle Augenringe, Unreinheiten und mit der richtigen Technik modellieren sie auch die Gesichtszüge: stark pigmentierte, deckende Concealer und die helleren, transparenten Aufheller. Hier sind unsere Top 3 der Saison.



- 1. MIX IT!** Wird wie Deckweiß zum Make-up gemischt, um dessen Farbe aufzuhellen: *Color & Care Mix your Make-up* von Alverde, um € 3,25.
- 2. HIGH-LIGHT.** Abdeckstift mit pflegendem Kern für Augen, Gesicht und Lippen. *Fix It 2in1 Prime & Conceal* von Dior, um € 35,-.
- 3. SEHR GUT, SETZEN!** Bekam Bestnoten von der Stiftung Warentest: *Re-Touch Light-Reflecting Concealer* von Catrice, in drei Nuancen erhältlich, um € 3,99.

Happy Face.

Gute Gesichtsmassagen sind extrem entspannend. Da die feinen Muskeln um Mund, Kiefer, Stirn und Augen im Alltag konstant an der Mimik arbeiten, kann sich hier viel Anspannung sammeln. Auflockern und Durchblutung fördern kann helfen. Beim neuen Pflegesystem von Clinique sorgen die *Sculptwear Contouring Massage Cream Mask* (€ 55,-) und ein spezieller Massageaufsatz (€ 25,-) für die *Sonic System-Gesichtsbürste* für gepflegte Haut und gelöste Muskeln.



EISZEIT FÜR DIE HAUT? DAS HILFT!

Die trockene, kalte Winterluft setzt der Haut ganz schön zu. Die Hautexpertin Dr. Annegret Wehmeyer von Eucerin verrät, wie Sie Ihre zarte Hülle in frostigen Zeiten richtig pflegen.

— Warum schadet Kälte der Haut?

In Frostzeiten ist der Feuchtigkeitsgehalt der Luft sehr niedrig. Dadurch verliert die Haut mehr Wasser. Weiters verengen sich durch die Kälte die peripheren Blutgefäße, was die Versorgung mit Sauerstoff und Nährstoffen mindert, und die Talgdrüsen verringern die Lipidproduktion. All das führt zu trockener, manchmal rissiger oder schuppiger Haut.

— Wie pflegt man also richtig?

Verwenden Sie Produkte mit Feuchtigkeitsspendern wie Glycerin, Aminosäuren oder Urea und schützen Sie die Hautoberfläche mit hautverwandten Lipiden, z. B. Omega-3-Fettsäuren aus Nachtkerzsamenöl.

— Stimmt es, dass die Haut beim Skifahren einfrieren kann?

Echte Erfrierungen treten erst bei extremen klimatischen Bedingungen



auf. Hier muss man die Haut mit Textilien und wasserfreien Kälteschutzcremes schützen. Feuchtigkeitscremes wären kontraproduktiv, weil bei trockener Außenluft der hohe Wasseranteil verdunstet und dabei zusätzlich Kälte produziert.

— Stimmt es, dass man im Winter Tages- und Nachtpflege tauschen soll?

Das kann mitunter sinnvoll sein. Die Haut profitiert dann von der Feuchtigkeitszufuhr bei Nacht und dem Schutz der reichhaltigen Nachtcreme bei Tag.

FROSTSCHUTZ. *Acute Lip Balm* mit Nachtkerzsamenöl von Eucerin, um € 7,90. *Intense Protection Bio Balsam* mit Olivenöl von Olivarium, bei Kussmund, 50 ml um € 38,-. Vegan: *Strukturlipide* von Ringana, um € 33,90, ringana.com.

