

BE INFORMED, BE INSPIRED, BE YOURSELF!

HAUTSCHUTZ IM SOMMER

ALLES RUND UM DEN UV-SCHUTZ

FEMININ IN FLIEDER

SCHRITT FÜR SCHRITT ZUM
ANGESAGTEN MAKE-UP-LOOK

DOSSIER:

HAIRY ***IS SCARY?***

HAARENTFERNUNGSMETHODEN
FÜR DAS KOSMETIKINSTITUT

DR. MED. SCHRAMMEK

Retinol^{RT+} Performance Serum

Das Retinol^{RT+} Performance Serum ist die Pre-Aging-Lösung für jüngere Haut. Mit wertvollen Antioxidantien aus Rosmarin und Ferulasäure sowie einem hochwirksamen Molekül aus Retinol und Hyaluronsäure hilft das Serum, erste Fältchen zu reduzieren, verbessert die Elastizität der Haut und verfeinert die Poren. Es normalisiert auch den Talggehalt der Haut und hilft, Unreinheiten zu reduzieren.

Hauptwirkstoffe:

- HyRetin: faltenmindernd, elastizitätsverbessernd, sebumregulierend
- RosmarinylTM Glucoside: antioxidativ, schützt vor Kollagen- und Hyaluronabbau
- StoppOx[®] Emulsion: antioxidativ

NEU

Elastizitätsverbessernd

Faltenmindernd

Porenverfeinernd

Antioxidativ

Sebumregulierend

Dr. med. Christine
SCHRAMMEK
derma.cosmetics

ALLE ONLINEBESTELLUNGEN JETZT PORTOFREI



Simon Keller AG
Lyssachstrasse 83
3400 Burgdorf

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

Keller
simonkeller.ch

DER SOMMER

bringt Veränderung

Wer nicht genug vom Sommer kriegen kann, wird diese Ausgabe lieben: Denn wir widmen uns voll und ganz Sonne, Strand und Meer – aber natürlich im BEAUTY-FORUM-Style: Wir präsentieren Ihnen Behandlungen für die Sommermonate, tauchen ab in die Wirkstofftiefen des Meeres und beleuchten, welche Vor- und Nachteile verschiedene Sonnenschutzformulierungen mitsichbringen. Glauben Sie mir, wenn ich sage, nachdem Sie diese Ausgabe gelesen haben, können Sie und Ihre Kundinnen und Kunden die anstehenden Ferien geniessen!

Das gelingt noch besser, wenn die Haut dabei glatt, seidig und haarfrei ist. Deshalb widmen wir uns im Dossier „Hairy is Scary“ ab Seite 30 der wohl beliebteste Dienstleistung in den warmen Monaten: der Haarentfernung.

Für mich heisst es in diesem Sommer Abschied nehmen von der BEAUTY FORUM Ed. Swiss. Nach vielen Jahren in der Redaktion, werde ich mich beruflich verändern. In den letzten Jahren ist mir die Schweizer Beauty-Branche und unser Magazin sehr ans Herz gewachsen, sodass ich den Staffelstab mit einem lachenden und einem weinenden Auge an meine beiden Nachfolgerinnen Judith Lorenzon und Nadine Schwarz weitergebe. Ab der Juli+August-Ausgabe werden Sie die Redaktorinnen kennenlernen. Ich bedanke mich bei Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, für Ihre Treue und wünsche Ihnen mit dieser und den folgenden Ausgaben weiterhin viel Spass und Inspiration beim Lesen!



Ihre

Jaqueline Kramer

Jaqueline Kramer

Editor-in-Chief BEAUTY FORUM Ed. Swiss



INHALT

JUNI 2024

SKIN & BODYCARE CLASSICS

Pflege

- 6 Schutz oder Belastung?**
Alles rund um den UV-Schutz
- 12 Aus der Tiefe: Maritime Inhaltsstoffe**
Hauptpflegende Wirkstoffe von Algen über Kaviar bis hin zu Meersalz

16 News

Fusspflege

- 17 Mehr als schön: Gepflegte Füsse**
Verhelfen Sie Ihren Kunden zu mehr Selbstvertrauen
- 20 Was würden Sie tun?**
Serie

Natural & Organics

- 21 Schöne Haut dank Lymphdrainage**
Wirkweise und Techniken

HIGH COMPETENCE

Apparative Kosmetik

- 24 Haut stärken**
Treatments für gesunde Haut

Medical Beauty

- 26 Speziell: Hals und Dekolleté**
Anti-Aging-Pflege für die besondere Körperpartie
- 28 News**

BUSINESS & COMMUNITY

- 40 Institut des Monats**
GLAMcosmetic by Kathy Maisch
- 46 News**

STYLE & FASHION

- 50 Feminin in Flieder**
Step-by-step zum zarten Make-up-Look
- 55 News**

LIFESTYLE & SELFCARE

Ernährung & Fitness

- 56 Alles dicht?**
Präventionsmassnahmen für Osteoporose
- 58 Fit & healthy**
Serie, Teil 4

D 30

DOSSIER

HAIRY IS SCARY?

Die meisten Ihrer Gäste wünschen sich einen von Haaren befreiten Körper – so erfüllen Sie Ihnen den Wunsch!

30 Intro

Haarentfernung hat im Sommer Hochsaison. Lesen Sie mehr über die verschiedenen Methoden

32 Ohne wachsen: Der perfekte Waxing-Termin

So stimmen Sie die Termine Ihrer Kunden ideal ab

35 Die Evolution der Haarentfernung

Von traditionellen bis zu modernen Verfahren

38 Haariges Ende setzen

Trendschau: Wohin entwickelt sich die Haarentfernung?

21

SCHÖNE HAUT DANK LYMPHDRAINAGE

Wirkweise und Techniken

12

AUS DER TIEFE: MARITIME INHALTSSTOFFE

Hautpflegende Wirkstoffe von Algen
über Kaviar bis hin zu Meersalz

Personality

66 Einfach leben!

Serie: 4 Fragen an
Sara Keller-Gamboni

IN JEDER AUSGABE

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



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

Titelbild + Cover-Look

Fotos: Philipp Keusen / Blend Academy

Make-up: Martina Brunner / Blend Academy

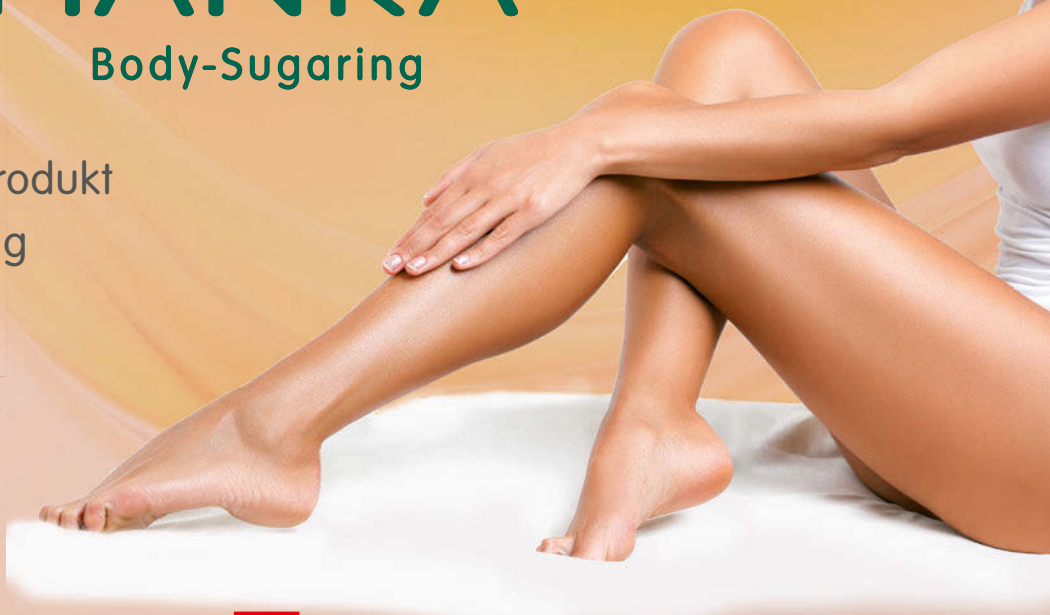
Model: Marina Summer

Beilagenhinweis: Diese Ausgabe enthält
einen Beileger der Firma Neovita Cosmetics
Schweiz. Ausserdem liegt die Sonderbeilage
BUSINESS SPECIAL der Health and Beauty
Marketing Swiss GmbH bei.

HANRA

Body-Sugaring

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



Lydia Dainow Suisse Cosmetic GmbH • Hauptstrasse 15 • CH-5027 Herznach
+41 (0)62 878 31 41 • info@lydiadainow.com • www.lydiadainow.ch



SCHUTZ ODER BELASTUNG?

Viele Sonnenprodukte sind wahre Schadstoffbomben und somit mehr Belastung als Schutz für die Haut. Ein hoher Lichtschutz bedeutet daher nicht immer, dass das Produkt gut für die Haut ist – insbesondere, wenn eine empfindliche oder problematische Haut vorliegt. Kosmetikexpertin Brigitte Riillo klärt im folgenden Artikel über die Vor- und Nachteile verschiedener UV-Filter auf.





Wie erkennt man, ob ein Sonnenschutzprodukt von guter Qualität ist? Was bedeutet gute Qualität? Ein Sonnenschutzprodukt muss viele Aspekte berücksichtigen. So sollte es beispielsweise eine angenehme Konsistenz haben, lang anhaltende Wasserfestigkeit aufweisen, keine Flecken auf der Kleidung hinterlassen, gut verträglich sein, mit einem angenehmen Duft punkten, beim Schwitzen nicht in den Augen brennen und vieles mehr. An oberster Stelle steht aber natürlich der Schutz vor UV-Strahlen. UV-Filter schützen die Haut vor schädlichen Strahlen,

haben aber sehr häufig eine hautbelastende Komponente, die langfristig nicht nur belastend, sondern nachweislich auch schädlich sein kann.

Wussten Sie, dass die meisten UV-Filter selten ohne Mikroplastik auskommen, Allergien auslösen können, Stoffwechselprozesse im Körper stören und hormonell wirksam sind? Viele chemische UV-Filter sind zudem nicht photostabil, das heisst, bei Kontakt mit Sonnenlicht verliert der UV-Schutz seine Wirkung. Die Haltbarkeit von Sonnenschutzprodukten ist daher sehr begrenzt. Obwohl die Konsistenz und der Duft noch angenehm sind, gibt dies keine Auskunft

darüber, ob der Filter noch wirksam ist. Daher ist es sehr wichtig, genau zu prüfen, welches Produkt sinnvoll ist und welches nicht.

WAS MACHT EINEN GUTEN SONNENSCHUTZ AUS?

Bei jährlichen Tests verschiedener Konsumentenforen schneiden häufig Sonnenschutzprodukte mit einer sehr guten Note ab, die nicht unbedingt einen guten Hautschutz vorweisen. Aber wie kann das sein? Die meisten Tests beziehen sich nur auf die Schutzfunktion des Produkts und nicht auf die Auswahl der UV-Filter und deren Nebenwirkungen oder andere Inhaltsstoffe. Es ist klar, dass ein Sonnenschutzmittel, das Mineralöl enthält, wasserresistenter ist als ein Sonnenschutzmittel ohne Mineralöl.

Doch das sagt noch nichts über seine Wirkung aus. Ein Beispiel: Reibt man die Haut mit Vaseline ein, so perlt das Wasser ab: wasserfest, aber absolut nicht hautfreundlich. Das Ergebnis: Es kommt auf der Haut zum regelrechten Hitzestau. Werden dann noch belastende Sonnenfilter beigemischt, ist die Schadstoffbombe komplett. Die Hautbarriere nimmt Schaden, die Haut wird immer empfindlicher, und die Sommerzeit wird zur Belastungsprobe für die Haut.

HINWEIS !

Die Gesetzgebung schreibt vor: UV-Filter als Schutz gegen schädliche Strahlung: Um ein hohes Schutzniveau zu gewährleisten, müssen Sonnenschutzmittel eine ausreichende Wirkung gegen UV-B- und UV-A-Strahlung aufweisen. Dazu gibt es organische (oder chemische) und mineralische (oder physikalische) UV-Filter, die häufig in Mischungen eingesetzt werden, um einen breiten Schutz zu gewährleisten. Jeder UV-Filter schützt in einem bestimmten Wellenlängenbereich. Alle UV-Filter müssen den gesetzlichen Anforderungen gemäss Lebensmittel- und Gebrauchsgegenständeverordnung (LCV, Art. 54, Abs. 5, der auf Anhang VI der Verordnung (EG) Nr. 1223/2009 verweist) entsprechen und auf der Verpackung aufgeführt werden.

CHEMISCH, MINERALISCH, ORGANISCH ODER NATÜRLICH?

Es ist sehr wichtig, die Haut vor UV-Strahlen zu schützen, der Schutz muss dabei aber sinnvoll sein.

Chemische Filter, auch **organische Filter** genannt, sind organische Verbindungen, die in der Natur nicht vorkommen. Viele chemische Filter haben Nebenwirkungen, aber auch Vorteile. Chemische UV-Filter absorbieren die UV-Strahlung auf der Haut und wandeln sie in Wärme um.

Natürliche UV-Filter

Mineralische Filter können als natürliche UV-Filter betrachtet werden. Sie haben jedoch dermatologische Nachteile. Sie trocknen die Haut aus. Ausserdem haben winzige Zinkoxid- und Titanpartikel in unserem Ökosystem eigentlich nichts zu suchen. Sie sind also nur in Anführungszeichen „natürlich“.

Mineralische Filter werden auch physikalische oder anorganische Filter ge-

nannt. Kleinste Partikel beispielsweise aus Zinkoxid oder Titandioxid sind die Hauptvertreter dieser Filter. Dass mineralische Filter ausschliesslich strahlenreflektierend wirken, wird durch verschiedene Studien widerlegt. Tatsächlich macht die Reflexion nur einen sehr kleinen Teil der Schutzwirkung aus. Der überwiegende Teil der Wirkungsweise ist also den chemischen Filtern sehr ähnlich, das bedeutet, bei den physikalischen Filtern wird ein grosser Teil des Schutzes durch Wärmeumwandlung gewährleistet.

Die in physikalischen UV-Filtern verwendeten mineralischen Partikel in Nanogrösse werden derzeit heftig diskutiert. Partikel in Nanogrösse müssen in den INCI mit dem Wort „nano“ deklariert werden. Sie haben den Vorteil, dass sie keinen weissen Film auf der Haut hinterlassen und sich sehr gut verteilen lassen, aber es wird vermutet, dass diese winzigen Partikel in den Körper eindringen und den Organismus schädigen können. Ob Nanopartikel in der Kosme-

Gut verträgliche UV-Filter ohne schädliche Nebenwirkungen

- Bis-Ethylhexyloxyphenol Methoxyphenyl Triazine (Tinosorb S)
- Drometrizole Trisiloxane (Meroxyl XL)
- Terephthalylidene Dicamphor Sulfonic Acid (Mexoryl SX)
- Ethylhexyl Triazone (Uvinul T 150)
- Butyl Methoxydibenzoylmethane
- Diethylamino Hydroxybenzoyl Hexyl Benzoate (Uvinul A Plus)
- Diethylhexyl Butamido Triazone (Iscotrizinol)
- Phenylbenzimidazole Sulfonic Acid (Enzulisol)
- Phenylene Bis-Diphenyltriazine

tik sinnvoll sind oder nicht, ist ein anderes Thema. Wer auf Nummer sicher gehen will, sollte auf Nanopartikel ver-

EOSONIC
R E V O L U T I O N

Strafft die Muskeln

Bekämpft Orangenhaut

Definiert die Körperform

Erneuert das Gewebe

COMING SOON!

INKLUSIVE V-NISSG-AUSBILDUNG

EXPERIENCE DAY 28.08.2024 Dübendorf

So einfach und schnell wie nie zuvor:

EOSONIC REVOLUTION 360°-Körperbehandlungen

Shaping-Welle
Infrarot-Biostimulation
Multipolare resisitive
Radiofrequenz
Elektrostimulation

DIE REVOLUTION UNTER DEN KÖRPER- BEHANDLUNGSGERÄTEN

Ab sofort benötigen Sie nur noch ein einziges Gerät, um jedes Schönheitsziel für den Körper zu erreichen.



QR-Code
scannen
fürs Video!



zichten. Das gilt meiner Meinung nach vor allem für Kinder- und Babysonnencremes.

Chemische und physikalische Filter haben Vor- und Nachteile. Mineralische UV-Filter schneiden jedoch in Bezug auf die Verträglichkeit besser ab. Bei der Auswahl von chemischen UV-Filtern ist darauf zu achten, welche Filter genau eingesetzt werden.

Sehr oft werden **Antioxidantien** als natürliche UV-Filter genannt. Das ist nicht ganz richtig. Antioxidantien sind keine deklarierten UV-Filter, bieten aber einen sehr guten Zellschutz. Das heisst, die Zelle ist besser geschützt und sozusagen „fitter“, wenn sich die Haut vor der Sonne schützen muss. Antioxidantien stärken also den Eigenschutz der Haut. Das bedeutet, dass eine intakte Haut besser mit UV-Strahlen umgehen kann als eine bereits geschädigte Haut. Viele Antioxidantien wie Vitamin E und Vitamin C helfen daher der Haut, sich noch besser gegen UV-Strahlung zu schützen. Auch pflanzliche Stoffe wie grüner Tee, Resveratrol oder Ectoin und vor allem die Ferulasäure, die zusätzlich eine stark depigmentierende Wirkung hat, unter-

stützen die Schutzwirkung von UV-Filtern. Antioxidantien gelten jedoch nicht als UV-Filter, sondern unterstützen diese synergetisch in ihrer Wirksamkeit.

VERMEIDBARE UV-FILTER

Viele der im Folgenden erläuterten UV-Filter werden in der Gesetzgebung als „sicher“ eingestuft, sofern die Grenzwerte eingehalten werden. Diese Werte beziehen sich jedoch auf die eine unproblematische Durchschnittshaut. Einige Filter durchdringen die Haut und können sich im Körper ablagern. So wurden UV-Filter im Blut und in der Muttermilch nachgewiesen. Einige UV-Filter ähneln in ihrer Struktur unseren Hormonen und können so in verschiedene Stoffwechselvorgänge eingreifen und das Wachstum von Tumoren fördern, was in verschiedenen Studien nachgewiesen wurde.

Alle flüssigen Sonnenschutzmittel wie Sprays oder leichte Fluids werden mit öllöslichen UV-Filtern mit Mikroplastik verkapselt. So können leichtere Texturen hergestellt werden. Die Verwendung von Mikroplastik ist sowohl für die Haut als auch für die Umwelt eine Belastung und wird daher bei längerer Anwendung

Vorsicht bei diesen UV-Filtern

- UV-Filter mit starker Penetration: Benzophenone-3, Benzophenone-4, Benzophenone-5, Methylbenzylidene Camphor, Homosalate, Octocrylene, Octyl Methoxycinnamate
- Allergieauslösende Filter: Benzophenone-3, Benzophenone-4, Benzophenone-5, Ethylhexyl Dimethyl PABA, Homosalate, Octocrylene
- Hormonell aktive UV-Filter: Benzophenone-3, Benzophenone-4, Benzophenone-5, Methylbenzylidene Camphor, Isoamyl Methoxycinnamate, Homosalate, Octocrylene, Octyl Methoxycinnamate
- UV-Filter mit Mikroplastik: Tinosorb S ist ein sicherer UV-Filter, Tinosorb S Lite Aqua, Bis-Ethylhexyloxyphenol Methoxyphenyl Triazine, Acrylates/C12-22 Alkyl Methacrylate Copolymer
- Chemisch-mineralische UV-Filter mit Nanopartikeln: Tinosorb M (Nano), Tinosorb A2B (Nano), Methylene Bis-Benzotriazolyl Tetramethylbutylphenol (Nano) und Tris-Biphenyl Triazine (Nano)

nicht empfohlen. Setzen Sie sich mit dem Thema Sonnenschutz auseinander und werden Sie so zum Hautprofi, denn diese Fachkompetenz unterscheidet uns Kosmetikprofs vom ungeschulten Verkaufspersonal des Grosshandels. Das Wissen um die Vor- und Nachteile von UV-Filtern ist entscheidend, um ein „gutes“ Produkt von einem „schlechten“ zu unterscheiden. Hautschutz ist nicht nur im Hinblick auf die Hautkrebsvorsorge, sondern auch im Hinblick auf die Hautalterung von grosser Bedeutung. Denn 60 Prozent der Hautalterung sind auf UV-Strahlung zurückzuführen.



Manche Filter können die Haut durchdringen und in den Blutkreislauf gelangen. Insbesondere bei Sonnencremes für Kinder und Babys sollte auf Formulierungen mit Nanopartikeln verzichtet werden.



Brigitte Rüillo

Die Autorin ist seit über 25 Jahren Kosmetikexpertin, Inhaberin von Blue Kosmetik in Horgen und Founder der Hautpflegemarke Bcare.

CRAITH

L A B

ROYAL COLLAGEN SERUM

MIT VEGANEM
KOLLAGEN TYP-I

Hautidentischer,
hefebasierter
Typ-I-Kollagenkomplex
mit einer Molekülgrösse
von nur 35 Kilodalton



veganes Typ-I-Kollagen:
ergänzt das körpereigene
Typ-I-Kollagen

Epi-Tech®: epigenetische
Peptide stärken die Haut

Royal Epigen P5:
verlangsamt die
Zellalterung

DIE ZUKUNFT DER VEGANEN KOSMETIK

BISHER

Herkömmlich verwendetes Rinderkollagen vermag aufgrund seiner vergleichsweise grossen Moleküle (360 Kilodalton) nicht, in die Haut vorzudringen. Es hat deshalb nur eine sehr geringe Wirkung auf das Bindegewebe.

NEU VON CRAITH LAB

Craith Lab stellt sein veganes Typ-I-Kollagen mit einem speziellen Fermentationsverfahren aus Hefe her. Mit einer Molekülgrösse von nur 35 Kilodalton dringt es tief in die Haut ein, ergänzt das körpereigene Typ-I-Kollagen und regt gleichzeitig dessen Produktion an.

CRAITH LAB

Heute mit der Kosmetik von morgen arbeiten!

Alle Craith Lab Produkte sind frei von Mikroplastik, Parabenen, Paraffinen, PEG's, Silikonen, Sulfaten und werden ohne Tierversuche hergestellt.

www.epigenetic-skincare.ch
Tel. 062 896 42 42, info@cosmovogue.ch



BEST BEAUTY
PRODUCT

AUS DER TIEFE: MARITIME INHALTSSTOFFE

Das Genom des Meeres bietet Forschenden einen riesigen Informationspool. Die genetische Vielfalt der maritimen Tier- und Pflanzenwelt ist für viele Bereiche vielversprechend: sei es in der Medizin, in der Lebensmittelindustrie oder auch in der Kosmetikherstellung. Warum Algenextrakte gerne in der Hautpflege zum Einsatz kommen, wie Kaviar nachhaltiger durch Aquakulturen produziert werden kann und wofür sich hydrolysierte Schwämme eignen, das erfahren Sie im folgenden Gastartikel von Kosmetikexpertin Miriam Mandaglio und Biotechnologin Sarah Mandaglio.

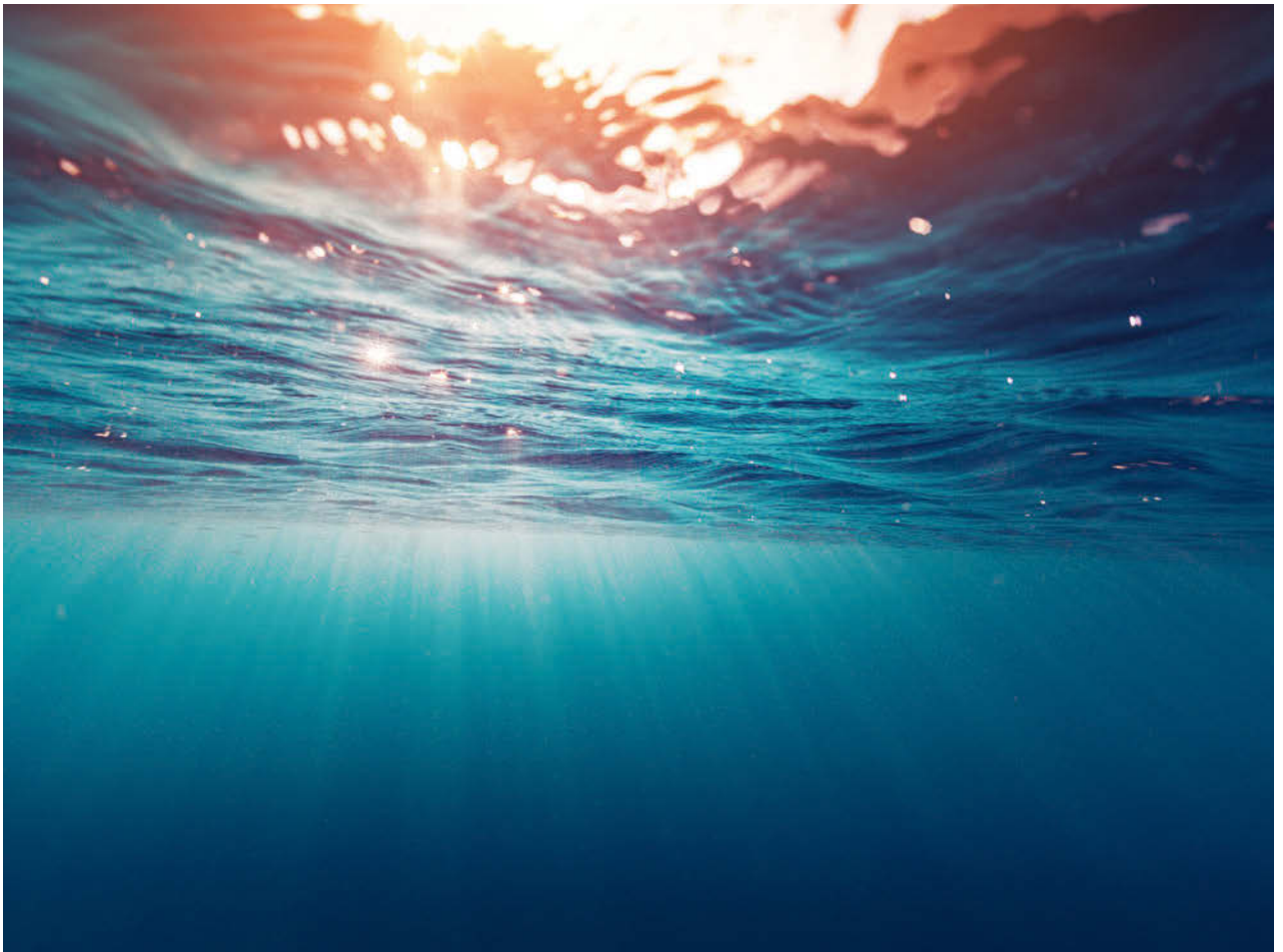


FOTO: DUDAREV MIKHAIL/SHUTTERSTOCK.COM

Die Wissenschaft bringt jedes Jahr neue Erkenntnisse über innovative oder bereits bestehende Inhaltsstoffe aus dem Meer, wobei das Potenzial nach wie vor enorm ist. Welche Inhaltsstoffe besonders potent sind für die Kosmetik, zeigen wir Ihnen im Folgenden.

OMEGA-3-FETTSÄUREN

Für eine strahlende Haut können Omega-3-Fettsäure-Produkte als Nahrungsergänzungsmittel eingenommen oder topisch appliziert werden. Die kosmetische Relevanz besteht darin, dass vor allem die bekanntesten Vertreter dieser Fettsäuren, Eicosapentaensäure (EPA) und Docosahexaensäure (DHA), die Fettsäurezusammensetzung der Haut verbessern und dadurch unterschiedliche Entzündungsreaktionen vermieden werden können. Hautrötungen, Reizungen und Akne können dadurch verbessert werden, und die

Haut kann vermehrt mit Feuchtigkeit versorgt werden und wirkt geschmeidiger.

GEWINNUNG VON OMEGA-3-FETTSÄUREN

Die primäre Quelle von EPA und DHA kann in Algen gefunden werden, wobei die meisten Fische die Triglyceride über ihre Nahrung ebenfalls aufnehmen. Die Gewinnung von Omega-3-Fettsäuren aus Meeresalgen und nicht aus Fischen kann auf nachhaltige Weise erfolgen, indem Algen in Aquakulturen angebaut werden, um die natürlichen Bestände zu schonen. Alternativ können Algen auch in Bioreaktoren kultiviert werden, wobei das wertvolle Algenöl unter kontrollierten Bedingungen und vor allem ohne die Akkumulation von Schadstoffen gewonnen werden kann. Algen sind aber nicht nur wertvolle EPA- und DHA-Lieferanten. Extrakte verschiedener Algenarten wie Rot-, Braun- oder Grünalgen werden eben-

falls in unterschiedlichen Kosmetikformulierungen eingesetzt.

AMINOSÄUREN

Algenmetabolite wie Polysaccharide, Proteine, Pigmente oder Mycosporine und mycosporinähnliche Aminosäuren kommen auch isoliert als Wirkstoffe zum Einsatz und werden in Gesichtscremes, Seren, Masken, Körper-Peelings und Haarpflegeprodukten eingesetzt. Spezielle Arten von winzig kleinen Algen, die Mikroalgen, schweben im Wasser und lassen sich mit der Meeresströmung treiben und bilden das Phytoplankton. Diese Algenformen sind reichhaltige Quellen einzigartiger und vielfältiger bioaktiver Stoffe mit immensem Potenzial für unterschiedliche kosmetische Darreichungsformen. Der Vorteil von Phytoplankton kann in der nachhaltigen Gewinnung aus Bioreaktoren und in der sehr schnellen Vermehrung dieser Biomasse gesehen werden, wodurch die Meeresbestände



SWISSGETAL
+

CELLULAR ANTI-AGING SUN CREAM SPF 50

Ref: SU-300

ANTI-AGING SONNENCREME MIT VOLLUMFÄNGLICHEM
UV-SCHUTZ & KORALLENFREUNDLICHEN FILTERN

Die wichtigsten **Inhaltsstoffe**:

SPF 50 Korallenfreundliche Sonnenfilter
Pflanzliche Öle & Vitamin E regenerieren die Haut
und spenden Feuchtigkeit.

STAMMZELLEN DER SAPONARIA PUMILA CALLUS BLUME
BIRKENSAFT WASSER | SACHARIDE ISOMERATE

www.swissgetal.ch

Beratung und Bestellung unter +41 31 312 36 06

Algenarten

- **Braunalgen:** Sind reich an Mineralien, Vitaminen und Antioxidantien und haben feuchtigkeitsspendende und entzündungshemmende Eigenschaften. Braunalgen können helfen, die Haut zu beruhigen und zu hydratisieren.
- **Rotalgen:** Enthalten viele Proteine, Vitamine und Mineralien, die die Hauterneuerung fördern und die Hautstruktur verbessern können. Rotalgen werden oft in Anti-Aging-Produkten verwendet, um die Hautelastizität zu erhöhen und feine Linien zu reduzieren.
- **Grünalgen:** Sind reich an Chlorophyll und Antioxidantien, die die Haut vor Umweltschäden schützen und helfen können, die Haut zu klären und zu beruhigen.

erhalten bleiben. Es wird erwartet, dass auch langfristig innovative Produkte mit Phytoplankton eingeführt werden.

KAVIAR

Kaviar als weiteres kosmetisch wertvolles Produkt aus dem Meer enthält ebenfalls die beiden ungesättigten Fettsäuren EPA und DHA. Zusätzlich enthält Kaviar eine Vielzahl wertvoller Aminosäuren, Vitamine und Mineralien und wird wegen seiner reichhaltigen Nährstoffe und feuchtigkeitsspendenden Eigenschaften geschätzt. Produkte mit Kaviar besitzen die Fähigkeit, Hautalterungsprozesse zu mildern und das Erscheinungsbild lichtgealterter Haut zu verbessern. Ergebnisse aus Studien deuten darauf hin, dass insbesondere das Kaviaröl einen signifikanten Einfluss auf die Milderung von Hautalterungen hat und potenziell als Inhaltsstoff in wirksamen Anti-Aging-Hautpflegeprodukten eingesetzt werden kann. Weiterhin gibt es erste Hinweise darauf, dass Kaviaröl eine Rolle bei der Produktion von Adiponektin spielen könnte, einem Hormon, das die Produktion von Kollagen und Elastin steigert, die Differenzierung von Hautzellen reduziert, den Prozess der Hautreparatur unterstützt und Entzündungen bekämpfen kann.

NACHHALTIGE GEWINNUNG VON KAVIAR

Bei der Gewinnung von Kaviar aus Aquakulturen werden junge Störe bis zur Geschlechtsreife und zur Gewinnung der Rogen gemästet. Konven-

tionell wurden die Fische für die Gewinnung von Kaviar geopfert, weil eine Entnahme von reifen Eiern aufgrund von Stabilitätsproblemen und Inkompatibilitäten mit Salzwasser nicht möglich war. Mit neuen und nachhaltigen Techniken kann auf die Opferung der Störe bei der Eigewinnung verzichtet werden. Die Ressourcennutzung und unterschiedliche Nachhaltigkeitsaspekte müssen aber weiterhin hinterfragt werden, weil nur wenige Betriebe die neuen Verfahren bereits routinemässig anwenden. Alternative und vegane Kaviarquellen aus Algen werden zwar beschrieben, bieten aber nicht die gleiche Komplexität an Inhaltsstoffen wie tierischer Kaviar.

HYDROLYSIERTE SCHWÄMME

In hydrolysierten Schwämmen, gewonnen aus Meeresschwämmen, existieren weitere Inhaltsstoffe, die in der Kosmetikindustrie zum Einsatz kommen. In Produkten werden die hydrolysierten Schwämme oft aufgrund ihrer exfolierenden Eigenschaften eingesetzt und können in Gesichts- und Körper-Peelings sowie in Reinigungsprodukten gefunden werden. Die feinen Partikel der Schwämme helfen, abgestorbene Hautzellen sanft zu entfernen, die Haut zu reinigen und das Hautbild zu verfeinern. Die Vorteile für die Haut sind vielfältig. Hydrolysierte Schwämme können dabei helfen, die Haut zu reinigen und zu klären, abgestorbene Hautzellen zu entfernen, die Durchblutung zu fördern und die Hautstruktur zu verbessern. Sie sind oft sanfter als andere mechanische

Peelings und eignen sich daher auch für empfindliche Hauttypen. Um eine gewisse Nachhaltigkeit bei der Gewinnung sicherzustellen, werden die Schwämme von Hand gepflückt oder geschnitten, ohne die natürlichen Bestände zu beeinträchtigen.

MEERSALZ

Die Verwendung von Meersalz als Therapeutikum bei dermatologischen Erkrankungen ist seit der Antike bekannt. Wertvolles Meersalz kann die Haut porentief reinigen und ist reich an wertvollen Mineralien wie Magnesium-, Natrium-, Calcium-, Kaliumchlorid und den essenziellen Spurenelementen Sulfat, Jod und Brom. Die Mineralien bewirken und unterstützen unterschiedliche und wichtige Prozesse in unserem Körper wie die Hautbildverfeinerung, Entschlackung, Milderung von Juckreiz oder die Regulation des natürlichen Abschuppungsprozesses, um nur einige zu nennen. Kosmetische Meersalzprodukte existieren schon viele Jahre und kommen auch heutzutage noch in vielen modernen Kosmetikprodukten wie in Gesichtsreinigern, Sprays, Masken und Feuchtigkeitscremes zum Einsatz. Die Nachhaltigkeit hängt von verantwortungsbewussten Gewinnungsmethoden ab wie der Nutzung aus geschützten Meeresschutzgebieten oder der Entsalzung und Reinigung des Wassers. Das Potenzial an wertvollen Inhaltsstoffen aus dem Meer ist noch lange nicht ausgeschöpft und vielversprechend für die Entwicklung von neuen, innovativen und nachhaltigen kosmetischen Produkten.



Miriam Mandaglio

Die Autorin ist Kosmetikerin EFZ und Inhaberin des Kosmetikinstituts SkinGallery in Regensdorf.



Sarah Mandaglio

Die Autorin ist freiberufliche Biotechnologin bei SkinGallery.

LIEBE KOSMETIKERIN ...

... Du hast Dich schon immer danach gesehnt, in die Welt der kosmetischen Medizin einzutauchen, aber bisher nicht den Mut und die richtige Partnerin gefunden?

Du teilst die Vision einer gemeinsamen Welt zwischen Kosmetik und Medizin?

Wir von NIUFACE glauben daran.

WER WIR SIND UND WAS WIR TUN

Unsere Familie – bestehend aus leidenschaftlichen, detailverliebten Ärztinnen und Ärzten mit Blick für das Ästhetische – bietet Dir die perfekte Kombination, um Deinen Kundinnen aussergewöhnliche medizinisch-ästhetische Dienstleistungen auf charmante, unkomplizierte, transparente und moderne Weise anzubieten. Wir glauben fest daran, dass jeder Zugang zu seriösen und hochwertigen medizinischen Behandlungen haben sollte, daher kooperieren wir ausschliesslich mit den besten Kosmetikstudios – vielleicht auch bald mit Dir?

WARUM NIUFACE DIE RICHTIGE WAHL FÜR DEIN STUDIO IST:

- Schönheitsbehandlungen auf höchstem Niveau direkt in Deinem Studio.
- Ästhetische Medizin nur aus fachärztlicher Hand mit vollster Verantwortung.
- Sei rundum sorgenfrei: Wir kümmern uns um alles.
- Natürlichkeit und Schönheit im Fokus.
- Dein Studio, Deine Kundinnen, Deine Belohnung. Gemeinsam erfolgreich.

Wir freuen uns schon riesig darauf, Dich in unserer Familie willkommen zu heissen und können es kaum erwarten, von Dir zu hören!

Dein NIUFACE Team



EIN LIEBESBRIEF
AN HERAUS-
RAGENDE
KOSMETIKERINNEN,

WIE DU ♥

NIUFACE

Niuface Schweiz

Churerstrasse 20
8808 Pfäffikon SZ
info@niuface.ch
www.niuface.ch

FÜR SOMMER-GÖTTINEN

1



2



3



4



5



1 BABOR Einen Frischekick für die Augen verspricht das Set „Instant Fresh & Smooth Eye Serum + Patches“. Die wiederverwendbaren Augen-Patches punkten mit Nachhaltigkeit, während das Serum erfrischend wirkt. Tel. 055 420 28 20, ch.babor.com **2 CNC SKINCARE** Die Sun-Linie kommt mit verbesserter Rezeptur und SPF 50 daher. Die Serie bietet Schutz vor UV-A- und UV-B-Strahlung, vorzeitiger Hautalterung und Pigmentstörungen. Sie besteht aus „Sun Face Cream SPF 50“, „Sun Body Spray SPF 50“, „Sun Body Lotion SPF 50“ und „After Sun Lotion Aloe vera“. Alle Produkte sind hautverträglich, ohne Mikroplastik, Octocrylene und Weichmacher. Tel. 061 271 60 60, www.cnc-cosmetic.ch **3 MARIA GALLAND PARIS** Für ein sanftes Peeling während der abendlichen Reinigung soll „N°63 Lotion Peeling Nuit“ sorgen. Der Toner enthält PHAs, AHAs, Panthenol und Vitamin B3. Tel. 44 245 43 70, www.mariagalland.com **4 MESOESTETIC** Die Sonnenschutzprodukte aus der „mesoprotech“-Linie sind meeresfreundlich und nachhaltig verpackt. Die acht dermatologisch getesteten Produkte basieren auf einer Kombination aus physikalischen, chemischen und biologischen Filtern. Sie schützen sowohl vor UV-A- und UV-B-Strahlung als auch vor sichtbarem Licht (HEV) und Infrarotstrahlung. Tel. 041 768 80 80, www.swissestetic.ch **5 GLOWWA HAIR FOOD** Die Formulierung des Nahrungsergänzungsmittels basiert auf Biotin, Vitamin B₅, B₆ und B₁₂, Folsäure, Zink, Vitamin C und weiteren essenziellen Nährstoffen, die das Haarwachstum fördern und die allgemeine Haargesundheit verbessern sollen. Laut Hersteller sind die ersten Ergebnisse nach 12 Wochen sichtbar. Tel. 043 444 60 57, www.glowwa.ch

MEHR ALS SCHÖN: GEPFLEGTE FÜSSE

Füsse sind für viele Menschen mit Scham und Unsicherheit behaftet: Manch einer hat mit Hornhaut zu kämpfen, ein anderer mit der Form seiner Zehen. Doch gerade im Sommer können sich auch die Füsse nicht länger verstecken, weshalb es nun umso wichtiger ist, Ihren Kundinnen und Kunden mehr Selbstvertrauen und Wohlbefinden dank gepflegter Füsse zu verleihen.



FOTO: NIKOLAY LITOV/SHUTTERSTOCK.COM

Pflege für sommerfrische Füße:

- Erfrischendes Fussbad mit Zitrusfrüchten: Belebt und erfrischt die Füße.
- Nagelpflege und Formgebung: Für gesunde und gepflegte Nägel.
- Hornhautpflege: Glättet die Haut, verhindert Druckstellen und lindert Beschwerden.
- Peeling mit Meersalz: Entfernt abgestorbene Hautzellen und macht die Haut seidenweich.
- Feuchtigkeitsspendende Maske: Intensive Pflege für besonders trockene Haut.
- Entspannende Massage mit kühlendem Aloe-vera-Gel: Wirkt kühlend und im Sommer erfrischend und beruhigend. Löst Verspannungen und lockert die Muskulatur.
- Abschlusspflege mit leichtem Finish: Feuchtigkeitscreme – wer mag, mit einem Hauch von Selbstbräuner – um die Haut zu pflegen und einen natürlichen Glanz zu verleihen.
- Farbtupfer: Die Nägel in einer sommerlichen Farbe oder mit einem transparenten Überlack lackieren und versiegeln.
- Abschlussgespräch und Empfehlungen: Dieser Punkt darf bei keiner Behandlung fehlen, um sicherzustellen, dass sich der Kunde wohlfühlt und zufrieden ist. Empfehlungen für die Heimpflege, insbesondere Feuchtigkeitscremes, um die Füße gesund zu halten.
- Follow-up: Weitere Termine vereinbaren, um die Kundenbindung zu gewährleisten.



In der heutigen Zeit, in der das äussere Erscheinungsbild einen hohen Stellenwert einnimmt, ist das Bewusstsein für die Pflege der Füße essenziell geworden. Die Fusspflegepraxis hat sich zum Ziel gesetzt, ihren Kundinnen und Kunden nicht nur gesunde und gepflegte Füße zu verschaffen, sondern auch ihr Selbstvertrauen in Bezug auf ihre Pfötchen zu stärken. Ein zentraler Aspekt unserer Arbeit besteht darin, Kunden zu mehr Selbstvertrauen in Bezug auf ihre Füße zu verhelfen. Viele Menschen leiden unter Unsicherheiten oder Schamgefühlen aufgrund von Problemen wie Hornhaut, Zehenfehlstellungen, Hallux valgus und Ähnlichem. Durch unsere professionelle Arbeit und einfühlsame Betreuung möchten wir unseren Kunden helfen, ein positives Verhältnis

zu ihren Füßen zu entwickeln. Wir nehmen uns Zeit für eine individuelle Beratung und gehen auf die Bedürfnisse und Wünsche jedes einzelnen Kunden ein.

MEHR WOHLBEFINDEN DANK SCHÖNER FÜSSE

Aus diesen Gründen kann die kosmetische Fusspflege weit mehr bewirken, als nur die äussere Erscheinung vom Fuss zu verbessern. Sie trägt zum ganzheitlichen Wohlbefinden und zu unserer Gesundheit bei. Regelmässige Fusspflege ist absolut wichtig, denn sie beugt Fussproblemen vor und kann sogar dazu beitragen, die Mobilität im Alter zu erhalten. Unsere Kunden verlassen das Studio nicht nur mit schönen und gepflegten Füßen, sondern auch mit einem gesteigerten Allgemeinbefin-

den und einem Gefühl der Leichtigkeit. Ich höre oft die Worte wie: „Jetzt gehe ich wieder wie auf Wolken“, wenn die Kunden die Praxis verlassen, und sie sind sehr dankbar dafür. In einer „Fussoase“ geht es nicht nur um die Pflege, sondern auch um das Zwischenmenschliche. Unser Ziel ist es, den Kunden ein ganzheitliches Wohlfühlerlebnis zu bieten und sie mit gesteigertem Selbstvertrauen und glücklichen Füßen aus unserem Studio gehen zu lassen.

Als Fusspflegerin ist es mir wichtig, eine vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen, in der sich die Kunden wohl- und gut aufgehoben fühlen.

TIPPS FÜR DIE KUNDENKOMMUNIKATION

Hier sind einige Tipps, wie Sie das im eigenen Studio erreichen können:

- Achten Sie darauf, dass Ihr Fusspflegesalon stets sauber und ordentlich ist. Desinfizieren Sie alle Instrumente und Oberflächen gründlich nach jeder Behandlung.
- Bieten Sie eine herzliche und einladende Umgebung in Ihren Räumlichkeiten an. Stellen Sie sicher, dass sich die Kunden wohlfühlen.
- Zeigen Sie Ihre Fachkenntnisse und Erfahrung durch eine professionelle und einfühlsame Beratung und Behandlung. Beantworten Sie die Fragen Ihrer Kunden und gehen Sie auf deren Bedürfnisse ein.
- Ermutigen Sie die Kunden dazu, ihre Bedenken und Wünsche offen mit Ihnen zu teilen. Nehmen Sie sich Zeit für jeden Kunden und hören Sie aufmerksam zu. Bieten Sie individuelle Beratung an und erklären Sie die verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten sowie deren Vorteile.
- Seien Sie transparent über die verwendeten Produkte und die durchgeführte Behandlung.
- Erklären Sie die Schritte der Behandlung, um ein Gefühl von Vertrautheit zu schaffen.
- Um die Privatsphäre der Kunden zu respektieren, sorgen Sie am besten für diskrete Behandlungsräume.

BEHANDLUNGSGRENZEN KOMMUNIZIEREN

Als kosmetische Fusspflegerin ist es mir ausserdem enorm wichtig, dass ich die Grenzen meiner Tätigkeit weiss und auch klar kommuniziere, damit die Gesundheit und Sicherheit unserer Kunden gewährleistet sind. Es ist jedoch nicht immer so einfach, unsere Kunden zur Podologie zu überweisen, wenn wir die Füsse nicht behandeln dürfen. Hier sind einige Möglichkeiten, wie wir das Thema ansprechen könnten:

Ehrliche Kommunikation:

Seien Sie ehrlich und offen gegenüber Ihren Kunden. Erklären Sie ihnen, dass Sie spezialisiert sind auf kosmetische Fusspflege und bestimmte medizinische Bedingungen oder Beschwerden ausserhalb Ihres Fachgebiets liegen.

Aufklärung über die Bedeutung von Podologie:

Erklären Sie Ihren Kunden, was Podologie ist und wie Podologen ausgebildet sind, um medizinische Fussprobleme zu behandeln.

Empfehlungen eines Podologen:

Geben Sie Ihren Kunden Empfehlungen für qualifizierte Podologen in Ihrer Nähe. Sie könnten beispielsweise eine Liste mit Kontaktdaten von Podologen zur Verfügung stellen.

Wichtigkeit der Fussgesundheit herausstellen:

Unterstreichen Sie gegenüber Ihren Kunden, wie wichtig es ist, Fussprobleme ernst zu nehmen und sie von einer qualifizierten Fachkraft behandeln zu lassen, um mögliche Komplikationen zu vermeiden.



Simone Feurer

ist Dipl.-Fusspflegerin SFPV, Dipl.-Shabaa-Expertin, Naildesignerin und Geschäftsinhaberin ihres Kosmetikinstituts Schönpunkt in St. Gallen.

NEOVITA™ COSMETICS

Synergie von Natur und Forschung

Die Alternative für gesunde Haut ohne Konservierungsstoffe

Die Kraft der Pflanzen in innovativen Wirkstoff-Systemen

Keine Konkurrenz durch online Verkauf/
nur im Kosmetikinstitut

Umweltfreundliches Recycling



Generalvertretung NEOVITA COSMETICS Schweiz

Telefon: 033 535 95 66
info@neovita-cosmetics.ch
www.neovita-cosmetics.ch

Astrastrasse 13 B
3612 Steffisburg

Für Kosmetik-Institute:

Telefonieren oder schreiben Sie uns!
Sie erhalten **GRATIS** ein* NEOVITA Vitamin-Set
im Wert von **85,- Fr.** zugeschickt!

*je Kosmetik-Institut auf 1 Kennenlern-Set limitiert!

Ratgeber
ALLTAGSPROBLEME TEIL 39

WAS WÜRDEN SIE TUN?

„Während der Behandlung ist mir versehentlich ein wenig der Maskenpackung auf die Kleidung der Kundin getropft. Natürlich habe ich sofort Schadensbegrenzung betrieben und mich entschuldigt. Die Kundin war dennoch ungehalten. Was würden Sie tun?“

Andrea K. Kosmetikerin aus Herzogenbuchsee

DIE EXPERTIN



XENIA-ALINA REINOLD

Mit Rat und Tat zur Seite steht in diesem Monat Xenia-Alina Reinold. Sie ist Kosmetikerin und Geschäftsführerin von Hautzart Cosmetics in Solothurn. www.haut-zart.ch

Missgeschicke können jederzeit passieren – wichtig sind der richtige Umgang damit und ein exzellenter Kundenservice.

Es ist unvermeidlich, dass in der täglichen Praxis auch einmal etwas danebengeht, doch der Umgang mit diesen Situationen kann den Unterschied zwischen einem zufriedenen Kunden und einem negativen Erlebnis ausmachen.

AUFRICHTIG ENTSCHULDIGEN

Wenn während einer kosmetischen Behandlung ein Missgeschick passiert, ist es wichtig, umgehend und angemessen zu handeln. Der erste Schritt sollte immer eine aufrichtige Entschuldigung sein.

Anschließend ist es entscheidend, sofortige Schadensbegrenzung zu betreiben. Sollte wie in diesem Fall die Kleidung der Kundin beschmutzt worden sein, bieten Sie an, diese zu reinigen oder zu ersetzen. Falls eine sofortige Reinigung nicht möglich ist, können Sie das Kleidungsstück zur professionellen Reinigung

weiterleiten und die Kosten dafür übernehmen.

VERANTWORTUNG ÜBERNEHMEN

Es ist wichtig, dass Sie während des gesamten Prozesses ruhig und höflich bleiben und die Situation klar und verständlich erklären. Übernehmen Sie vollständig die Verantwortung für das Geschehene und zeigen Sie Bereitschaft, die Konsequenzen zu tragen. Indem Sie proaktiv eine Lösung wie eine kostenlose Behandlung oder einen Rabatt auf zukünftige Dienstleistungen anbieten, zeigen Sie Ihre Bemühung, den Fehler wie-

dergutzumachen. Damit tragen Sie dazu bei, das Vertrauen der Kundin wiederherzustellen.

KUNDENBINDUNG STÄRKEN

Ärgern Sie sich nicht über das Versehen. Ein professioneller Umgang mit Fehlern bietet Ihnen auch die Chance, die Kundenbindung zu stärken. Indem Sie zeigen, dass die Zufriedenheit Ihrer Kunden für Sie oberste Priorität hat, bringen Sie Ihre Serviceorientiertheit zum Ausdruck. Sehen Sie es positiv und nutzen Sie solche Gelegenheiten, um Ihre Kundinnen zu beeindrucken und langfristige Beziehungen zu fördern.

Brauchen Sie auch einen Rat?

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

FOTO: AUTORIN

SCHÖNE HAUT DANK LYMPH- DRAINAGE

Natürliche Methoden zur Erhaltung einer gesunden und schönen Haut sind sehr gefragt. Die Lymphdrainage ist eine dieser Möglichkeiten, die Sie mit unterschiedlichen Techniken in Ihre Behandlungen im Kosmetikinstitut integrieren können.



FOTO: MICHELLE ALEXSA/SHUTTERSTOCK.COM



Eine Methode der Lymphdrainage ist das Schröpfen mit speziellen Cups, um den Lymphfluss im Gesicht anzuregen.

Die Lymphe, oft als das vergessene System unseres Körpers bezeichnet, spielt eine entscheidende Rolle für unsere Gesundheit und Schönheit. In der Kosmetikindustrie gewinnt die Lymphdrainage zunehmend an Bedeutung, da ihre Vorteile für die Hautpflege immer deutlicher werden. In diesem Artikel werden wir uns mit verschiedenen Techniken zur Lymphpflege in kosmetischen Behandlungen befassen und Tipps für die Heimpflege geben, um das Beste aus diesem vitalen System herauszuholen.

WAS MACHT DIE LYMPHE?

Die Lymphflüssigkeit, auch Lymphe genannt, spielt eine entscheidende Rolle im Körper, indem sie Abfallprodukte, überschüssige Flüssigkeit, Toxine und Krankheitserreger aus den

Geweben entfernt und das Immunsystem unterstützt. Die Lymphe wird durch ein Netzwerk von Lymphgefässen transportiert, die sich durch den gesamten Körper erstrecken. Diese Gefässe sind mit Lymphknoten verbunden, die wie Filterstationen funktionieren und die Lymphe auf Krankheitserreger überwachen und abfangen.

Die Lymphe bewegt sich durch die Gefässe aufgrund verschiedener Mechanismen, darunter Muskelkontraktionen, die Druck auf die Lymphgefässe ausüben, sowie die Atmung und anderen körperlichen Bewegungen. Darüber hinaus spielt die Muskelkontraktion der glatten Muskulatur in den Lymphgefässen selbst eine wichtige Rolle bei der Förderung des Lymphflusses. Sobald die Lymphe durch die Lymphgefässe und Lymphknoten gefiltert wurde, wird sie in das

venöse System zurückgeführt und schliesslich über die Venen in das Blutkreislaufsystem geleitet. Von dort aus werden die Abfallprodukte von den Nieren und anderen Ausscheidungsorganen entfernt. Insgesamt dient die lymphatische Funktion dazu, das Gleichgewicht der Körperflüssigkeiten aufrechtzuerhalten, das Immunsystem zu unterstützen und den Körper von schädlichen Substanzen zu reinigen.

Eine effektive Lymphzirkulation ist daher entscheidend für die Gesundheit und das Wohlbefinden des gesamten Organismus.

FOKUS GESICHT UND LYMPHE

Die wiederholte Anspannung bestimmter Gesichtsmuskeln – die Mikromimik – kann auch die Funktion des Lymphsystems beeinträchtigen. Wenn die Gesichts- und Nackenmuskeln übermässig angespannt sind – beispielsweise durch den sogenannten „Tech Neck“ (umgangssprachlich für die entstehenden Falten am Hals durch das ständige Herabschauen auf das Handydisplay), aber auch durch andere Fehlhaltungen oder durch Zähneknirschen –, kann der normale Lymphfluss behindert werden.

Denn die Muskelspannungen führen dazu, dass der Lymphfluss verlangsamt oder sogar gestoppt wird.

Daraus entsteht eine Stauung der Lymphe im Gewebe, was dazu beitragen kann, dass sich Toxine und Abfallprodukte ansammeln und die Hautbelastung erhöhen.

Eine beeinträchtigte Lymphdrainage im Gesicht kann zu Schwellungen, Tränensäcken, Pigmentverschiebungen, Unreinheiten, Akne, Erschlaffung des Gewebes und einem allgemein müden Aussehen führen, da die Lymphe nicht effektiv abfließen kann und sich unter der Haut ansam-

„ EINE BEEINTRÄCHTIGTE LYMPHDRAINAGE IM GESICHT KANN ZU SCHWELLUNGEN, TRÄNENSÄCKEN, PIGMENTVERSCHIEBUNGEN, UNREINHEITEN, AKNE, ERSCHLAFUNG DES GEWEBES UND EINEM ALLGEMEIN MÜDEN AUSSEHEN FÜHREN.

melt. Die Kombination aus angespannten Gesichtsmuskeln und gestauter Lymphe kann zu einer verstärkten Faltenbildung führen, da die Haut über längere Zeiträume hinweg gestrafft wird und nicht die Möglichkeit hat, sich zu regenerieren. Daher sollte neben der Entspannung der Gesichtsmuskeln auch die Lymphgesundheit gefördert werden, um die natürliche Entgiftung der Haut zu unterstützen. Durch gezielte Lymphdrainage-Massagen und Entspannungstechniken können die Gesichtsmuskeln entspannt und der Lymphfluss angeregt werden, was zu einem strahlenderen und entspannteren Erscheinungsbild führt.

TECHNIKEN ZUR LYMPHPFLEGE

- **Manuelle Lymphdrainage:** Diese sanfte Massagetechnik stimuliert den Lymphfluss durch das Lymphsystem, indem sie leichte, rhythmische Bewegungen verwendet. Durch gezielte Druck- und Streichbewegungen werden Toxine und überschüssige Flüssigkeit aus dem Gewebe abtransportiert, was zu einer verbesserten Durchblutung und einem strahlenden Teint führt.
- **Gua Sha:** Die traditionelle chinesische Technik verwendet spezielle Tools aus Jade oder Rosenquarz, um sanften Druck auf die Haut auszuüben und den Lymphfluss zu stimulieren. Durch das Lösen der „Stressmuskeln“ (Kau-, Nacken- und Schultermuskulatur) werden Blockaden in den Faszien gelöst und die Entgiftung gefördert, was zu der Hauttextur verbessert und das Hautbild verfeinert.
- **Lymphbürsten:** Diese Bürsten sind so konzipiert, dass sie sanft über die Haut gleiten und den Lymphfluss anregen. Sie verfügen oft über weiche Noppen, die die Haut massieren und stimulieren, ohne sie zu reizen. Durch regelmässiges Bürsten kann die Lymphdrainage verbessert, Schwellungen reduziert und die Hautstruktur verfeinert werden. Diese Bürsten sind einfach zu verwenden und können in die tägliche Hautpflegeroutine integriert werden.

Die Vorteile der Lymphpflege

- **Entgiftung:** Durch die Entfernung von Toxinen und überschüssiger Flüssigkeit aus dem Gewebe wird die Haut von innen gereinigt und geklärt.
- **Straffung:** Die verbesserte Durchblutung und Entwässerung führen zu einer strafferen und glatteren Hautstruktur.
- **Entspannung:** Die sanften Berührungen und Massagebewegungen während der Lymphdrainage haben eine entspannende Wirkung auf Körper und Geist.
- **Verjüngung:** Die Stimulation des Lymphflusses fördert die Zellerneuerung und unterstützt die Haut bei der Regeneration, was ein verjüngtes Aussehen fördert.

Tipps zur Heimpflege

1. Eine ausreichende Wasserversorgung unterstützt den Lymphfluss und hilft, Toxine aus dem Körper zu spülen.
2. Integrieren Sie trockenes Bürsten in die Beautyroutine, um die Durchblutung zu fördern und den Lymphfluss anzuregen.
3. Verwenden Sie lymphstimulierende Hautpflegeprodukte mit Inhaltsstoffen wie Zitrone, Zypresse und Rosmarin.
4. Yogaübungen für das Gesicht können die Muskeln stärken und die Lymphdrainage unterstützen.
5. Eine ausgewogene und gesunde Ernährung, die reich an frischem Obst, Gemüse, Vollkornprodukten und magerem Eiweiss ist, . Vermeiden Sie übermässig verarbeitete Lebensmittel, Zucker und gesättigte Fette, die den Körper belasten können.
6. Atemübungen: Praktizieren Sie bewusste Atemübungen, um Stress abzubauen und die Entspannung zu fördern. Tiefes Atmen kann den Fluss der Lymphe verbessern und die natürliche Entgiftung des Körpers unterstützen.
7. Eine sanfte Selbstmassage oder eine Lymphbürste für das Gesicht, den Hals und den ganzen Körper, können den Lymphfluss anregen und Schwellungen reduzieren. Sanfte Bewegungen entlang der Lymphbahnen können helfen, Stauungen zu lösen und die Hautstruktur zu verbessern.

- **Elektrostimulation:** Mit elektrischen Impulsen können die Muskelkontraktionen stimuliert und verbessert werden, um den Lymphfluss zu aktivieren. So werden Schwellungen reduziert, das Gewebe gestrafft und die Hautregeneration angeregt.
- **Schröpfen:** Beim Schröpfen wird mithilfe von speziellen Saugglocken ein Unterdruck auf der Haut erzeugt, der die Durchblutung und den Lymphfluss anregt. Diese Technik kann dabei helfen, Giftstoffe aus dem Gewebe zu entfernen, Verspannungen zu lösen und die Hautstruktur zu verbessern. Schröpfen bietet eine sehr gute Möglichkeit, die Hautgesundheit Ihrer Kundinnen und Kunden von innen heraus zu unterstützen und somit eine ganzheitliche kosmetische Behandlungen anzubieten.

SCHLUSSBEMERKUNG

Die Lymphdrainage ist ein unverzichtbarer Bestandteil einer ganzheitlichen Hautpflegeroutine. Durch die Integration verschiedener Techniken in kosmetische Behandlungen und die Förderung der Heimpflege können wir das Potenzial der Lymphe nutzen, um strahlende und gesunde Haut zu erreichen.



Gioia Giardino-Buser

Die Kosmetikerin EFZ mit Schwerpunkt auf ganzheitlicher Bio-Naturkosmetik führt seit 2007 ihr Institut La Gioia Naturkosmetik. Ihre Leidenschaft sind Gesichtsmassagen wie Gua Sha Sculptural Facelifting, die sie auch seit 2020 schult. www.lagioia-naturkosmetik.ch

HAUT STÄRKEN

Die Suche nach innovativen Ansätzen zur Hautpflege hat in den vergangenen Jahren zu aufregenden Entwicklungen geführt. Im Mittelpunkt stehen Behandlungen, die nicht nur auf ästhetische Verbesserungen abzielen, sondern auch die Hautbarriere stärken wie das Nanoneedling, die Elektromagnetische Muskelstimulation (EMS) für das Gesicht und die Infrarotlichtbehandlung.

Das Nanoneedling setzt – Gegensatz zum herkömmlichen Microneedling – auf feinere Nadeln, die die äussere Hautschicht sanft stimulieren, ohne sie zu durchdringen. Dieser Ansatz fördert nicht nur die Durchblutung, sondern erleichtert auch die Aufnahme von Wirkstoffen. Dies soll zu einer verbesserten Wirksamkeit der Hautpflegeprodukte führen. Die Nanoneedling-Behandlung erfolgt schrittweise, wobei jeder Schritt auf die Maximierung der Hautregeneration und Stärkung der Hautbarriere abzielt.

- **Hautreinigung:** Eine sorgfältige Reinigung der Haut entfernt Unreinheiten, Make-up-Reste und Öle.

Dies stellt sicher, dass die nachfolgende Stimulation auf einer sauberen Hautoberfläche stattfindet.

- **Vorbereitung der Wirkstoffe:** Im nächsten Schritt werden spezielle Wirkstoffe auf die Haut aufgetragen. Diese können je nach individuellen Hautbedürfnissen variieren und dienen dazu, die Hautregeneration zu fördern und die Wirkstoffaufnahme zu optimieren.
- **Nanoneedling-Anwendung:** Feine Nadeln werden sanft über die Haut geführt. Diese Nadeln stimulieren die äussere Hautschicht.
- **Beruhigung und Pflege:** Nach der Nanoneedling-Anwendung wird die Haut beruhigt und mit pflegenden Substanzen versorgt. Dies

hilft dabei, mögliche Rötungen zu minimieren und unterstützt die Regeneration der Haut.

- **Nachsorge und Pflegeempfehlungen:** Die Kosmetikerin gibt abschliessende Pflegeempfehlungen für die Zeit nach der Behandlung. Dies kann die Verwendung spezieller Hautpflegeprodukte wie die Kombination verschiedener Vitamine (A, E und C) oder Hyaluron. Aber auch reinigende Substanzen und Sonnenschutzmittel schützen die Haut.

EMS FÜR DAS GESICHT

Elektromagnetische Muskelstimulation (EMS) nutzt elektrische Impulse, um die Gesichtsmuskulatur zu sti-



FOTO: ZULFISKA/SHUTTERSTOCK.COM

Vorteile für Ihre Kundin

Zur Vermarktung der drei Behandlungen nennen Sie Ihrer Kundin die Vorteile des jeweiligen Treatments. Diese sind ...

... beim Nanoneedling:

- **Hautregeneration:** Die Behandlung unterstützt effektiv die natürliche Regeneration der Hautzellen.
- **Verbesserte Wirkstoffaufnahme:** Durch die gezielte Stimulation wird die Aufnahme von Hautpflegeprodukten optimiert.
- **Stärkung der Hautbarriere:** Ohne die Hautintegrität zu beeinträchtigen, wird durch das Nanoneedling die Hautbarriere gestärkt, was ihr mehr Widerstandskraft verleiht.

... bei EMS für das Gesicht:

- **Straffung der Haut:** Elektrische Impulse führen zu einer gesteigerten Muskelaktivität, wodurch die Haut straffer und fester wird.
- **Reduktion feiner Linien:** Feine Linien und Fältchen werden durch die Muskelstimulation gemindert, was zu einem jugendlicheren Erscheinungsbild führt.
- **Stärkung der Hautstruktur:** EMS verbessert auch die Hautstruktur, indem sie die Kollagenproduktion anregt und somit die Hautbarriere stärkt.

... bei Infrarotlicht:

- **Entspannung der Haut:** Die Wärmeübertragung durch Infrarotwellen trägt zur Entspannung der Haut bei, was besonders bei gestresster Haut von Vorteil ist.
- **Förderung der Kollagenbildung:** Die Kollagenproduktion wird angeregt, was zu straffer und jugendlicher wirkender Haut führt.
- **Unterstützung der Hautbarriere:** Durch die Förderung von Zellerneuerung wird die Hautbarriere gestärkt, was sie widerstandsfähiger macht.

mulieren, was zu einer verbesserten Straffung und Festigung der Haut führt.

Wichtig: Um die Behandlung durchführen zu dürfen, müssen Anwender die Verordnung zum Schutz vor schädlichen Wirkungen nichtionisierender Strahlung bei der Anwendung am Menschen (NiSV) beachten.

Die EMS-Behandlung nutzt elektrische Impulse, um die Gesichtsmuskulatur zu stimulieren und somit zu straffen. Der Prozess erfolgt in mehreren Schritten, wobei die elektrischen Impulse gezielt auf die Hautstruktur und Muskeln abgestimmt werden.

- **Reinigung und Vorbereitung:** Wie bei vielen Hautbehandlungen beginnt auch die EMS-Behandlung mit einer gründlichen Reinigung der Haut. Eventuell vorhandenes Make-up wird entfernt, um eine optimale Wirkung der elektrischen Impulse zu gewährleisten.
- **Elektrodenplatzierung:** Spezielle Elektroden werden auf die Haut platziert, wobei die Positionierung je nach den zu behandelnden Gesichtsbereichen variiert. Diese Elektroden übertragen die elektrischen Impulse auf die Gesichtsmuskulatur.
- **Anpassung der Impulsintensität:** Die Kosmetikerin passt die Intensität der elektrischen Impulse an die individuellen Bedürfnisse und Empfindung des Kunden an. Dies

stellt sicher, dass die Stimulation wirksam ist, aber gleichzeitig angenehm bleibt.

- **Stimulationszyklus:** Die eigentliche EMS erfolgt in Zyklen, wobei die Impulse die Gesichtsmuskeln stimulieren und somit zur Straffung und Festigung beitragen. Dieser Prozess kann je nach Ziel der Behandlung variieren.
- **Abschlusspflege:** Nach der EMS-Behandlung wird die Haut mit beruhigenden und pflegenden Produkten versorgt. Dies hilft, mögliche Irritationen zu minimieren, und unterstützt die Haut dabei, sich nach der Stimulation zu regenerieren.

INFRAROTLICHTBEHANDLUNG

Die Infrarotlichtbehandlung setzt unsichtbare Infrarotwellen ein, um Wärme in die Haut zu übertragen. Dieser Prozess fördert die Durchblutung, entspannt die Muskulatur und unterstützt die natürliche Regeneration der Haut. Sie ist eine ganzheitliche Methode, um die Hautbarriere zu stärken und das allgemeine Hautbild zu verbessern. Die Infrarotlichtbehandlung erfolgt schrittweise, wobei die Wärme gezielt auf die Haut einwirkt.

- **Reinigung und Vorbereitung:** Wie bei den vorherigen Behandlungen beginnt auch die Infrarotlichtbehandlung mit einer gründlichen Reinigung der Haut. Dies stellt si-

cher, dass die Wärme optimal in die Haut eindringen kann.

- **Platzierung der Infrarotlichtquelle:** Eine spezielle Infrarotlichtquelle wird in einem sicheren Abstand zur Haut platziert. Die Positionierung variiert je nach den zu behandelnden Hautpartien. Die unsichtbaren Infrarotwellen übertragen Wärme.
- **Dauer und Intensität:** Das Treatment kann je nach den individuellen Bedürfnissen zwischen 20 und 30 Minuten variieren. Die Intensität wird entsprechend den Zielsetzungen der Behandlung angepasst.
- **Abschlusspflege und Empfehlungen:** Im Anschluss wird die Haut mit pflegenden Produkten versorgt. Die Kosmetikerin gibt zudem Empfehlungen für die Pflege zu Hause, um die positiven Effekte der Behandlung zu unterstützen.



Giedre Rasche

Die Autorin ist Kosmetikerin, Inhaberin von zwei Kosmetikinsti-
tuten und Beauty-Business-Coachin.
www.luxusmentoringbygiedrerasche.com

SPEZIELL: HALS, UND DEKOLLETÉ

Das wahre Alter lässt sich gerade an der Haut von Hals und Dekolleté gut erkennen. Dennoch wird diese Hautregion in der täglichen Pflege – sogar von Beauty-Profis – immer noch häufig vernachlässigt, und das im Ergebnis mit sichtbaren Folgen. Wie die Haut an dieser besonderen Körperpartie aussieht und welche speziellen Anforderungen sie an die Pflege stellt, lesen Sie hier.

Hals und Dekolleté gehören wie die Hände zu den licht-exponiertesten Hautarealen. Allein dadurch unterliegt die Haut dort ganz besonders den äusseren Einflüssen der Hautalterung. Zusätzlich weist die Hautstruktur an Hals und Dekolleté einige spezifische Merkmale und Besonderheiten im Hautaufbau auf, die eine möglichst frühzeitige tägliche Pflegeroutine zwingend erforderlich machen. Zur exponierten Sonnenbelastung kommt nämlich erschwerend hinzu,

dass die Haut an Hals und Dekolleté talgdrüsenärmer ist als im Gesicht und schnell ein naturgegebenes Defizit an Fett und Feuchtigkeit vorliegt. Die Haut ist auch dünner als an anderen Körperstellen und hat als weitere strukturelle Besonderheit sehr wenig Unterhautfettgewebe. Ein frühzeitiger Verlust von Fettgewebe (Lipoatrophie) am Dekolleté während des Alterungsprozesses liegt daher ebenfalls häufig vor, sodass auch aufgrund des Hautaufbaus die Zeichen der Hautalterung hier besonders schnell sichtbar werden.

LIPOTROPHIE

Diese Lipoatrophie spielt eine ganz besondere Rolle: Das unter der Haut liegende Fettgewebe verliert mit zunehmendem Alter schnell an Volumen, das heisst, die Adipozyten (Fettzellen) verringern sich in Anzahl und Grösse. In der plastischen Chirurgie wird daher bei Lipoatrophie beispielsweise Eigenfett injiziert (Lipofilling), um durch das „aufgefüllte“ Fettgewebe das ursprüngliche Volumen wiederherzustellen.

ZUSATZFUNKTION

Als wären die starken Einflüsse durch Sonnenstrahlen und der Volumenverlust aber nicht genug, hat die Haut am Dekolleté anatomisch bedingt noch eine Zusatzfunktion: Der Hintergrund ist, dass der Brustmuskel an der weiblichen Brust sehr tief liegt und der eigentliche Busen darüber hauptsächlich aus Fett-, Drüsen- und Bindegewebe besteht. Folglich dient die Haut des Dekolletés in dieser Region auch noch als Stützelement, was ohne ausreichende Festigkeit und Elastizität nicht möglich wäre. Die Erhaltung eines schönen Halses und vor allem eines straffen Dekolletés erweist sich daher als keine leichte Aufgabe.

BESONDERE ANATOMIE AB 40

Besonders wenn die natürlichen Regenerationsmechanismen nachlassen, zeigen sich aufgrund der besonderen Anatomie um das 40. bis 45. Lebensjahr herum sichtbare Dekolletéfalten und eine nachlassende Elastizität. Dies passiert gefühlt oft „über Nacht“. Der Hintergrund ist, dass die Faltenbildung häufig

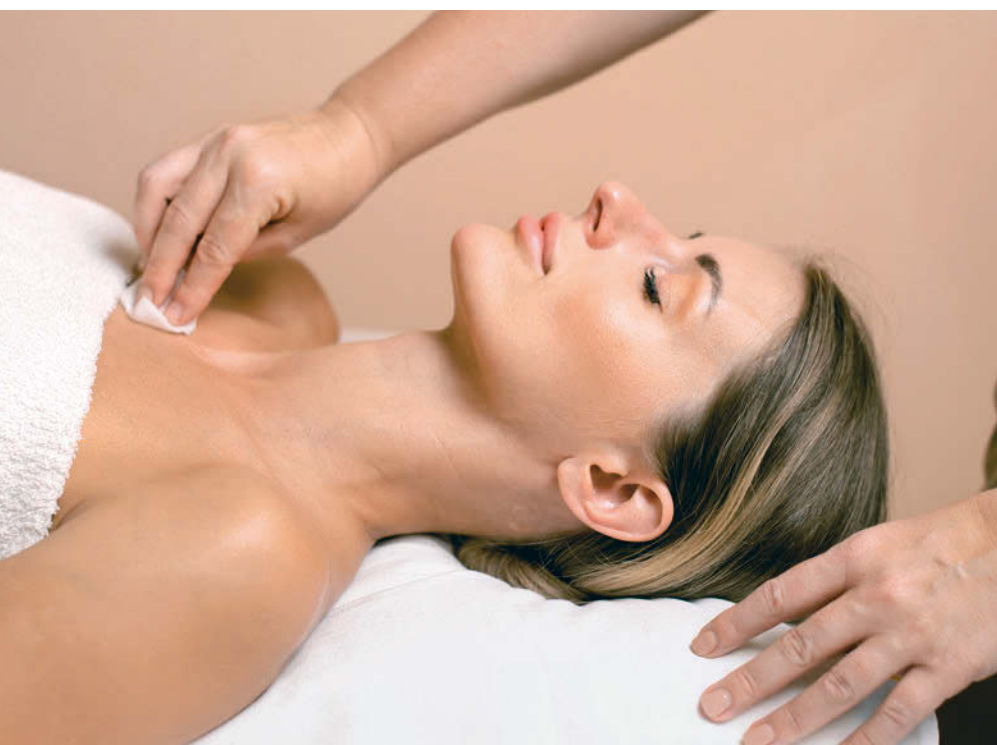


FOTO: OLHA NOSOVA/SHUTTERSTOCK.COM

fig durch die Schlafposition auf der Seite begünstigt wird. Das Dekolleté wird in dieser Position von beiden Oberarmen zusammengedrückt mit dem Resultat, dass Liegefalteln vom Halsansatz bis zur Brustmitte entstehen. Diese Falten zeigen sich natürlicherweise zwar auch schon vor der Lebensmitte, bilden sich anfangs aber von allein wieder schnell zurück. Mit dem Alter und der nachlassenden Festigkeit der Haut bleiben sie jedoch sichtbar bestehen.

FRÜH PRÄVENTIV PFLEGEN

Professionelle und gute Pflege von Hals und Dekolleté sollte daher präventiv und sehr früh erfolgen, spätestens jedoch, wenn sich die Falten nicht mehr zurückbilden. Dann benötigt die Haut Spezialpflege, die sie wieder festigt, das Volumen aufbaut, strafft und allgemein jugendlicher erscheinen lässt.

Eine normale Bodylotion ist in diesem Fall nicht ausreichend, da sie selten die nötigen Wirkstoffe enthält. Aufgrund der besonderen Beschaffenheit und der täglichen Belastungen kann gegebenenfalls zwar eine reichhaltige Gesichtspflege durchaus für Hals und Dekolleté mitverwendet werden, allerdings auch nur bis zu einem bestimmten Punkt der voranschreitenden Hautalterung.

BESONDERE BEDÜRFNISSE

Spezialpräparate sind hingegen entsprechend an die besonderen Bedürfnisse dieser Hautpartie angepasst. Sie enthalten vor allem aufbauende Wirkstoffe, durch die sie Volumenverlust und nachlassender Stützkraft entgegenwirken und gleichzeitig Trockenheits- und Knitterfältchen vorbeugen.

Zum Beispiel ist „Adipofill’in“ ein patentiertes L-Ornithin (Aminosäure), das in einem speziellen Transportsystem verkapselt ist. Der Wirkmechanismus soll dafür sorgen, dass die Lipostruktur der Haut durch Vermehrung des Fettgewebes wieder aufgebaut wird.

Ein weiterer pflanzlicher Wirkstoffkomplex aus Mangostanfrucht, Quitte und einem speziellen Cell Boost Factor unterstützt nicht nur den natürlichen Prozess der Lipideinlagerung, sondern verbessert auch die Hautelastizität, sodass zudem die Festigung an Hals und Dekolleté gefördert wird. Moisturizer wie

Tipps für die Kundin zu Hause

Die Kosmetikerin als Pflegeprofi kann zudem wertvolle Tipps für die Kundin zur Unterstützung der täglichen Heimpflege mitgeben:

- Immer von unten nach oben eincremen, sozusagen gegen die Schwerkraft.
- Auch Ampullenkuren für zu Hause können in der Hals- und Dekolletépflege eingesetzt werden. Sie ziehen schnell ein und können ihre Wirkung sofort voll entfalten.
- Leichte Zupfmassagen unterstützen die Aktivierung: Sie regen die Durchblutung an und unterstützen die Aufnahme der anschliessend aufgetragenen Wirkstoffe.
- Vor allem im Urlaub und in den Sommermonaten sollte die Kundin Hals und Dekolleté stets wirksam vor UV-Belastung schützen und hohe Schutzfaktoren wählen (LSF 50).
- Ergänzende sportliche Einheiten unterstützen die Straffung des Dekolletés ebenfalls (zum Beispiel Liegestütze oder spezielle Theraband-Übungen).

Aloe vera oder Hyaluronsäure sorgen dafür, dass Trockenheitsfältchen gemindert werden und die Haut frischer erscheint.

Bei regelmässiger Anwendung solcher abgestimmter Pflegeprodukte für Hals und Dekolleté kann die Haut deutlich geformter erscheinen und Falten weniger sichtbar werden.

Wichtig in Bezug auf die Produktgrundlage ist, dass die Produkte für Hals und Dekolleté nicht zu fettig sein sollten, da die Haut dort sehr dünn ist. Bei einem Übermass an Lipiden auf der Hautoberfläche können Talgdrüsen verstopfen, und es entstehen Unreinheiten.

Zudem sind – vor allem am Dekolleté – eine rasche Verteilung und ein schnelles Einziehen der Pflege wichtig. Denn Kleidung soll sofort wieder angezogen werden können, ohne dass man fettende Rückstände befürchten muss.

Neben kontinuierlicher Verwendung von geeigneter Heimpflege mit abgestimmten Wirkstoffen und Grundlagen unterstützt die regelmässige Profipflege in der Kabine die aufbauenden und glättenden Ergebnisse.

PEELINGS ZUR VORBEREITUNG

Zur Verbesserung der Wirkstoffaufnahme kann hier mit intensiven Peelings tiefergereinigt und aktiviert werden. Bei der Wahl des Peelings sollte allerdings darauf geachtet werden, grobkörnige Schleifpartikel zu vermeiden. Effiziente Enzym-Peelings sind deutlich besser geeignet. Sie entfernen nicht nur störende Verhornungen, sondern sie sorgen auch dafür, dass Wirkstoffe besser aufgenommen werden, und machen die Haut so-

fort glatter und geschmeidiger. Wirkstoffkonzentrate und Ampullen können nach dieser intensiven Vorbereitung perfekt eingesetzt werden.

MASSAGEN FÜR MUSKULATUR

Massagen sind ebenfalls effektive Behandlungsbausteine. Sie lockern die Muskulatur, verbessern die Durchblutung und damit die Versorgung der Haut. Wichtig ist zu beachten, dass am Hals nicht beidseitig zeitgleich massiert wird, um eine ausreichende Durchblutung zu gewährleisten. Grundsätzlich wird zudem empfohlen, straffende Masken innerhalb einer Gesichtsbehandlung immer mit auf Hals- und Dekolleté aufzutragen. Die Kosmetikerin sollte diese Extrakosten der Behandlung jedoch stets mitberücksichtigen. Entweder wird dies vorab in die Behandlungskosten einkalkuliert oder gesondert berechnet.



Dr. med. Christine Schrammek-Drusio

Die Geschäftsführerin der Dr. med. Christine Schrammek Kosmetik GmbH & Co. KG ist Dermatologin und Allergologin. Als Anti-Aging-Expertin entwickelt sie Behandlungsmethoden, unter anderem die Kräuterschälkur „Green Peel“ und dermatologische Pflegeprodukte.



Christina Drusio

ist Teil der Inhaberfamilie und Mitglied der Geschäftsführung der Dr. med. Christine Schrammek Kosmetik GmbH & Co. KG. Sie ist Dermatologin und als Expertin zum Thema Haut eine geschätzte Referentin bei internationalen Vorträgen und Seminaren.

MEDICAL BEAUTY

1



2



3



4



5



6



1 MATIS PARIS „Cell Cure“ heissen die Gesichtspflegekuren, die in einem kurzen Zeitraum für konzentrierte Pflege sorgen sollen. Ideal geeignet seien sie laut Hersteller bei jahreszeitlichen Veränderungen oder hormonellen Umschwüngen. Sauerstoffhaltige Wirkstoffe sowie die Stammzellen der weissen Rose sind nur zwei der Ingredienzien. Tel. 044 389 87 87, www.jp-rosselet.ch **2 DERMALOGICA** Um dunkle Flecken zu mindern, wurde „PowerBright Dark Spot Peel“ entwickelt. Das 15-minütige Peeling für zu Hause soll die dunklen Flecken verblassen lassen und Auslöser für postinflammatorische Hyperpigmentierung (PIH) reduzieren. Tel. 062 891 55 07, www.dermalogica.de **3 DR. MED. CHRISTINE SCHRAMMEK** Feuchtigkeitsarme, müde und gereizte Haut soll mit der „Essential Algo Vital Mask“ erfrischt und geglättet werden. Zu den Hauptwirkstoffen zählen Meeresschlick und Algin. Tel. 034 420 08 00, www.simonkeller.ch **4 BELICO** Das „Effect – PHA Power Senso Fluid“ basiert auf einer Kombination von Polyhydroxysäuren und Peptiden aus der Lupine. Es hat die Aufgabe, die Hautoberfläche sanft zu peelen, den Feuchtigkeitsgehalt zu verbessern sowie Fältchen, Unreinheiten und Pigmentflecken zu mindern. www.belico.de **5 REVIDERM** Zehn Pflege- und Effekt-Ampullensets, bestückt mit jeweils sieben Ampullen, versprechen, verschiedene Hautbedürfnisse mit konzentrierten Wirkstoffen zu unterstützen. Die Einmalportionen ziehen schnell ein. Tel. +49 81 04 88 73-0, www.reviderm.com **6 CRAITH LAB** Ein veganes Typ-I-Kollagen, das aus einem Fermentationsverfahren von Hefe gewonnen wird, macht das „Royal Collagen Day & Night Serum“ laut Hersteller zu einer innovativen Hautpflege. Die Molekülgrösse von nur 35 Kilodalton soll es tiefer in die Haut eindringen lassen und das körpereigene Kollagen ergänzen. Tel. 062 896 42 42, www.cosmovogue.ch

DER AWARD DER PROFESSIONELLEN BEAUTY-BRANCHE



STIMMEN SIE AB:

Bis zum 31. August freuen sich die teilnehmenden Unternehmen auf Ihre Stimme. Voten Sie für die Top-Produkte 2024 und Ihre Lieblingsunternehmen!

www.bf-award.de

DOSSIER

HAIRY IS SCARY?

Haarentfernung ist eine sehr beliebte Anwendung im Institut. Gerade jetzt macht es Sinn, sich über die verschiedenen Methoden zu informieren. Denn bald steht wieder der Frühling vor der Tür, und die Nachfrage der Kundinnen wird nach den kalten Tagen wieder steigen. Mehr dazu lesen Sie auf den kommenden Seiten.



FOTO: UFABIZPHOTO/SHUTTERSTOCK.COM



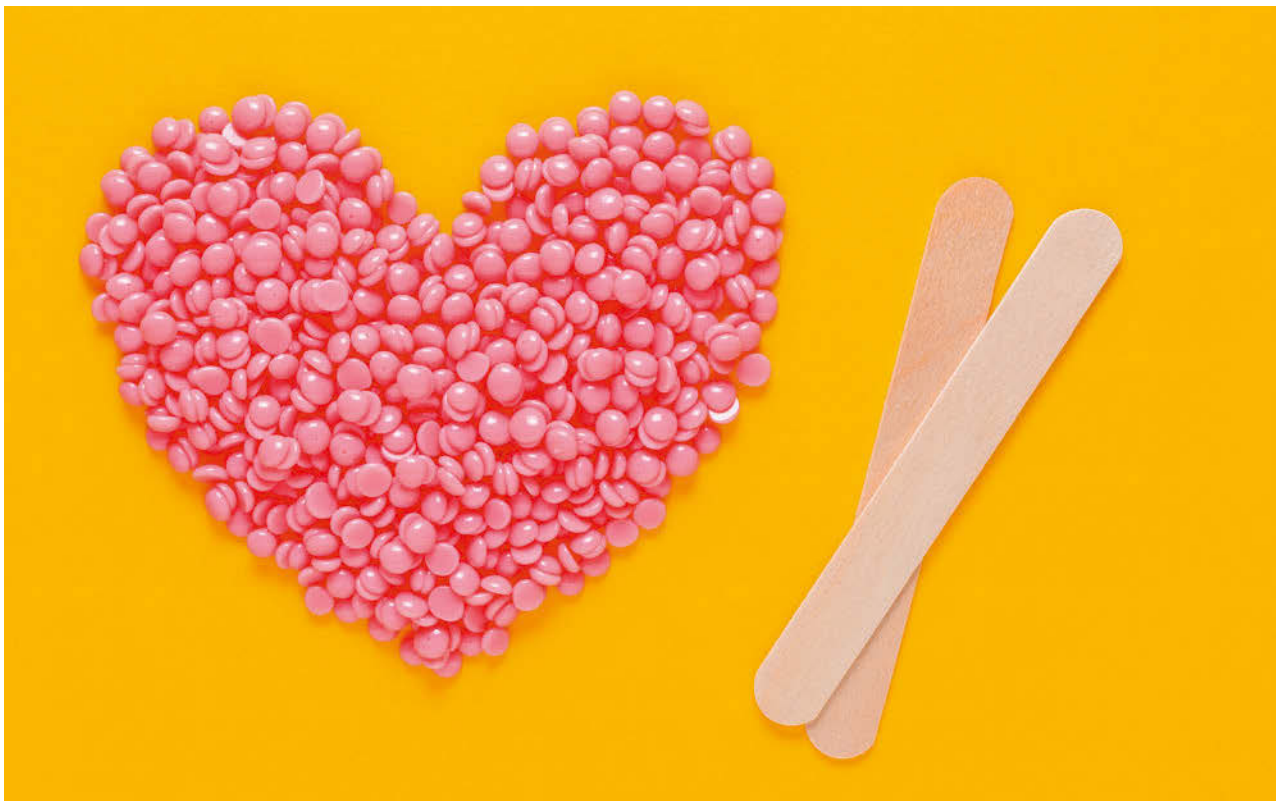
OHNE WACHSEN: DER PERFEKTE WAXING-TERMIN

Die Vorzüge lang anhaltender weicher und glatter Haut nach dem Waxing haben sich herumgesprochen. Viele Kundinnen haben Waxing bereits kennengelernt, und andere möchten es gerne noch ausprobieren. Unsere Kundinnen sind bereit, ihre Körperhaare auf eine Haarlänge von zwei bis drei Millimetern wachsen zu lassen. Aber dann müssen sie auch weg. Niemand möchte heutzutage mehr lange Haare züchten!

Es ist äusserst ungewöhnlich geworden, Körperhaare freiwillig über fünf Millimeter Länge spriessen zu lassen. Kaum jemand möchte mit einem

dichten Busch unter den Armen zum Sport, in die Sauna oder in den Urlaub fahren. Die Terminplanung im Waxing-Business spielt daher eine entscheidende Rolle. Dies stellt uns vor

die Herausforderung, den Waxing-Termin so zu legen, dass die Haare lang genug für die Behandlung sind, aber nicht so lang, dass sich unsere Kundschaft unwohl fühlt. Kundinnen



ALLE FOTOS: ANNA SHIMAN/SHUTTERSTOCK.COM

neigen dazu, ihre Körperhaare als zu lang zu empfinden, und oft schätzen sie die Länge falsch ein. Daher müssen wir bei der Terminvergabe nicht nur auf Kundenaussagen vertrauen, sondern auch Kenntnisse über das Haarwachstum an verschiedenen Körperstellen und die vorangegangene Haarentfernung haben.

Körperhaare wachsen nicht überall gleich schnell. Arme und Beine haben eine unterschiedliche Wachstumsrate im Vergleich zu Achsel- und Schamhaaren. Eine genaue Kenntnis dieser Unterschiede ermöglicht es uns, den perfekten Zeitpunkt für einen Waxing-Termin zu wählen.

Bei Kundinnen, die sich in den letzten Monaten rasiert haben, können wir uns an die im Kasten genannten Wachstumsangaben orientieren. Bei Kundinnen, die regelmässig zum Waxing gehen, benötigt es circa zehn bis zwölf Tage, bis sich eine neue Haarzwiebel gebildet hat und das Haar unterhalb der Haut bis zur Hautoberfläche gewachsen ist. Bei ihnen ist das Wachstum auch verlangsamt, da durch das Waxing die Haarproduktion geschwächt und verlangsamt wird.

Wenn es nun im Frühling wieder wärmer wird, interessieren sich unsere Kundinnen vermehrt für Ganzkörper-Waxing. Termine werden oft telefonisch oder online über unser Buchungssystem gebucht. Sollten wir die Kundin noch nicht kennen, macht ein kurzer Anruf oder eine WhatsApp mit ein paar Rückfragen durchaus Sinn.

1. AN WELCHEN KÖRPERSTELLEN SOLL GEWAXT WERDEN?

Die Frage nach den gewünschten Körperstellen hilft uns nicht nur, den Termin richtig in unserem Kalender zu blocken, sondern ist auch hilfreich für eine effektive Beratung unserer Kundschaft. Manchmal ist es wichtig, gerade Waxing-Einsteiger vor zu ambitionierten Zielen zu schützen. Ein Ganzkörper-Waxing inklusive Intimzone ist für die meisten Anfänger zu viel. Es ist sinnvoller, von Termin zu

So schnell wachsen Körperhaare pro Woche

Körperstelle	Durchschnittliches Wachstum in mm	Waxing-Termin-Tonus
Achselhaare	2,1	3–4 Wochen
Schamhaare	2,1	3–4 Wochen
Barthaare	2,8	2–3 Wochen
Arme	1,4	4–5 Wochen
Beine	1,4	4–5 Wochen
Augenbrauen	1,1	4–5 Wochen

Quelle: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1756/umfrage/wachstum-der-haare-an-verschiedenen-koerperstellen/>

Termin mehr Körperstellen aufzunehmen, als Neulinge mit zu vielen Arealen in einem Termin zu überfordern. Ein Waxing-Termin sollte nicht länger als 30 Minuten dauern, besonders der erste. Mit der Zeit können mehr Körperstellen in einem Termin behandelt werden, jedoch sollte ein Waxing-Termin mit allen Arealen in 60 Minuten abgeschlossen sein, um eine Überanstrengung der Kundinnen zu vermeiden.

2. WIE WURDEN DIE HAARE IN DEN LETZTEN MONATEN ENTFERMT?

In unserem Beratungsgespräch fragen wir, wie die Körperhaare in den letzten Monaten entfernt wurden. Wenn immer rasiert wurde, können wir davon ausgehen, dass diese Kundinnen nicht daran gewöhnt sind, Haare wachsen zu lassen. Optimalerweise sollte der Waxing-Termin zehn Tage nach der letzten Rasur oder mindestens dreieinhalb Wochen nach dem letzten Waxing liegen. Müsste die Kundschaft zu lange auf einen Termin warten, würde sie sich

unwohl fühlen und vielleicht wieder zum Rasierer greifen.

Kundinnen kommen meist mit einer Haarlänge von zwei bis drei Millimetern. Zwischen diesen Haaren sind jedoch viele Haare mit einen Millimeter Länge. Für ein lang anhaltendes glattes Ergebnis sollten auch diese Haare entfernt werden. Dies schaffen wir jedoch nur mit der richtigen Technik und einem High-Performance-Wachs. Ansonsten bleiben diese Härchen stehen. Das Ergebnis sieht ein paar Tage gut aus, aber die Kundinnen fühlen schnell Stoppeln, weil die übrig gebliebenen Ein-Millimeter-Haare schnell zu sichtbaren zwei bis drei Millimetern wachsen und dann stören.

3. HABEN SIE/HAST DU ERFAHRUNG MIT WAXING?

Für unsere Arbeit ist es sehr wichtig zu wissen, ob unsere Kundschaft Erfahrung mit Waxing hat. Wurde immer rasiert, epiliert oder in einem anderen Studio gewaxt?

Die meisten haben viele Jahre rasiert. Dann ist Waxing für sie Neuland. Die-

Die wichtigsten 5 Fragen

Damit können wir schnell alle Informationen erhalten, um den richtigen Waxing-Termin zu vergeben:

1. An welchen Körperstellen soll ein Waxing durchgeführt werden?
2. Wie wurden die unerwünschten Haare in den letzten Monaten entfernt?
3. Haben Sie/Hast du Erfahrung mit Waxing?
4. Wann wurde die letzte Haarentfernung durchgeführt?
5. Stehen unmittelbar nach dem Waxing besondere Anlässe an?



Für ein lang anhaltendes glattes Ergebnis sollten auch Haare mit einem Millimeter Länge entfernt werden – das klappt nur mit der richtigen Technik und einem High-Performance-Wachs.

sen Kundinnen können wir während des Waxings erklären, was wir machen, sodass sie sich gut aufgehoben fühlen. Zudem können wir uns etwas Zeit nehmen und sie darüber aufklären, worauf sie die ersten 24 bis 48 Stunden nach dem Waxing achten sollten.

Ausserdem gehört es zum guten Service, Hinweise mitzugeben, was zwi-

zu überschlagen, wie lang die Körperhaare an den jeweiligen Arealen in etwa sind und wann ein Termin vergeben werden kann.

Wurde beispielsweise vor zwei Tagen rasiert, können die Haare noch nicht entfernt werden. Wurde seit Monaten nichts mehr gemacht, könnten wir unseren Kundinnen raten, die Haare etwas zu stutzen.

„KÖRPERHAARE WACHSEN NICHT ÜBERALL GLEICH SCHNELL. ARME UND BEINE HABEN EINE UNTERSCHIEDLICHE WACHSTUMSRATE IM VERGLEICH ZU ACHSEL- UND SCHAMHAAREN.“

schen den Terminen beachtet werden sollte und wie sie sich auf den Folgetermin vorbereiten können. Bei Kundinnen, die bereits Waxing-Erfahrung haben, können wir über die Vorzüge unseres verwendeten Wachses und unserer Technik sprechen.

4. WANN WURDE DIE LETZTE HAARENTFERNUNG DURCHFÜHRT?

Die Frage nach dem Datum der letzten Haarentfernung ermöglicht uns

5. STEHEN UNMITTELBAR NACH DEM WAXING BESONDERE ANLÄSSE AN?

Vor besonderen Anlässen wie einem Urlaub, einer Geburt oder Hochzeit sollten wir Waxings gut planen. Bei bevorstehenden Urlauben können wir den Waxing-Termin circa zwei Tage vorher legen.

Die Haut benötigt diese Zeit, um sich zu regenerieren. Insbesondere wenn es ein Urlaub am Strand ist und die Haut dann Sonne, Meer und Sonnencreme ausgesetzt ist. Sehr viel früher

sollte der Termin nicht gelegt werden. Schliesslich möchte unsere Kundschaft im Urlaub haarfrei sein.

Bei Intim-Waxings vor der Geburt ist der optimale Zeitpunkt nicht so gut planbar, weil unsere Kundin zwar den errechneten Geburtstermin hat, aber natürlich nicht weiss, wann das Baby genau kommt. Hier kann der Termin auf eine Woche vor dem errechneten Termin gelegt werden.

Auch viele Bräute wollen haarfrei heiraten. Das lässt sich sehr gut planen. Auch hier sollte der Termin kurz vor der Hochzeit sein, aber die Haut genügend Zeit zur Regeneration haben. Wenn möglich, können wir fünf bis sechs Wochen vor der Hochzeit ein Probe-Waxing anbieten und so schauen, wie die Haut unserer Kundin auf das Waxing reagiert. Somit vermeiden wir, dass unsere Kundin unglückliche Pickelchen oder irritierte Haut auf ihrer Hochzeit hat.

FAZIT

Zusammengefasst: Kennen wir uns mit dem Wachstum der Haare aus, können wir unseren Kundinnen optimale Termine vergeben, sodass sie sich nicht unnötig mit langen Haaren quälen, sie aber nicht mit kurzen Stümmelchen im Studio ankommen. Haben wir dann noch die richtigen Wachse, die auch die kürzesten Härchen greifen, hat sich das Haare züchten für unsere Kundschaft gelohnt und sie geniesst lange ihre glatte, haarfreie Haut.



Aylin Kizilkaya

Die selbstständige Kosmetikerin und Expertin für Haarentfernung leitet seit Juli 2015 das Schulungsbüro von Pink Cosmetics. Sie trainiert unter anderem die 1-Millimeter-Waxing-Technik.
www.pink-cosmetics.de



DIE EVOLUTION DER HAARENTFERNUNG

In einer Ära, in der glatte Haut nicht nur ein Schönheitsideal, sondern auch ein Zeichen für eine gepflegte Erscheinung ist, erleben professionelle Haarentfernungsdienste einen bemerkenswerten Aufschwung. Kosmetikinstitute bieten heute eine breite Palette an Methoden an, die von traditionellen Techniken bis hin zu hochmodernen Verfahren reichen. Diese Entwicklung spiegelt die wachsende Nachfrage nach effizienten, langlebigen und möglichst schmerzarmen Methoden zur Haarentfernung wider.

„JEDE HAARENTFERNUNGSMETHODE BIETET VOR- UND NACHTEILE, ABHÄNGIG VON SCHMERZEMPFINDEN, KOSTEN, HAUTTYP UND DAUERHAFTIGKEIT DER ERGEBNISSE.“

In Kosmetikinstituten werden verschiedene Haarentfernungsmethoden angeboten, die auf unterschiedliche Bedürfnisse und Hauttypen zugeschnitten sind. Traditionelle Techniken wie das Wachsen und Sugaring stehen neben fortschrittlicheren Verfahren wie der Laser-Haarentfernung und Elektroepilation. Jede Methode hat ihre eigenen Vorzüge und Einsatzbereiche, die es den Kunden ermöglichen, eine individuell angepasste Lösung für ihre Haarentfernungsbedürfnisse zu finden.

TRADITIONELLE METHODEN DER HAARENTFERNUNG

Unter den traditionellen Methoden der Haarentfernung sind Wachsen, Sugaring und die Fadentechnik besonders beliebt. Jede dieser Methoden hat ihre eigenen Vorzüge und Einsatzgebiete.

Wachsen: Diese Methode verwendet entweder warmes oder kaltes Wachs, um Haare an der Wurzel zu entfernen. Sie ist effektiv bei dickeren Haaren und kann an fast allen Körperteilen angewendet werden. Vorteile sind lang anhaltende Ergebnisse und ein langsamerer Nachwuchs der Haare. Nachteile sind potenzielle Schmerzen während der Anwendung und die Möglichkeit von eingewachsenen Haaren.

Sugaring (Zuckerpaste): Eine Mischung aus Zucker, Wasser und Zitronensaft wird verwendet, um Haare sanft zu entfernen. Sugaring ist besonders geeignet für empfindliche Haut, da die Paste an den Haaren und nicht an der Haut haftet. Die Vorteile sind eine geringere Schmerzempfindung im Vergleich zum Wachsen und die natürlichen Inhaltsstoffe. Als Nachteil gilt, dass es weniger effektiv bei sehr kurzen Haaren sein kann.

Fadentechnik: Diese Methode nutzt einen gedrehten Faden, um einzelne Haare herauszuziehen. Sie ist ideal für kleine Bereiche wie Augenbrauen und Gesicht. Die Vorteile sind Präzision und die Vermeidung von Chemikalien oder Wachs. Nachteile können Hautrötungen und Unbehagen sein, besonders bei empfindlicher Haut. Diese traditionellen Methoden sind weitverbreitet und bieten bewährte Lösungen für die Haarentfernung. Sie sind besonders geeignet für diejenigen, die eine natürlichere oder chemikalienfreie Option bevorzugen.

MODERNE TECHNIKEN DER HAARENTFERNUNG

Moderne Haarentfernungstechniken wie Elektroepilation, IPL und Laser-Haarentfernung haben die Art und Weise, wie wir unerwünschte Haare behandeln, revolutioniert. Diese Methoden bieten länger anhaltende Ergebnisse und sind besonders effektiv für diejenigen, die eine dauerhafte Lösung suchen.

Elektroepilation: Bei der Elektroepilation wird eine dünne Nadel in jeden Haarfollikel eingeführt, durch die ein elektrischer Strom geleitet wird, um das Haar an der Wurzel zu zerstören. Diese Methode ist effektiv für alle Haar- und Hauttypen und bietet eine dauerhafte Lösung für die Haarentfernung. Elektroepilation ist ideal für kleinere Bereiche wie das Gesicht oder spezifische Problemzonen. Die Hauptvorteile sind die dauerhafte Wirkung und die Eignung für verschiedene Haartypen. Allerdings kann die Behandlung zeitaufwendig sein und erfordert mehrere Sitzungen.

IPL- und Laser-Haarentfernung: IPL steht für „Intense Pulsed Light“, auch als „intensiv gepulstes Licht“ bezeichnet. Diese Haarentfernungsmethode nutzt breitbandiges Licht

mit verschiedenen Wellenlängen und wird in den meisten Kosmetikinstituten angewendet. Die Laser-Methode nutzt hingegen konzentrierte Lichtstrahlen (Laser), um Haarfollikel zu zerstören und das Wachstum neuer Haare zu verhindern.

Je nach den spezifischen Merkmalen und der Klasse des verwendeten Lasers können unterschiedliche Vorschriften gelten. Hochenergetische Laser unterliegen strengeren Regulierungen und dürfen nur in einer medizinischen Praxis angewendet werden. Beide Methoden sind besonders effektiv bei Menschen mit dunkleren Haaren und hellerer Haut, da beide Methoden das Pigment im Haarfollikel anvisieren. Die Behandlungen erfordern mehrere Sitzungen, bieten aber langfristige Ergebnisse. Zu den Vorteilen gehören die Präzision und Effizienz, besonders bei grossen Flächen wie Beinen oder Rücken. Als Nachteil gelten die höheren Kosten und der Bedarf an mehreren Behandlungen für optimale Ergebnisse.

All diese Methoden sollten von qualifizierten Fachleuten durchgeführt werden, um Sicherheit und Effektivität zu gewährleisten. Es ist wichtig, sich vor einer Behandlung umfassend beraten zu lassen, um die beste Methode für den individuellen Haut- und Haartyp zu finden. Moderne Haarentfernungstechniken bieten fortschrittliche Lösungen, die eine effiziente und lang anhaltende Haarentfernung ermöglichen.

DIREKTER VERGLEICH DER METHODEN

Die Auswahl der richtigen Haarentfernungsmethode hängt von verschiedenen Faktoren ab, darunter Schmerzempfinden, Kosten, Dauerhaftigkeit der Ergebnisse und Eignung für unterschiedliche Hauttypen.

Schmerzempfinden: Traditionelle Methoden wie Wachsen und Sugaring können schmerzhaft sein, besonders in empfindlichen Bereichen. Die Fadentechnik ist in der Regel weniger schmerzhaft, aber immer noch spürbar. Moderne Methoden wie Laser und Elektroepilation können leichte Schmerzen verursachen, werden aber

Welche Methode ist die richtige?

Die Wahl der richtigen Haarentfernungsmethode hängt von diesen individuellen Faktoren sowie von persönlichen Vorlieben und Zielen ab. Eine sorgfältige Bewertung und Beratung durch Fachpersonal sind entscheidend, um eine sichere und effektive Haarentfernung zu gewährleisten.

Zukunft der Haarentfernungstechnologie

Die Zukunft der Haarentfernung ist vielversprechend und könnte innovative Veränderungen bringen. Aktuelle Forschungen konzentrieren sich auf die Entwicklung schmerzärmerer, effizienterer und hautschonenderer Methoden.

- **Neue Laser-Technologien:** Es wird an Lasern gearbeitet, die eine noch präzisere Einstellung auf unterschiedliche Haut- und Haartypen ermöglichen. Ziel ist es, die Behandlung effektiver und weniger unangenehm zu gestalten.
- **Verbesserte Elektroepilation:** Forscher arbeiten an der Verbesserung der Elektroepilationstechnik, um die Behandlungsdauer zu verkürzen und den Komfort zu erhöhen. Miniaturisierte Geräte könnten präzisere und weniger invasive Behandlungen ermöglichen.
- **Natürliche und nachhaltige Methoden:** Es gibt ein wachsendes Interesse an natürlichen, chemikalienfreien Haarentfernungsmethoden. Die Forschung in diesem Bereich zielt darauf ab, effektivere und hautfreundliche natürliche Wachse und Zuckerpasten zu entwickeln.
- **Heimgebrauch-Geräte:** Die Entwicklung von sichereren und effektiveren Haarentfernungsgeschäften für den Heimgebrauch nimmt zu. Diese Geräte bieten mehr Bequemlichkeit und Privatsphäre, obwohl sie möglicherweise nicht die gleiche Wirksamkeit wie professionelle Behandlungen erreichen.

Diese Entwicklungen deuten darauf hin, dass die Haarentfernungstechnologie weiterhin fortschreiten wird, wobei der Fokus auf Effizienz, Sicherheit und Benutzerfreundlichkeit liegt. Die Integration neuer Technologien und Trends wird die Art und Weise, wie wir Haarentfernung betrachten und durchführen, weiterhin verändern.

dennoch als weniger schmerzhaft im Vergleich zu traditionellen Methoden empfunden.

Kosten: Traditionelle Methoden sind in der Regel kostengünstiger pro Sitzung, erfordern aber häufigere Wiederholungen. Moderne Techniken wie Laser-Haarentfernung sind anfangs teurer, können aber langfristig kosteneffizienter sein, da sie dauerhaftere Ergebnisse liefern.

Dauerhaftigkeit: IPL- oder Laser-Haarentfernung sowie Elektroepilation bieten langfristige Ergebnisse im Vergleich zu Wachsen oder Sugaring. Die Fadentechnik bietet kurzfristige Ergebnisse, ähnlich wie das Wachsen, ist aber präziser für kleine Bereiche.

Hauttyp-Eignung: Traditionelle Methoden sind für fast alle Hauttypen geeignet, können jedoch bei sehr empfindlicher Haut Irritationen verursachen. Laser- und IPL-Haarentfernung funktionieren am besten bei heller Haut mit dunklen Haaren, während Elektroepilation für alle Haar- und Hauttypen geeignet ist.

Eignung für verschiedene Körperbereiche: Waxing und Sugaring sind effektiv für grössere Flächen wie Beine und Arme. Die Fadentechnik eignet sich hervorragend für das Gesicht, insbesondere für die Augenbrauen-

partie. Laser- und IPL-Haarentfernung sind sowohl für grössere und kleinere Bereiche ideal, benötigen aber mehrere Sitzungen für optimale Ergebnisse. Elektroepilation ist effektiv für kleine Bereiche oder für die gezielte Behandlung einzelner Haare. Moderne Methoden bieten dauerhaftere Ergebnisse, während traditionelle Methoden mit Flexibilität und anfänglich mit niedrigeren Kosten einhergehen. Die Wahl der richtigen Methode hängt von persönlichen Vorlieben, Schmerztoleranz, Budget und den spezifischen Anforderungen der zu behandelnden Bereiche ab.

WICHTIGE ÜBERLEGUNGEN VOR DER HAARENTFERNUNG

Wichtige Faktoren, bevor man sich für eine Haarentfernungsmethode entscheidet:

Hauttyp und Haarfarbe: Nicht alle Methoden eignen sich für jeden Hauttyp oder jede Haarfarbe. Die Laser- und IPL-Haarentfernungsmethoden sind am effektivsten bei dunklen Haaren auf heller Haut, während Elektroepilation unabhängig von Haar- und Hautfarbe wirkt. Bei empfindlicher Haut können Methoden wie Sugaring weniger irritierend sein.

Medizinische Vorgeschichte: Bestimmte Hauterkrankungen, Medikamente oder medizinische Bedingungen können die Eignung für bestimmte Haarentfernungsmethoden beeinflussen. Eine professionelle Beratung ist entscheidend, um mögliche Risiken zu minimieren.

Vorbereitung: Je nach gewählter Methode kann eine bestimmte Haarlänge erforderlich sein. Vor einer Laserbehandlung sollte die Haut nicht gebräunt sein, und Sonneneinstrahlung sollte vor und nach der Behandlung vermieden werden.

Pflege nach der Haarentfernung: Nach jeder Methode ist eine angemessene Hautpflege wichtig, um Irritationen zu reduzieren und die Haut zu beruhigen. Feuchtigkeitsspendende Cremes und das Vermeiden direkter Sonneneinstrahlung sind hier empfehlenswert. Aktivitäten, die schweisstreibend sind, sollten in den Stunden nach einer Behandlung vermieden werden.

FAZIT

Jede Haarentfernungsmethode bietet einzigartige Vor- und Nachteile, abhängig von Schmerzempfinden, Kosten, Hauttyp und gewünschter Dauerhaftigkeit der Ergebnisse.

Die Wahl der passenden Haarentfernungsmethode ist eine sehr persönliche Entscheidung, die von individuellen Bedürfnissen und Präferenzen bestimmt wird. Professionelle Beratung kann dabei helfen, die optimale Methode für jeden Haut- und Haartyp zu finden.

Die Zukunft verspricht weiterhin spannende Entwicklungen, die auf eine noch grössere Effizienz, Komfort und Vielfalt abzielen. Es ist klar, dass die Welt der Haarentfernung ständig evolviert und stets neue, verbesserte Lösungen für ein altes Anliegen bietet – die Entfernung unerwünschter Haare auf eine Weise, die am besten zu jedem Einzelnen passt.



Maja-Marietta Kania

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

HAARIGES ENDE SETZEN

Haare an Körperstellen, an denen sie nicht wachsen sollen, können sehr gruselig und störend sein. Durch die professionelle Haarentfernung mit Wax, Sugaring und IPL kann das ständige Rasieren oder Depilieren vermieden werden. Doch wohin geht denn der Haartrend überhaupt, und wie genau funktioniert denn IPL – Intense Pulsed Light?

Die typischen Reizungen durch Rasieren und Depilieren im Gesichtsbereich, in den Achseln, an Brust, Rücken, Po, Beinen und an der Bikinilinie oder im Intimbereich können durch eine von Ihnen professionelle dauerhafte Haarenthaarung vermieden werden. Die Haut fühlt sich

anschliessend glatt und fein an, ist gesund und sieht auch so aus.

DER HAARTREND

Dieser Trend der teilweisen oder kompletten Körperhaarentfernung setzt sich durch.

Es zeigt sich allerdings in verschiedenem Ausmass. Sehr häufig werden

einzelne Regionen, zum Beispiel nur die Achsel- oder Schamregionen, enthaart.

Aber auch das Entfernen aller Körperhaare geschieht immer häufiger, und das nicht nur bei Frauen, mittlerweile immer mehr auch bei den Männern. Körperhaare zu haben oder nicht, ist heutzutage vor allem eine Frage der



FOTO: PIXEL-SHO/SHUTTERSTOCK.COM

Ästhetik, nicht nur der Hygiene, und unterliegt immer den modischen Schwankungen.

Es gibt Erkrankungen, bei denen die Kunden unter einem vermehrten Haarwachstum und einem falschen Verteilungsmuster (männliche Behaarung bei einer Frau) leiden.

IPL – INTENSE PULSED LIGHT

IPL-Geräte unterliegen nicht dem Laserschutzgesetz und dürfen somit auch noch von Nichtärzten, also auch von Ihnen als Kosmetikerinnen betrieben werden.

ist die Haarwurzel am stärksten ausgebildet. Sie stellt in dieser Phase ein optimales Ziel für IPL da. Des Weiteren sollten die Haare in ihrer Ruhephase nicht behandelt werden, das sollten Sie Ihren Kunden auch kommunizieren.

Da sich aber nicht alle Haare gleichzeitig in dieser Phase befinden, müssen immer mehrere Sitzungen zur dauerhaften Haarentfernung durchgeführt werden, um eine erfolgreiche IPL-Enthaarung zu erzielen und um möglichst viele Haare zu entfernen. Der zeitliche Abstand von mehreren

„KÖRPERHAARE ZU HABEN ODER NICHT IST HEUTZUTAGE VOR ALLEM EINE FRAGE DER ÄSTHETIK.“

Dabei ist nur wichtig, dass Sie einen Strahlenschutz- und NiSV-Schulungsnachweis vorweisen können. Sie arbeiten mit einem Wellenlängenspektrum, also mit mehreren Wellenlängen gleichzeitig in einem Impuls. Diese verschiedenen Wellenlängen in einem Impuls werden dann nicht nur im Ziel, der Haarwurzel selbst absorbiert, sondern können auch andere Strukturen der Haut beeinflussen und schnell zu unerwünschten Nebenwirkungen führen. Die Farbpigmente im Haar werden absorbiert und fallen auf natürliche Weise nach und nach aus. Bei regelmässiger Anwendung werden die Haare nach circa drei Wochen feiner, heller und wachsen langsamer.

Bis das Wachstum vollständig gestoppt ist, dauert es jedoch bei regelmässiger Behandlung bis zu einem Jahr. Dabei wird die Haut seidig und glatter.

DIE VERSCHIEDENEN ZYKLEN DES HAARWACHSTUMS

Der Haarwachstum durchläuft in seinem Lebenszyklus verschiedene Phasen. In der Wachstumsphase, in der sich die meisten Haare befinden,

Wochen der einzelnen Enthaarungssitzungen ist daher sehr ratsam. Dabei ist der Zeitraum zwischen der einzelnen Behandlung an Ihren Kunden abhängig von dem Zyklus des Haares in den einzelnen Körperpartien und muss auf jeden Kunden individuell angepasst werden.

VORBEREITUNG UND ABLAUF

Vor der Behandlung mit Lichtimpulsen sollten die Haare mit einem Nass- oder Trockenrasierer entfernt werden. Dies sollte normalerweise am Vortag von Ihren Kunden zu Hause oder von Ihnen im Institut vorgenommen werden. Wenn Ihre Kunden sich bis dato die Haare durch Waxing, Sugaring oder mithilfe eines Epilierers haben entfernen lassen, muss dies bereits drei bis vier Wochen vor der ersten Anwendung beendet werden, damit die Haare nachwachsen können. Das Licht kann sonst nicht effektiv in die Haarwurzeln geleitet werden. Sonnenbäder sollten Ihre Kunden vor und nach der Enthaarung ebenfalls vermeiden, da die Haut empfindlich reagieren kann und das IPL-Gerät auf gebräunter Haut schlechter funktioniert.

UMSATZ UND KOSTEN

Die Kosten für eine Haarentfernung mit IPL variieren stark und bemessen sich vor allem an der Fläche der zu behandelnden Körperstelle. In professionellen Studios beginnen die Preise ab 30 Euro pro Behandlung. Grössere Hautpartien wie die Beine können bis zu mehreren Hundert Euro kosten.

SO FUNKTIONIERT DIE BEHANDLUNG NICHT

Sehr helle Haare können durch den Lichtimpuls nicht von der Haut differenziert werden, da ihnen das für die Erhitzung notwendige Melanin im Haar fehlt. Das Licht kann somit nicht in die Haarwurzeln eindringen, was bedeutet, dass die Behandlung wirkungslos ist. Noch grössere Probleme stellt die dauerhafte Haarentfernung mit IPL für Menschen mit dunkler Haut dar. Da sich die Haare farblich nicht stark genug von der Haut abheben, kann es zu Verbrennungen der Haut kommen. Des Weiteren darf das Gerät nicht über Muttermalen angewendet werden.

FAZIT

Bedenken Sie aber auch, dass Sie für die IPL-Behandlung mittlerweile einen Fachkundenachweis nach der NiSV und eine Schulung in Strahlenschutz nachweisen müssen, um diese Behandlung durchführen zu dürfen. Diese Schulung ist aber ratsam, da Sie somit wieder weiterhin mehr Umsatz erzielen und sich von Mitbewerbern abheben können.



Fabienne Pinger

Die Kosmetikerin ist ausgebildete Wellness- und Spa-Managerin mit internationaler Erfahrung in den Bereichen Kosmetik und Wellness.



Ehepaar und ein eingespieltes Team: Geschäftsführerin Khatera Maisch mit ihrem Mann Lukas Maisch, der vor zwei Jahren in Vollzeit bei GLAMcosmetic eingestiegen ist und für das Büro sowie den Onlineshop zuständig ist.

INSTITUT DES MONATS

HAUTEXPERTIN MIT HERZ

GLAMCOSMETIC BY KATHY MAISCH GMBH

Das Kosmetikinstitut GLAMcosmetic von Khatera Maisch begrüsst seine zahlreichen Gäste in modernen und stylischen Räumlichkeiten, die liebevoll von der Geschäftsführerin eingerichtet wurden. Die 200 Quadratmeter sind ein Traum, den sich die Kosmetikerin mit viel Fleiss und Unternehmersinn erarbeitet hat. Denn als Khatera Maisch vor 20 Jahren in die Schweizer Kosmetikbranche einstieg, wusste sie noch nicht, wo ihr Weg sie hinführen würde. An ihren Erfolg hat sie aber immer geglaubt – und hart dafür gearbeitet.

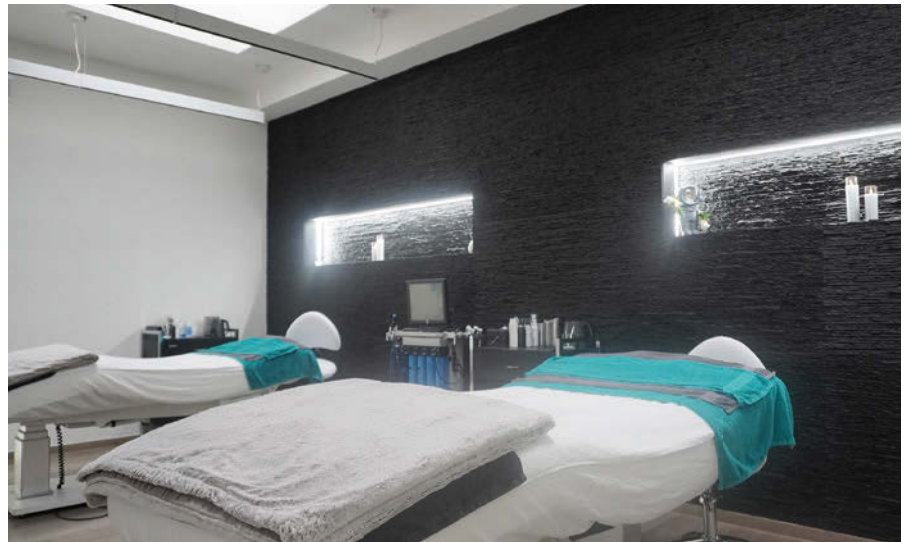
ALLE FOTOS: BEAUTY FORUM/JAQUELINE KRAMER

Wer zum ersten Mal bei GLAMcosmetic by Kathy Maisch zu Besuch ist, hat zunächst nur einen Gedanken: Wow! Zentral gelegen neben dem Stadttheater Olten eröffnet sich den Gästen von Kosmetikerin und Inhaberin Khatera Maisch im zweiten Stock eine Beauty-Oase auf rund 200 Quadratmetern.

Die Räumlichkeiten halten die perfekte Balance aus cleaner, futuristisch anmutender Einrichtung in Weiss, gespickt mit stylischen Möbelstücken und Accessoires in Grün, die eine Hommage an das Tiffany-Türkis darstellen. Es entsteht ein edles und modernes Ambiente, in dem es nicht schwerfällt, den Alltag für eine Weile zu vergessen und sich und seiner Haut etwas Gutes zu tun.

DIE KOSMETIK: EIN KINDHEITS-TRAUM

Seit fast 20 Jahren lebt die Kosmetikerin mit ihrem Mann in der Schweiz. Die Liebe zur Kosmetik entdeckte Khatera Maisch allerdings schon viel früher: Nachdem ihre Eltern mit ihr und ihren Geschwistern im Jahr 1989 von Afghanistan nach Deutschland geflüchtet waren, lernte sie in ihrem privaten Umkreis Kosmetikerinnen kennen, die sie nachhaltig beeindruckten. „Die Begeisterung



Auf 200 Quadratmetern bieten fünf Behandlungskabinen ausladend Raum für die Schönheitspflege. In der abgebildeten Doppelkabine können Kunden die Behandlungen zu zweit geniessen.

für Kosmetik hat mich seit meiner Kindheit und Jugend nicht mehr losgelassen, und so fiel mir die Berufsentscheidung sehr leicht“, erinnert sich Khatera Maisch.

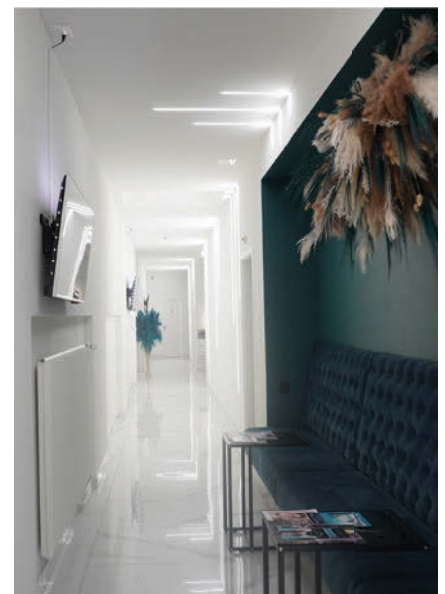
DAS RICHTIGE BAUCHGEFÜHL

Geplant, einmal selbstständig zu sein, geschweige denn ein solches Kosmetikinstitut zu führen, hatte Khatera Maisch

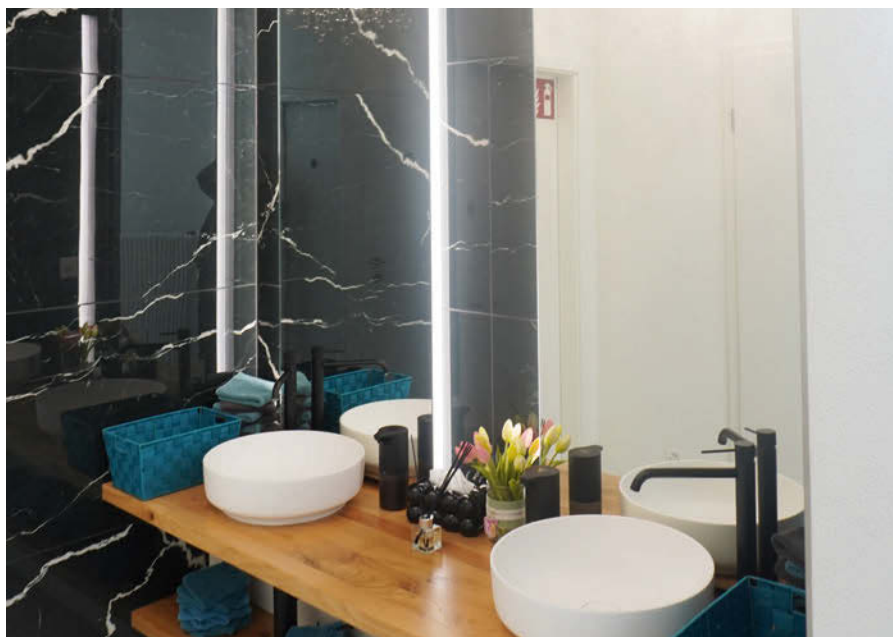
nie. „Als ich die Ausbildung an der Maria Schweizer Kosmetikfachschule absolvierte, war ich gerade einmal 20 Jahre alt“, erzählt die heutige Unternehmerin. „Damals war ich noch ein wenig naiv“, sagt sie lachend, „ich habe es einfach auf mich zukommen lassen und keine konkreten Pläne geschmiedet.“ Nach dem erfolgreichen Abschluss arbeitete sie zunächst zur Untermiete auf Provisions-



Das Kosmetikteam rund um Khatera Maisch (vorne) von links: Vahide Aliu, Alina Golub und Giulia Correale. Dazu unterstützen eine Empfangsdame und Lukas Maisch im Backoffice. Ab August erhält das Team von Verence Castillo Unterstützung.



Die Mischung aus cleanem Weiss und stylischem Grün schafft ein edles Ambiente.



Die modernen Räumlichkeiten gestaltete Khatera Maisch selbst und liess sich dabei vom ikonischen Tiffany-Türkis inspirieren.



Die Eltern von Khatera Maisch flüchteten mit ihren fünf Kindern 1989 aus Afghanistan nach Deutschland – die Zeitung berichtete darüber.

basis. Die Entscheidung, sich vollends selbstständig zu machen, traf sie, als das erste Kind auf dem Weg war, die Studioeröffnung folgte 2012: GLAMcosmetic war geboren!

Dieser Schritt war der Beginn einer Erfolgsgeschichte, die im Jahr 2017 mit der Gründung der GmbH und dann in 2022 mit dem Umzug in die neuen Räumlichkeiten in Olten ihren aktuellen Höhepunkt findet und sich seitdem stetig fort schreibt. So freuten sich Khatera Maisch und ihr Team bei der Eröffnungsfeier vor zwei Jahren über mehr als 300 Gäste.

AUSGEPRÄGTES TRENDGESPÜR

Khatera Maisch hat allerdings nicht nur ein gutes Bauchgefühl, sondern auch feine Antennen, wenn es darum geht, neue Beauty-Trends und innovative Behandlungen für ihre Kundschaft aufzuspüren. Hierbei lässt sich die Hautexpertin gerne von Amerika und Südkorea beeinflussen. „Das Hydrafacial® haben wir vor einigen Jahren noch von Ameri-

ka importiert. Mit dieser Behandlung haben wir auch einen grossen Aufschwung erlebt,“ resümiert die Geschäftsführerin. Da das Hydrafacial® die gefragteste Behandlung bei GLAMcosmetic ist, gibt es im Kosmetikinstitut nicht eines, sondern drei Hydrafacial®-Geräte – so können mehrere Mitarbeiterinnen gleichzeitig das beliebte Treatment durchführen. Ein Gerät, auf das Khatera Maisch ebenfalls stolz ist, es in ihrem Institut zu haben, ist Morpheus 8™, ein Gerät, das Microneedling mit Radiofrequenz kombiniert und bei ihren Kundinnen sehr beliebt ist.

EIN PROFI FÜR JEDEN BEREICH

GLAMcosmetic ist darauf ausgelegt, seine Kundinnen und Kunden von Kopf bis Fuss zu behandeln. „Mir ist es wichtig, meiner Kundschaft genau die richtigen Behandlungen für ihre Bedürfnisse anzubieten – dennoch möchte ich mich nicht mit einer zu breiten Angebotspalette verzetteln“, erklärt Khatera Maisch. Die Lösung ist so clever wie einfach: die

Basis ist die Hautpflege, darin sind alle Mitarbeiterinnen im Institut gleichermaßen top. Jede der vier Kosmetikerinnen bei GLAMcosmetics hat zusätzlich auch nur ihren eigenen Kompetenzbereich. „Ich bin beispielsweise die Expertin, wenn es um Morpheus 8™-Behandlungen und Permanent Make-up geht“, sagt die Geschäftsführerin. „In diesem Bereich bieten wir unseren Kundinnen und Kunden Microblading, Powder Brows und Aquarell Lips an“, führt sie aus. So haben die Gäste des Kosmetikinstituts immer einen Profi für jeden Bereich als Ansprechpartnerin.

Weiterbildungen werden bei Khatera Maisch grossgeschrieben. Sie selbst und auch ihre Mitarbeiterinnen besuchen regelmässig Kurse und Schulungen, um auf dem neuesten Stand zu bleiben.

EIN BESONDERER MEILENSTEIN

Neben verschiedenen apparativen Geräten wählt Hautexpertin Khatera Maisch auch die Pflegeprodukte und Marken, mit denen im Institut gearbei-

„EHRlichkeit ist für mich das höchste Gut. Ich möchte das Beste für meine Gäste und bin dankbar für deren Wertschätzung.“

tet werden, mit Bedacht aus. Für das Permanent Make-up greift die Pigmentistin auf Farben von swiss color zurück, und bei der Hautpflege kommen vornehmlich die Produkte von iS clinical zum Einsatz. Auch verschiedene Marken des Schweizer Kosmetikdistributors Musculus Cosmetics sind bei GLAMcosmetic zu finden. Ein besonderes Highlight für Khatera Maisch ist jedoch die eigens entwickelte Kosmetikmarke. „Da ich in der Vergangenheit selbst mit Problemhaut und Akne zu kämpfen hatte, wollte ich wirksame Cosmeceuticals anbieten“, erklärt sie. Aktuell umfasst die Linie zehn Produkte für die Heimpflege.

UNTERNEHMERIN IM FLOW

Khatera Maisch hatte keinen einfachen Start, dennoch hat sie sich ein erfolgreiches Unternehmen aufgebaut und schafft es, mit einer bewundernswerten Leichtigkeit von Hürden und Meilensteinen zu berichten. Bei allen Entscheidungen ist für die Kosmetikerin und zweifache Mutter eines ganz wichtig: immer im Flow zu sein und auf das eigene Gefühl zu hören. Die Frage nach dem Erfolgsrezept beantwortet Khatera Maisch daher so: „Ich weiss auch nicht – ich bin in alles einfach reingerutscht und habe immer das Beste daraus ge-

macht. Mit jedem weiteren Schritt konnte ich mich ein Stück vergrössern,“ meint die Kosmetikunternehmerin und fügt hinzu: „Eine grosse Unterstützung ist bei alledem auch mein Mann Lukas, der mir immer den Rücken freigehalten hat und seit zwei Jahren auch Vollzeit bei GLAMcosmetics eingestiegen ist.“

Auch das Thema Marketing nimmt die Unternehmerin gelassen. Werbekampagnen hat sie bisher keine gemacht, dafür hat sie reichweitenstarke Unterstützung ihrer langjährigen Freundin Anja Zeidler. Die Fitness-Influencerin ist seit neun Jahren Stammkundin und zeigt das auch ihren über 250'000 Followern auf Instagram. „Wenn Anja eine Story über ihren Besuch bei uns macht, gibt uns das einen spürbaren Push“, freut sich Khatera Maisch. Aktuell planen Khatera und Lukas Maisch jedenfalls keine Werbekampagne – denn die Termine bei GLAMcosmetic sind auch jetzt schon weit im Voraus ausgebucht.

Text: Jaqueline Kramer

Jetzt bewerben!

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



Drei Hydrafacial®-Geräte erlauben es, der hohen Kundennachfrage entsprechend mehrere Behandlungen gleichzeitig durchzuführen.



FAKTEN

Eröffnet: 2012

Inhaberin: Khatera Maisch

Ausbildung: Kosmetikerin mit Diplom der Maria Schweizer Kosmetikfachschule

Behandlungsschwerpunkte: Medical Beauty, PMU

Liebblingsbehandlung: Hydrafacial®

Räumlichkeiten:

Circa 200 Quadratmeter, 4 Behandlungszimmer, ein Doppelbehandlungszimmer, Schminkecke und Empfang

Angestellte:

3 Kosmetikerinnen, 1 Empfangsdame und Lukas Maisch für Online-shop und Büro

Marken:

Dr. Niedermaier Regulatpro, iS clinical, Khatera Maisch cosmetics, diverse Marken aus dem Hause Musculus, swiss color

Geräte:

Hydrafacial®, Morpheus 8™, Dermastide Meta, Observ Hautanalyse

Einrichtungs- und

Ausstattungskosten: circa CHF 750'000

Kunden im Monat:

circa 600+

KONTAKT

GLAMcosmetic
by Kathy Maisch GmbH

Froburgstrasse 1, 4600 Olten
www.glamcosmetic.ch

Instagram: @kathyglamcosmetic
Facebook: Glam Cosmetic

BRANDNEUE BEAUTY-OASE IN BADEN

LPG® liess die Korke knallen: Im April feierte die renommierte französische Kosmetikmarke die Einweihung ihrer neuen Geschäftsräumlichkeiten in Baden. Auf über 150 Quadratmetern werden hier in Zukunft Schulungen und Beratungen für bis zu 12 Beauty-Profis stattfinden.



Die LPG-Gruppe ist ein französisches Unternehmen, das seit 1986 nicht-aggressive und nicht-invasive Lösungen zur Körperformung und Gesichtsverjüngung entwickelt und heute in über 100 Ländern Produkte für Fachleute aus dem Gesundheits- und Kosmetikbereich anbietet.

Der fortlaufende Erfolg und das Wachstum von LPG sind nicht zuletzt auf die gezielte Expansion in Schlüsselmärkten zurückzuführen. Mit Niederlassungen in den Vereinigten Staaten und China sowie neuerdings auch in der Deutschschweiz, stärkt das Unternehmen seine globale Präsenz und Kundennähe. Besonders hervorzuheben ist die Eröffnung eines neuen Showrooms in Baden, im Herzen der Deutschschweiz, die im April dieses Jahres mit zahlreichen Kosmetikerinnen gefeiert wurde. Dieser Schritt unterstreicht das

Engagement von LPG, seine Dienstleistungen und Kundenbetreuung weiter zu optimieren und den lokalen Markt intensiver zu bedienen.

LPG® zeichnet sich durch eine klare Strategie aus, die darauf abzielt, den Erfolg seiner Kunden maximal zu fördern. Indem die Marke ein Ökosystem schafft, welches Kosmetikexpertenermöglichst, sowohl ihre Behandlungsmethoden als auch Geschäftsmodelle individuell zu gestalten, hat LPG® eine treue und engagierte Nutzerbasis aufgebaut. Die Investitionen des Unternehmens in Marketing, Produktentwicklung und Kundenservice sind unermüdlich und zielen darauf ab, die Entwicklung dieser Gemeinschaft aktiv zu unterstützen und ihren fortwährenden Erfolg sicherzustellen. Die Marke LPG® geniesst nicht nur in Frankreich, sondern zunehmend auch international, einen exzellenten Ruf. Die

Wirksamkeit und Relevanz der von LPG® angebotenen innovativen Lösungen haben breite Anerkennung gefunden und tragen wesentlich zur Stärkung der Marke bei. Seit 36 Jahren erfreut sich die Marke über grosse Beliebtheit auf dem französischen Markt und expandiert kontinuierlich in der Schweiz, insbesondere in der Deutschschweiz.

„Um den Erwartungen unserer Kunden in der Deutschschweiz gerecht zu werden, sind wir stolz, Ihnen die Eröffnung unseres Büros in Baden ankündigen zu können. Wir verfügen nun über ein Schulungszentrum, in dem wir bis zu 12 Personen pro Sitzung schulen können“, freut sich Luc Bourguignon, General Manager, LPG Switzerland. Mit Begeisterung erzählt er weiter: „Wir haben auch einen Showroom eingerichtet, in dem wir alle unsere Geräte ausstellen und unsere zukünftigen Kunden bei der Wahl des Behandlungskonzepts und der LPG®-Kosmetiklinie beraten können.“



LPG Switzerland

Neuenhoferstr. 99, 5400 Baden
info.ch@lpgswitzerland.com



Die brandneue Niederlassung von LPG in Baden erstreckt sich auf einer grosszügigen Fläche von über 150 Quadratmetern. Zur Eröffnung im April überzeugten sich zahlreiche Kosmetikerinnen von dem geschmackvoll eingerichteten Showroom und den Schulungsräumen.

AUS DEN UNTERNEHMEN

WAS GIBT ES NEUES ...



55. Kosmetikfachmesse in Bologna

Die Cosmoprof Worldwide Bologna freute sich, vom 21. bis 24. März 2024 3'012 Aussteller aus 69 Ländern begrüßen zu dürfen. Das ist eine vierprozentige Steigerung im Vergleich zu 2023. Auf Besucherseite waren es rund 248'500 Kosmetikprofis aus 150 Ländern, die nach Bologna reisten. „Es war eine äusserst positive Edition, die die Lebhaftigkeit des Markts und vor allem die strategische Bedeutung der Cosmoprof für die internationalen Marktteilnehmer bestätigt hat“, erklärt Gianpiero Calzolari, Präsident von BolognaFiere. Auch die ITA – Italien Trade Agency lobt Gianpiero Calzolari für ihren Einsatz: „Für dieses Jahr hat die ITA über 70 Büros einbezogen, um Delegationen aus den wichtigsten Märkten einzuladen. Dank der Synergieeffekte mit den Institutionen konnten wir so Topeinkäufer aus 113 Ländern beherbergen.“

Benedetto Lavino, Präsident von Cosmetics Italia, zieht Bilanz der vier Messetage: „Mehr als 15 Milliarden Euro Umsatz, Exporte auf Rekordniveau, die in einem Jahr um mehr als 20 Prozent gestiegen sind, eine Handelsbilanz von mehr als 4 Milliarden Euro: Mit diesen Zahlen hat sich die italienische Kosmetikindustrie auf der Cosmoprof Worldwide Bologna präsentiert.“

Die nächste Cosmoprof Worldwide Bologna wird vom 20. bis 23. März 2025 stattfinden.

www.cosmoprof.com



Die aktuelle „Best of Beauty“-Gewinnerin: Nicole Dröge aus Meschede.

TOLLE LEISTUNG!

Die neue Gewinnerin des Belico-Wettbewerbs „Best of Beauty“ ist Nicole Dröge. Sie hat eine Umsatzsteigerung von über 6'000 Euro in nur 12 Monaten durch den Verkauf von Produkten erzielt. Damit erhält sie den Preis von 1'500 Euro zur Verschönerung ihres Instituts „Kosmetik Nicole Dröge“ in Meschede.

www.belico.de



Workshoptag für Nailies

Am Samstag, dem 27. April wurden die Räumlichkeiten von Dobi in Suhr zum Schauplatz eines lehrreichen Workshop-Tags. „It's Nail Time“ hiess der Event, bei dem Nail-Profis an neun Workshops von internationalen Nail-Experten teilnehmen konnten. Von „Summer Nails“ und „Babyboomer“ bis hin zu „Stamping Nail Art“ und selbst gezeichneten „Cartoon Nails“ – die Teilnehmenden durften ihrer Kreativität freien Lauf lassen und ihre Leidenschaft zum Naildesign ausleben. Am Ende des Tages kehrten die Gäste mit einem vollen Rucksack an neuen Inspirationen und Wissen wieder nach Hause zurück. Am 7. September 2024 wird der zweite „It's Nail Time“-Workshop stattfinden.

www.dobi.ch

... AUS DER BRANCHE?

Erfolgreiche Generalversammlung

Am 22. März 2024 fand die Generalversammlung des Schweizerischen Fusspflegeverbands im Hotel Mercure Krone in Lenzburg statt. Mit stolzen 80 stimmberechtigten Mitgliedern sowie Sponsoren und Partnerfirmen war die Veranstaltung sehr gut besucht.

Ein Höhepunkt waren die diesjährigen Vorstandswahlen. Maja Frank und Monika Coradazzi haben sich nicht mehr zur Wahl gestellt. Die Verabschiedung war ein bewegender Moment. Besonders berührend war die Standing Ovation für Monika Coradazzi, die sich nach 23 Jahren engagierter Mitarbeit im Verband in den wohlverdienten Ruhestand verabschiedete. Mit grosser Zustimmung wurde Präsidentin Gisela Warthmann wieder für drei Jahre gewählt, ebenso einstimmig wurden Sandra Gisi und Simone Feurer gewählt. Danach begeisterte das fachkundige Referat von Marianne Artz zum Thema Spiraldynamik. Ein Apéro Riche sorgte für einen schönen Ausklang. Die nächste Generalversammlung findet am 5. April 2025 statt. Ein besonderes Ereignis für den SFPV, da es das 25-jährige Jubiläum markiert. www.fusspflegeverband.ch



80 Mitglieder besuchten die Generalversammlung.

FOTO: SFPV

ANZEIGE

ANZEIGE



Chemiker/in / Pharmazeut/in (Teilzeit möglich)

Suchen Sie einen vielseitigen, anspruchsvollen Job als Rezepturentwickler/in in einem Kosmetik-KMU?

Ihr Aufgabenbereich:

- Entwicklung von projektbezogenen Pflegekosmetik-Rezepturen
- Mithilfe im Labor

Unsere Anforderungen:

- Ausbildung in diesem Bereich
- Erfahrung in der Rezepturentwicklung
- belastbar, teamfähig
- sehr gute Deutschkenntnisse
- Interesse an Kosmetik

Bitte senden Sie Ihre Bewerbung mit Foto und Lohnvorstellung an: info@trybol.ch

Trybol AG ▪ www.trybol.ch
8212 Neuhausen am Rheinfall ▪ Schweiz



- Steuererklärungen
- Buchhaltungen
- Unternehmensgründung und -beratung

Sabine Hartmann Treuhand GmbH

Hauptstrasse 32
5502 Hunzenschwil
Telefon +41 (0)62 897 31 71
info@s-h-treuhand.ch
www.s-h-treuhand.ch

Mitglied TREUHAND | SUISSE

BRANCHEN-NEWS



SCHIFF AHOI!

Am 13. Mai 2024 legte das Beauty-Schiff „Helvetia“ zu einer wunderschönen und erlebnisreichen Fahrt auf dem Zürichsee ab. Ein Welcome-Cüpli beim Einstieg, 29 Topaussteller, sechs Fachreferate und ein „Apéro Riche“ begeisterten die zahlreich erschienenen Besucherinnen und Besucher sowie Gäste. Und auch der Wettergott war der Veranstaltung gut gesinnt und trug mit Sonnenschein zum grossen Erfolg des Anlasses bei. Der neue B2B-Beauty-Event der SGMK bot eine perfekte Plattform zum Netzwerken. Der Tenor am Ende der Veranstaltung war einstimmig: „Schiff ahoi! Wir sehen uns wieder am 16. Juni 2025, der nächsten Edition von ‚Beauty on the lake!‘“
www.beautyonthelake.ch

Neuer Verein für Schweizer Beauty-Profis gegründet

Kosmetikunternehmerin und Prüfungsexpertin Rosine Dätwyler gründete kürzlich den neuen Verein Beauty Circle. Dieser hat den Zweck, Mitglieder aus der Beauty-Branche zu unterstützen, indem er sich für ihre Rechte einsetzt und eine gemeinsame Stimme nach aussen bildet. Die Gründerin erklärt weiter: „Darüber hinaus strebt der Verein danach, die Branche mit Wissen und Bildung auf einem hohen Standard auszustatten, um die Qualität der Fachkompetenz seiner Mitglieder zu demonstrieren.“ Das Ziel des Beauty Circle sei es demnach, als Kosmetikprofis anerkannt zu



Zahlreiche Besucher in Düsseldorf

Die Beauty Düsseldorf blickt nach drei Tagen, die von vielen Gesprächen, guten Verkaufsergebnissen und einem dichten Rahmenprogramm geprägt waren, auf ein erfolgreiches Messewochenende zurück. Vom 22. bis 24. März 2024 präsentierte über 1'200 Aussteller und Marken aus 36 Ländern in den Messehallen 9 bis 12 ein breites Spektrum an Dienstleistungen und Produkten sowie die neuesten Trends für die professionelle Beauty-Branche. Dieses breite Angebot wurde von 44'000 Fachbesucherinnen und Fachbesuchern aus 76 Ländern erkundet. „In Anbetracht der herausfordernden Marktsituation spiegelt die konstante Aussteller- und Besucherzahl der Beauty wider, wie wichtig Zusammenkunft und Dialog für die Branche sind“, sagt Hannes Niemann, Director der Beauty. Die nächste Beauty Düsseldorf findet vom 28. bis 30. März 2025 statt.
www.beauty.de



Kosmetik hautnah

Zum dritten Mal in Folge lud CellCare Lab im Mai seine Partner zum In-house-Event in die Kosmetikmanufaktur in Niederwangen bei Bern ein. Dermatologinnen, Kosmetikerinnen und Beauty-Profis aus der ganzen Schweiz konnten das Labor, die Produktion und die Konfektion besichtigen sowie die Entstehung und Produktion von Zellkosmetikprodukten verfolgen. Die Gäste hatten zudem die Möglichkeit, neue Behandlungen mit den Produkten von SwissGetal und CellDermal kennenzulernen und über Verkaufsstrategien und Trends in der Kosmetikbranche mit Tiziana Capuana zu diskutieren. Für eine musikalische Begleitung während des Events sorgte Tobias Jensen.
www.cellcare-lab.ch



werden und sich von der Masse abzuheben.

Themen wie Hygiene, Gesundheit und die Erhaltung der Haut im ästhetischen Kontext, um den Wünschen der Kunden gerecht zu werden, sind für den Verein besonders wichtig. „Um dies zu gewährleisten arbeiten wir eng mit den kosmetischen Vorschriften und den rechtlichen Bestimmungen der Kantone zusammen, um sicherzustellen, dass die Arbeit den höchsten Standards entspricht“, erklärt Rosine Dätwyler weiter. Aktuell hat der Verein 90 Mitglieder.
rosine.daetwyler@maykosmetik.ch



Sachkundenachweis V-NISSG

ANZEIGE

Ablauf der Übergangsfrist 1. Juni 2024



In den Kurskosten sind die Prüfungsgebühren enthalten.

Anmeldung über: www.sfkinfo.ch oder per E-Mail info@sfkinfo.ch

**Neue Termine werden fortlaufend auf unserer Homepage aufgeschalten!
Onlineanmeldung über Shop möglich!**

Grundlagenmodul regulär ohne eidgenössischen Abschluss in der Kosmetik

Dauer: 4 Tage

Mitgliederpreis: CHF 1600.-

Nichtmitgliederpreis: CHF 2400.-

Prüfung an einem separaten Tag: (90 Minuten schriftliche Prüfung)

Grundlagenmodul Kosmetiker/in EFZ

Dauer: 1.5 Tage

Prüfung an einem separaten Tag: (60 Minuten schriftliche Prüfung)

Mitgliederpreis: CHF 700.-

Nichtmitgliederpreis: CHF 1050.-

Grundlagenmodul Kosmetiker/in FA und höher

Dauer: 1 Tag

Prüfung an einem separaten Tag: (60 Minuten schriftliche Prüfung)

Mitgliederpreis: CHF 480.-

Nichtmitgliederpreis: CHF 720.-

Technologiemodul

Dauer: 2 Tage

Prüfungen jeweils am Ende der Unterrichtstage

Mitgliederpreis: CHF 850.-

Nichtmitgliederpreis: CHF 1275.-

Behandlungsspezifische Kenntnisse und Fähigkeiten (BKF)

Dauer: 2 Tage (plus 1 Tag Prüfungen)

Mitgliederpreis: CHF 1650.-

Nichtmitgliederpreis: CHF 2475.-



FEMININ IN FLIEDER

Zarte Violetttöne und sanfte Rosanuancen verbinden sich zu einem femininen Eye-Make-up, das Ihre Kundinnen garantiert zum Strahlen bringen wird. Schnappen Sie sich Palette und Pinsel und kreieren Sie mit den folgenden Steps von Make-up-Artistin Martina Brunner Ihre eigene Version dieses sommerlichen Looks!

DIE EXPERTIN



MARTINA BRUNNER

arbeitet seit ihrer Ausbildung und mehreren Weiterbildungen in London als Make-up- und Nail-Artistin sowie als Hairstylisten für Werbe-produktionen, Editorials, Covershootings, Corporate Jobs, Events und styliert Bräute für ihren grossen Tag.

Zaubern Sie Ihrer Kundin die Leichtigkeit und Frische des Sommers ins Gesicht mit dem femininen Look von Martina Brunner. Die Berner Make-up-Artistin nutzt für diesen Look eine Palette aus sanften Violett- und Rosatönen, die perfekt in die Sommermonate passen.

FEMININE FARBGEBUNG

Schritt für Schritt erklärt Ihnen Martina Brunner, wie sie die feinen Nuancen und die Leuchtkraft des Sommers in diesem Look eingefangen hat. „Meine Inspiration für dieses Eye-Make-up ist der blühende Flieger“, erklärt die Make-up-Artistin. Schimmernde Lidschattennuancen unterstreichen das violette Farbspiel

auf den Lidern zusätzlich und lassen die Augen strahlen. Das Schöne an dieser Farbpalette: Ob Grün, Blau, Grau oder Braun – sie lässt jede Augenfarbe perfekt zur Geltung kommen.

INTENSITÄT VARIIEREN

Ob für Tagesveranstaltungen oder elegante Abendanlässe: Dieser Look wird sicherlich begeistern. Denn Sie können die Intensität des Looks ganz einfach mit dem Lippen-Make-up variieren: Zurückhaltende Lippen in einem Nude-Ton lenken den Blick auf die Augen. Wer es auffälliger und kräftiger mag, darf aber auch zu einem passenden Pink- oder Rosaton greifen – so wird der Look garantiert zum Showstopper!



1

Wie bei jedem Make-up, das Make-up-Artistin Martina Brunner kreiert, wird zuerst die Haut mit Pflege und einer Massage vorbereitet – das sorgt für einen Glow von innen. Danach wird die Basis mit zwei verschiedenen Tönen einer Foundation geschminkt, damit der Teint bereits jetzt dreidimensionaler wirkt.



2

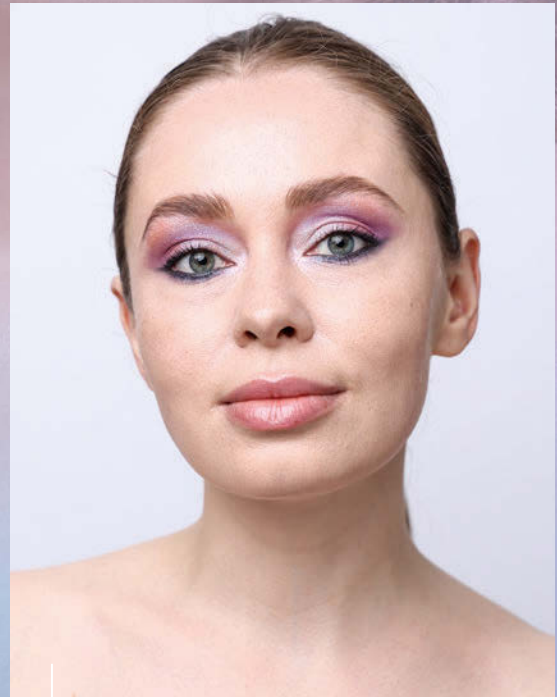
Auf die Augen wird ein cremiger Primer in einem zarten Violettton aufgetragen. So hält der Lidschatten später besser. Durch die violette Farbe werden alle anderen Farben noch zusätzlich intensiviert – ein super Trick! Zudem wird der Wimpernkranz mit einem Kajal verdichtet, damit die Wimpern voller wirken.

„DIE ZARTEN ROSA- UND VIOLETTTÖNE MACHEN DIE AUGEN BEI DIESEM LOOK ZUM ABSOLUTEN STAR!

MARTINA BRUNNER



3 Nun wird der eigentliche Lidschatten aufgetragen. Martina Brunner hat sich hier von der Farbe des blühenden Flieders inspirieren lassen. Um das Auge optisch grösser erscheinen zu lassen, wird der innere Teil des beweglichen Lids etwas heller gehalten. Ein dunklerer Fliederton oberhalb der Lidfalte und im äusseren Augenwinkel intensiviert den Blick und vergrössert das Auge optisch noch mehr.

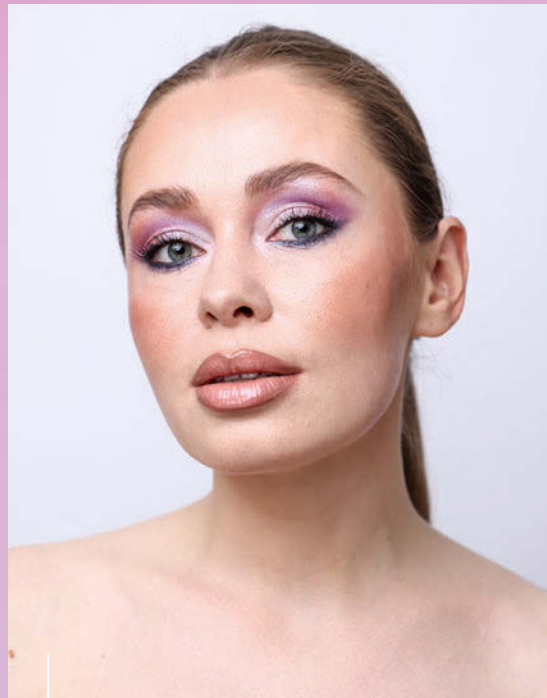


4 Bei diesem Look darf ein wenig Schimmer nicht fehlen! Damit das gesamte Augen-Make-up richtig schön glänzt, hat Martina Brunner mehrere schimmernde Lidschatten aufgetragen, die zum Eye-Make-up passen. So behält der Look seine Definition. Am unteren und oberen Wimpernkranz entlang wird noch ein schwarzer Lidschatten aufgetragen, sodass ein Cat-Eye-Effekt entsteht.



5

Um das Make-up abzurunden, trägt Martina Brunner Bronzer auf die Wangenknochen auf, wodurch der Teint wärmer und wie von der Sonne geküsst erscheint. Ein Blush schenkt sommerliche Frische. Passend zum Make-up bleiben die Lippen zurückhaltend. Wer mag, kann aber durchaus auch einen intensiveren Lippenstift wählen. Dabei sollten die Untertöne von Augen und Lippen harmonieren.



6

Abschliessend werden die Wimpern intensiv getuscht. Falsche Einzelwimpern runden den Look perfekt ab. Wer mag, kann auf den höchsten Punkt der Wangen noch Highlighter auftragen für einen schönen Glow.



Fertiger Look

Ein Look, der Leichtigkeit und Femininität ausstrahlt: Perfekt für ein sommerliches Make-up, das mit Schimmer und Glow punktet. Die Lippen können wahlweise dezent betont oder auch mutig in Szene gesetzt werden – je nachdem, was sich Ihre Kundin wünscht!

FOTOS: PHILIPP KEUSEN/BLEND ACADEMY

MAKE-UP: MARTINA BRUNNER/BLEND ACADEMY

MODEL: TATIANA SPINIELLO

FOTOS: PHILIPP KEUSEN

STRAHLENDER SOMMER-GLOW



1 ESPRIT PROVENCE Das Eau de Toilette „Marine“ verleiht einen frischen und natürlichen Duft, der die Sinne auf eine Reise an das Mittelmeer entführen soll. Tel. 034 420 08 00, www.simonkeller.ch **2 ARTIDECO** Die Kollektion „L.A. Vibes – Beauty to go“ umfasst verschiedene Produkte im Handtaschenformat. So verspricht der „Glossy Lip Chubby“ Pflege und Glanz in einem, während der „Blush Stick“ den Wangen Farbe verleiht. www.deurocos.ch **3 SOTHYS** Der „Duo-Stift“ vereint Lidschatten und Kajal in einem Produkt, wodurch ein leuchtendes Augen-Make-up erzielt werden kann. Das enthaltene Rizinusöl soll die Textur cremige Textur beim Auftragen sorgen. www.sothys.ch **4 ARABESQUE** Pflege und Pigmente kombiniert: Der „Tinted Skin Moisturizer“ soll den Teint mit Feuchtigkeit versorgen und gleichzeitig optisch perfektionieren. Tel. 044 986 20 40, www.musculus.ch **5 STAGECOLOR** Perfekte Brauen verspricht der „Brow Styler Pencil“. Mit den beiden Spitzen lassen sich kahle Stellen auffüllen und die Form definieren. In drei Tönen erhältlich. Tel. 044 389 87 87, www.jp-rosselet.ch



ALLES DICHT?

Mit zunehmendem Alter nimmt die Dichte der Knochen ab, und das Risiko für Knochenbrüche steigt. Manchmal sind auch junge Menschen bereits betroffen. Osteoporose kommt schleichend, tut zunächst nicht weh und wird oftmals zu spät erkannt, da sie erst in fortgeschrittenem Stadium schmerzt. Reha- und Präventionstrainerin Marianne Nick erklärt, wie Sie das Risiko minimieren können.

Wussten Sie, dass 6,3 Millionen Menschen in Deutschland betroffen sind? Jeder sechste Mensch ab 50 Jahren braucht schon eine Therapie, und Prävention reicht nicht mehr. Jährlich kommen 885.000 Neuerkrankungen (plus Dunkelziffer) hinzu. Laut der World Health Organization (WHO) ist sie eine der zehn häufigsten Krankheiten weltweit. Man rechnet damit, dass sich Knochenbrüche, bedingt durch Osteoporose, bis ins Jahr 2050 vervierfachen.

HOHES RISIKO FÜR FRAUEN

Osteoporose, manchmal auch Knochenschwund genannt, ist somit eine der häufigsten Krankheiten im Alter. Leider sind Frauen um ein Vielfaches mehr betroffen als Männer, genau genommen sind 80 Prozent der Erkrankten weiblich. Bei ihnen ist die Bedrohung beziehungsweise das Risiko, an Osteoporose zu erkranken, deutlich höher als an Brustkrebs, Herzinfarkt und Schlaganfall zusammen.

Das menschliche Skelett besteht aus circa 200 Knochen, die leicht, elastisch und hart sind. Sie setzen sich aus organischen und anorganischen Substanzen zusammen. Als lebendiges Gewebe befinden sie sich in einem ständigen Auf- und Abbauprozess, das heisst, sie verändern

sich permanent. Schadhafte Gewebe wird abgebaut und neues, gesundes wird gebildet, und zwar angepasst an die Nutzung des Knochens. Also: Wer sich viel bewegt, bewahrt lange ein gesundes Knochengewebe.

IM UNGLEICHGEWICHT

Die Knochenfunktion ist vielfältig. Sie ist entscheidend für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit: Knochen stützen uns, geben uns unsere Körperform, dienen der Blutbildung, sind Part des passiven Bewegungsapparates und speichern Mineralien, vor allem Kalzium.

Wenn der Knochenumbau ins Ungleichgewicht gerät, nennt man das zuerst Osteopenie und später Osteoporose. Die Knochendichte kann gemessen werden, und es gibt eine Skala, an der man erkennen kann, ob präventiver Sport noch hilft oder ob man bereits eine Therapie benötigt. Demineralisierte Knochen, die zu stark abgebaut werden, haben keine Stützkraft für den Körper, geben keinen Halt und brechen letztlich. Die Ursachen sind vielfältig und werden zwischen unbeeinflussbaren und beeinflussbaren Faktoren unterschieden (siehe Kasten „Osteoporose“). Was zunächst etwas deprimierend klingt, ist gar nicht so negativ. Wir können einen grossen Teil dazu beitragen, dass wir nicht an Osteoporose

erkranken. Rechtzeitiges Erkennen und Vorbeugen lautet die Devise, am besten bis zum 30. Lebensjahr. Wer bis dahin viel Sport, vor allem Kraftsport gemacht hat, ist im Vorteil. In diesem Alter ist die maximale Knochenmasse und -dichte erreicht. Dann geht's nur noch bergab. Bis zu einem Prozent jährlich reduzieren sich Masse und Dichte. Dennoch können wir auch später noch viel für gesunde Knochen tun.

SCHON BETROFFEN?

Doch wie erkennen wir, dass sich unsere Knochen über das normale Mass hinweg abbauen? Bleiben Sie sich selbst gegenüber achtsam. Anzeichen können Steifheit, dauernde Fehl-

Eventuell können Sie sich auch medikamentös einstellen lassen. Zwei Beispiele: Bisphosphonate verhindern den Abbau der Knochen. Romosozuman fördert den Knochenaufbau. Lassen Sie sich von Ihrem Arzt beraten.

3 TIPPS, DIE HELFEN

- **Ernährung:** Da der tägliche Energiebedarf mit zunehmendem Alter sinkt, benötigen wir weniger Kalorien. Vitamine, Mineralien und ein vielseitiges Essen mit viel Eiweiss, Gemüse und Früchten sind für einen gesunden Knochenbau wichtig. Fisch, Leber und Eigelb sind beispielsweise entsprechende Lieferanten. Fleisch, Alkohol, Li-

„WER SICH VIEL BEWEGT, BEWAHRT LANGE EIN GESUNDES KNOCHENGEWEBE.“

haltungen, diffuse Schmerzen und Bewegungseinschränkungen sein. Wenn Ihr Rücken ständig schmerzt, sich die Muskeln verkürzen und verspannen und die Faszien verhärten, dann hilft schon moderate Bewegung, beispielsweise Rehasport, Präventionskurse und spazieren gehen.

Sollten Sie den Verdacht haben, dass Sie von Osteoporose betroffen sein könnten, gehen Sie bitte zum Arzt und lassen Sie einen Knochendichtetest machen. Dabei wird der Mineralsalzgehalt des Knochens ermittelt. Dann wissen Sie genau, welche Massnahmen für Sie die besten sind.

TROTZDEM GUT LEBEN

Bewegung und gesunde Ernährung sind wesentliche Bestandteile eines ausgewogenen und damit gesunden Lebensstils. Sie wirken synergetisch und verbessern ihre positive Wirkung gegenseitig. Beide sorgen sie dafür, das Risiko für Osteoporose zu senken, beziehungsweise zu verlangsamen und die Knochenfunktion zu erhalten und wieder aufzubauen. Erlernte Sturzprävention schützt uns vor Knochenbrüchen.

monaden, Zucker und Salz sollten reduziert werden. Stabile Knochen benötigen insbesondere Kalzium, Phosphor, Vitamine, Zink, Magnesium und Spurenelemente. Vitamin D und Kalzium sind dabei die wichtigsten Stoffe, sodass die Knochen nicht demineralisiert werden.

- **Präventionskurse:** Ein Kurs besteht aus vier Säulen, die alle einen gesundheitlichen Nutzen haben. Egal in welchem Alter Sie damit beginnen: Aufwärmen und Ausdauer verbessern die Fettverbrennung und stärken den Kreislauf. Im Hauptteil wird durch Koordinationsübungen die Bewegungssicherheit und durch Krafttraining der Muskelzuwachs und die Knochenstabilität gefördert. Regelmässiges Krafttraining mit Hanteln, Gewichten und Theraband kräftigt die Muskulatur und fördert das Knochenwachstum. Zum Abschluss werden Beweglichkeit und Entspannung trainiert.
- **Kraftsport an Geräten:** Gut entwickelte Muskeln stabilisieren, schützen und bewegen den Körper mühelos. Die Knochensubstanz wird stimuliert, sich wieder aufzubauen.

Osteoporose

Die Ursachen sind vielfältig und werden zwischen unbeflussbaren und beeinflussbaren Faktoren unterschieden.

Nicht beeinflussen lassen sich:

- Alter
- Genetik/Erbanlagen
- Vorerkrankungen (Schilddrüsenüberfunktion, Magen-Darm-Erkrankungen, Arthritis, Rheuma)
- Konstitutionstyp
- Hormonveränderungen (Mangel an Östrogen)
- Schlanker Körperbau
- Kinderlosigkeit

(Bedingt) Einfluss haben wir auf:

- Ernährung/Diäten
- Lebensstil/Alkohol/Nikotin
- Medikamente
- Stoffwechselerkrankungen
- Untergewicht
- Aktivitätslevel
- Kalzium- und Vitamin-D-Mangel

Zunächst beginnt man, mit einer mittelmässigen Intensität zu trainieren. Dieses Training verbessert unsere Haltung, steigert unsere Leistungsfähigkeit, erhöht die Muskelmasse und wirkt auf unseren Hormonhaushalt. Wir haben dadurch schon eine hervorragende Rehabilitation erreicht. Wenn wir dann die Intensität steigern, stabilisieren wir unsere Gelenke, steigern unsere Kraft, verstärken den Bandapparat und verbessern die Knochendichte. Wir gewinnen wieder mehr Sicherheit im Alltag und können entspannter leben.

Ein Appell zum Schluss an alle: Jede Bewegung ist besser als gar keine Bewegung. In diesem Sinne: „Bleiben Sie gesund.“



Marianne Nick

Die Autorin ist seit 25 Jahren in der Branche tätig. Ihr Schwerpunkt liegt auf Naturkosmetik. Sie ist als Reha- und Präventionstrainerin, Autorin von Kosmetikratgebern und Aromaexpertin tätig.

Ein Digital Detox kann dabei helfen, die exzessive Nutzung von Smartphones, Tablets und PCs einzuschränken. Dadurch reduziert sich Stress, und es bleibt mehr Zeit für das Hier und Jetzt. Ein solches Detox sollte jedoch gut vorbereitet sein.

Device free
ZONE

Fit & healthy
SERIE, TEIL 4: DIGITAL DETOX

TU'S FÜR DICH!

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

ALWAYS ON

Handys sind zu unseren ständigen Begleitern geworden: Sie sind Wecker, Kalender, Nachschlagewerke, Kontaktmöglichkeit, Shoppingmall, virtueller Spielplatz und noch vieles mehr. Auch wenn das Internet mit seinen digitalen Medien und Social-Media-Plattformen oftmals bereichernd ist – all dies hält uns nicht selten von wichtigen Aufgaben ab, zerstreut unsere Aufmerksamkeit oder führt zu Stress. Ein Digital Detox soll dabei helfen, sich vom ständigen Griff zum Handy und von der damit einhergehenden Dauerberiesung zu lösen.

NEBENWIRKUNGEN VON SMARTPHONES

- Konzentrations- und Schlafstörungen
- Daueranspannung des Gehirns führt zu Stress, Unruhe, schlechte Laune
- „Entzugserscheinungen“: Der ständige Griff zum Handy wird Normalität, Pausen sind schwer auszuhalten

TIPPS FÜR DAS DIGITAL DETOX

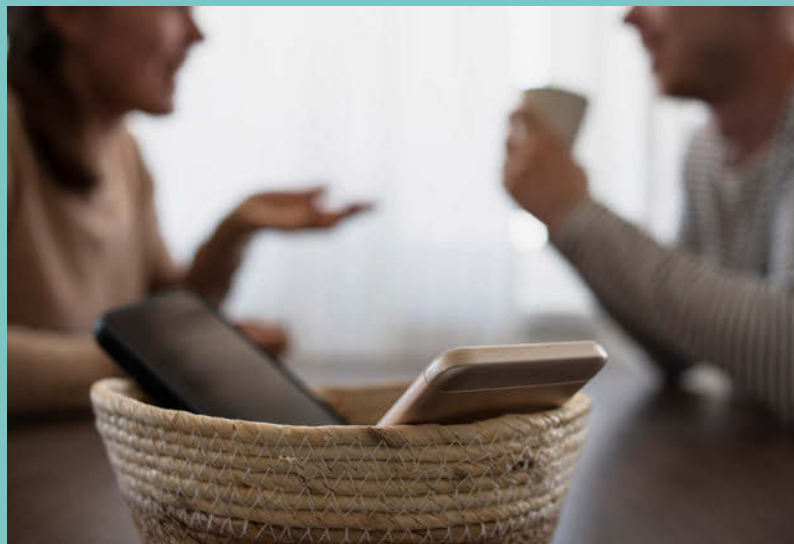
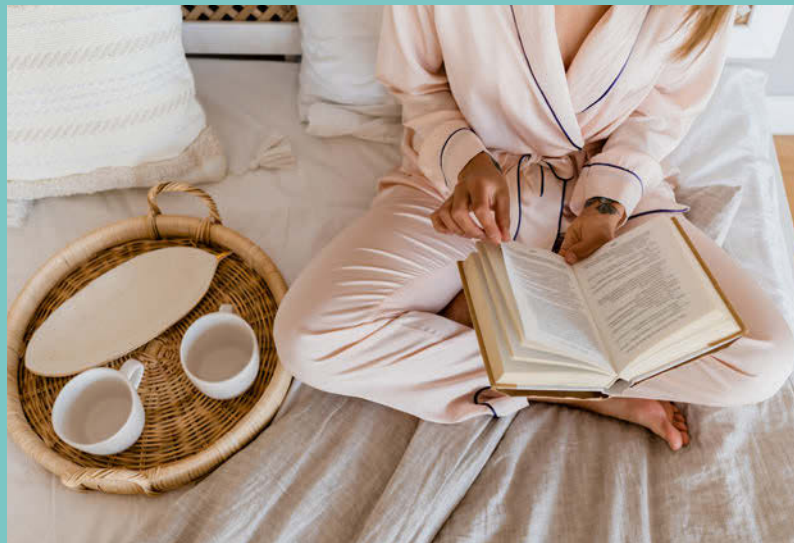
Wer Lust hat, einmal abzuschalten und sich eine Auszeit von der digitalen Welt zu gönnen, der kann verschiedene Massnahmen ergreifen, um die Pause möglichst entspannt zu gestalten:

- Planen und vorbereiten: Wann, wie lang und warum möchten Sie ein Digital Detox machen? Was möchten Sie stattdessen in Ihrer Freizeit unternehmen?
- Feste Zeiten festlegen: Stellen Sie Regeln auf, wann Sie das Smartphone nicht verwenden oder besser noch ausschalten. Am besten platzieren Sie es ausser Sichtweite.
- Wenn Sie nicht bereit sind, Ihr Handy ganz auszuschalten, können Sie auch Einstellungsmodi oder Apps nutzen, die für eine beliebige Zeit andere Apps blockieren. Beispielsweise können Sie so zur Entspannung ein Hörbuch hören, während Ihnen Nachrichten von Messengern in dieser Zeit nicht angezeigt werden.
- Smartphonefreie Orte: Beispielsweise das Schlafzimmer, wenn Sie im öffentlichen Nahverkehr unterwegs sind oder bei Treffen mit Freunden.
- Reize minimieren: Schalten Sie Push-Benachrichtigungen aus und melden Sie sich von Newslettern ab, die Sie nicht wirklich interessieren.
- Beziehen Sie Ihr Umfeld mit ein: Erklären Sie, dass Sie gerade mehr Zeit für sich brauchen und daher nicht immer online sind.
- Zum Schluss: Bleiben Sie entspannt. Lassen Sie los von dem Druck, immer sofort präsent sein oder antworten zu müssen.

IN DEN NÄCHSTEN AUSGABEN zeigen wir Ihnen unter anderem dieses Trendthema in Sachen fit & healthy:

- Atemübungen

Rund 200 Mal schauen wir täglich auf unser Handy. Dabei tun wir das meist, ohne dass wir eine Nachricht erhalten haben, sondern aus dem Gefühl heraus, nichts verpassen zu wollen.



AUSBILDUNGEN

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

KLASSISCHE KOSMETIK

■ Bern / St. Gallen

SwissCell Coaching

Vielfältige Angebote für Weiterbildung und Schulungen in der Kosmetikbranche finden Sie bei SwissCell Coaching.

Profitieren Sie von dem Fachwissen, Know-how und mehrjähriger Erfahrung unserer Schulungsleiterin Tiziana Capuano med. Kosmetikerin FA. In unseren Weiterbildungsangeboten und Schulungen erlernen Sie vertieftes Wissen in folgenden Bereichen:

- Professionelle Hautbeurteilung, Anamnese, Behandlungspläne erstellen & Verkaufstechniken
- Vertieftes Fachwissen über schweizerische Zellkosmetik (SwissGetal und CellDermal Produkte)
- Sichere und effektive Behandlungsabläufe mit milden chemischen Peelings (CellDermal Cosmeceuticals), Kollagenfäden und Jett Plasma
- Effektive Behandlung von Hauptproblemen wie Akne, tiefe Falten und Pigmentstörungen.

Melden Sie sich bei uns und erfahren Sie mehr über unsere Schulungen und Schulungsdaten.

Schulungsstandorte: Bern & St. Gallen

E-Mail: info@swisscellcoaching.ch

Tel. +41 31 3123600

www.swisscellcoaching.ch

■ Burgdorf / Dübendorf

SWISS WELLNESS ACADEMY

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

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.

Weiterbildungs-Kategorien:

- Klassische Kosmetik
- Medizinische Kosmetik
- V-NISSG Sachkundenachweis
- Markenpräsentationen
- Hightech Information Day
- Brow & Lashes
- Marken:
- Alpeor Switzerland
- ARTEPIL
- Cellcosmet
- [comfort zone]
- JP ROSSELET SWISS SKINCARE SYSTEM
- Master Lin®
- MATIS Paris
- Methode Brigitte Kettber
- 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

■ St. Gallen

ARCOS die internationale Kosmetikfachschule

wurde 1999 als erste Schule der deutschsprachigen Schweiz von CIDESCO international anerkannt. CIDESCO arbeitet nur mit führenden Schulen der Welt zusammen. Die ARCOS erfüllt den internationalen Standard und bietet die geforderten Qualifikationen an. Die Kosmetik-

fachschule ist seit über 20 Jahren unter gleicher Leitung. Erfahrung und Kontinuität die sich auszahlt. Alle Lehrgänge sind ISO 29990 zertifiziert. Die ARCOS gehört der Sektion Fachschulen SVKAB des Schweizerischen Fachverbandes für Kosmetik (SFK) an und erfüllt somit weitere Grundlagen, die den Absolventinnen eine seriöse und fundierte Ausbildung garantieren. Auf einer über 300 qm² grossen Schul- und Praktikumsfläche mit moderner Einrichtung bietet die Kosmetikfachschule den Absolventinnen alles, was eine qualifizierte Ausbildung ausmacht. Die lichtdurchfluteten Räume und die schlichte Eleganz bieten ideale Voraussetzungen für ein gutes Lernklima. Durch die intensive Ausbildungszeit von rund 1'400 Stunden sind die Teilnehmerinnen mit ihrer fundierten Ausbildung auf dem Kosmetikmarkt gefragt.

ARCOS Internationale Kosmetikfachschule
Heiligkreuzstrasse 12 A, 9008 St. Gallen
Tel. +41 71 250 19 19

wolf@arcosakademie.ch, www.arcosakademie.ch

■ Zürich

Maria Schweizer AG

Fachschule für Kosmetik

Im Jahr 1936 von Maria Schweizer gegründet, gehört die Fachschule für Kosmetik Maria Schweizer AG seit 2015 als Ausbildungspartnerin zur Swiss Wellness Academy. Dank langjähriger Ausbildungserfahrung, modernsten Methoden und kompetenten Kursleiterinnen steht das Ausbildungsangebot für höchste Qualität. Auch ein Kosmetiklehrgang mit integriertem Sachkundenachweis wird angeboten. In den mehr als 80 Jahren des Bestehens absolvierten bereits tausende von Schülerinnen und Schülern die anspruchsvolle Ausbildung mit Diplom der Fachschule für Kosmetik Maria Schweizer und legten damit den Grundstein zum beruflichen Erfolg.

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

MEDIZINISCHE KOSMETIK

■ Baar

swissestetic AG

Erfolgreich dank Wissen
Die Kosmetikbranche durchlebt einen ständigen Wandel. Es ist nicht einfach, auf dem neusten

Stand zu bleiben. Die Kunden haben immer höhere Ansprüche, die rechtlichen Anforderungen werden komplizierter und die Kosmetikindustrie bringt laufend neue Produkte auf den Markt. Wir helfen Ihnen, auf dem neusten Stand zu bleiben. Profitieren Sie von unserer langjährigen Erfahrung in der kosmetisch-medizinischen Branche. Nehmen Sie teil an unseren professionellen Weiterbildungen und Events, lernen Sie unsere innovativen Produkte und Behandlungen kennen und lieben.

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

Unsere fundierten Schulungen inklusive Zertifikat beinhalten unter anderem die folgenden Themen, bei denen Theorie, sowie auch die praktische Anwendung kompetent weitergegeben werden: Anti-Aging, Akne, chem. Peeling, Depigmentation, Kabinenbehandlungen, Verkaufsprodukte und viele mehr. Die aktuellen Kursdaten finden Sie auf unserer Homepage.

swissestetic AG
Blegistrasse 5, 6340 Baar, Schweiz
Tel.: 041 768 80 80
www.swissestetic.ch

Weiterbildungskategorien:

- Medizinische Kosmetik

Marken:

- mesoestetic
- swissestetic

■ Bern / St. Gallen

SwissCell Coaching

Vielfältige Angebote für Weiterbildung und Schulungen in der Kosmetikbranche finden Sie bei SwissCell Coaching.

Profitieren Sie von dem Fachwissen, Know-how und mehrjähriger Erfahrung unserer Schulungsleiterin Tiziana Capuano med. Kosmetikerin FA. In unseren Weiterbildungsangeboten und Schulungen erlernen Sie vertieftes Wissen in folgenden Bereichen:

- Professionelle Hautbeurteilung, Anamnese, Behandlungspläne erstellen & Verkaufstechniken
- Vertieftes Fachwissen über schweizerische Zellkosmetik (SwissGetal und CellDermal Produkte)
- Sichere und effektive Behandlungsabläufe mit milden chemischen Peelings (CellDermal Cosmeceuticals), Kollagenfäden und Jett Plasma
- Effektive Behandlung von Hauptproblemen wie Akne, tiefe Falten und Pigmentstörungen.

Melden Sie sich bei uns und erfahren Sie mehr über unsere Schulungen und Schulungsdaten.

Schulungsstandorte: Bern & St. Gallen

E-Mail: info@swisscellcoaching.ch

Tel. +41 31 3123600

www.swisscellcoaching.ch

LASHES

■ Bern / Zug

Nouveau Lashes – The Ultimate Lash Brand

Egal, ob Sie am Anfang Ihrer Karriere stehen oder eine erfahrene Lash Stylistin sind, wir bieten für alle Stufen ein entsprechendes, professionelles Trainingsprogramm mit der offiziellen und

weltweit anerkannten Nouveau-Lashes-Zertifizierung an:

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

Unsere Schulungen kombinieren die vertiefte, theoretische Ausbildung, mit ausführlicher praktischer Anwendung, damit Sie jede Behandlung sicher und selbstständig durchführen können. Nach dem Abschluss der Schulung erhalten Sie ein weltweit anerkanntes Zertifikat (mit 33 CPD Points bei Wimpernlifting und 52 CPD Points bei Wimpernverlängerung) sowie weiterhin professionelle Unterstützung durch unser Team bei Behandlungen oder Marketing.

Distribution und Schulungcenter CH | DE | AT

INEW Beauty Couture AG

Sinserstrasse 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



Foto: Pixel-Shot/Shutterstock.com

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

Kontakt: Tobias Klumpp

Tel. 078 212 26 22

tobias.klumpp@health-and-beauty.com

BEAUTY FORUM
BE INFORMED, BE INSPIRED, BE YOURSELF!

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

■ Zürich / Schaffhausen

Luxus Lashes Schweiz

Wir bieten Ausbildungen zur zertifizierten Profi-Wimpernstylin. Unser Angebot umfasst: Einsteigerschulungen, Volumenschulungen, Lash- und Brauenlifting sowie Umschulungen nach Wunsch auch in Ihrem Studio. Bei uns in Schaffhausen erwarten Sie moderne Schulungsräume und kleine Gruppen. Sie erhalten fachmännisches Wissen mit viel Praxis von Profis mit langjähriger Erfahrung vermittelt.

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

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

MAKE-UP

■ Bern

BLEND – Academy of Make-up Artistry Visagistenschule

Ausbildung / Weiterbildung
Die Nummer 1 Ausbildung zum professionellen Hair- & Make-up-Artisten / Visagisten im Herzen von Bern. Unter erstklassigen Bedingungen baust Du Dir im familiären Umfeld eine vielfältige Grundlage auf, um in der Beautybranche durchzustarten. Du lernst alles über Make-up und Hairstyling von Schweizer Top Make-up-Artisten und profitierst von unserem Netzwerk. In aufbauenden Modulen bieten wir eine solide Grundausbildung zum Visagisten für Quereinsteiger und Fachleute sowie Weiterbildungen im Bereich Hairstyling und Make-up. Zudem organisieren wir regelmässige Workshops und Masterclasses.
Aarberggasse 36, 3011 Bern
Tel. 031 312 20 00
mail@blend-academy.ch, www.blend-academy.ch

PERMANENT-MAKE-UP

■ Dottikon

Natural Design Swiss Academy

– Offizielles PMU Verband Ausbildungsinstitut.

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

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

NAIL

■ Bern / Zug / Luzern

Bio Sculpture – Schweiz

Die Nageldesign-Schulung, die weit über eine herkömmliche Ausbildungen hinausgeht! Seit vielen Jahren nehmen wir eine führende Position in der Nail-Branche ein und sind für unsere hochwertigen Produkte bekannt, die die FDA- und CPNP-Zertifizierungen tragen. Unsere Schulungen geniessen ebenfalls einen weltweit erstklassigen Ruf.

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

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

Ausbildungsmöglichkeiten:
2 Tage (Basic) oder 4 Tage (Full)
Distribution und 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

■ Mellingen

GRECO AG / LCN

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

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

FUSSPFLEGE

■ Burgdorf / Dübendorf

SWISS WELLNESS ACADEMY

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

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

MASSAGEN

■ Burgdorf / Dübendorf

SWISS WELLNESS ACADEMY

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

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, zeit-
gemässe und massgeschneiderte Aus- und Weiterbil-
dung im Bereich der Farbe, Stil & Imageberatung in der
ganzen Schweiz an.

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

Unsere Standorte:

Koloristika GmbH

Therese Hänni

Chaumontweg 20

3095 Spiegel b. Bern

Koloristika & Atelier Joerg Kressig

Zähringerstrasse 32a

8001 Zürich

Tel. +41 31 972 18 19

Tel. +41 79 279 36 78

info@koloristika.ch

www.koloristika.ch

3C Conseil en image

Chantal Cadorin

Rue du Midi 17

1800 Vevey

Tel. +41 78 661 09 37

ccadorin@3cconseil.ch

www.koloristika.ch

VERBÄNDE



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



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



Schweizer Fachverband für
Permanent Make Up (PMU)
Bergstrasse West 64, 5034 Suhr, Tel. 079 859 86 05
info@permanentmakeup-verband.ch, www.permanentmakeup-verband.ch



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



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



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



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



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

IHRE STERNSTUNDEN IM JUNI

HOROSKOP

Zwillinge (21.5. – 21.6.)

DAS LEBEN GENIESSEN:

Momentan stehen Ihnen derart viele Chancen offen, dass Sie aufpassen müssen, dabei nicht die Orientierung zu verlieren. Bleiben Sie achtsam, dann können Sie jetzt einige Erfolge verbuchen! Venus und Merkur sorgen dafür, dass Ihr Leben abwechslungsreich bleibt, und fördern Ihre sowieso schon hohe Kontaktbereitschaft noch zusätzlich. Jetzt nehmen Sie die Schönheit des Lebens besonders intensiv wahr und genießen. Davon profitiert auch Ihre Arbeit! Weil Glücksplanet Jupiter die idealen Bedingungen für einen Erfolgswachstum setzt, ist der Juni perfekt geeignet für Marketingaktionen und Fortbildungen.



DAS LIEBES-SPECIAL FÜR DIE GEBURTSTAGSKINDER:

Es ist nicht zu übersehen, dass Sie Freude am Spiel der Liebe haben. Was gibt es denn auch Schöneres, als die Schmetterlinge im Bauch tanzen zu lassen? Und der Kosmos spart nun wahrlich nicht an Gelegenheiten, um von Amors Pfeilen getroffen zu werden oder einer bestehenden Liebe neuen Zauber zu verleihen. Schliesslich erhöhen Sonne und Venus Ihre Anziehungskraft und Ihre Beliebtheit! Ausserdem machen Sie Merkur und Venus nicht nur im Flirten unschlagbar, sondern versetzen Sie auch in die Lage, Beziehungsthemen auf versöhnliche, diplomatische und faire Art und Weise zu klären.



Krebs (22.6. – 22.7.):

Die kosmischen Schwingungen werden von Woche zu Woche förderlicher! Ihr Energielevel steigt spürbar, denn Power-Planet Mars setzt so viel Kraft frei, dass alles vorwärts geht, was Sie in Angriff nehmen. Jetzt dürfen Sie Ihren Instinkten vertrauen!



Skorpion (24.10. – 22.11.):

Aktuell lassen sich keine grossen Erfolge einfahren – zumal Sie mit einigen Widerständen rechnen müssen. Gehen Sie deshalb am besten den Weg der kleinen Schritte und sammeln Sie Kraft für die Zeit ab dem 18.6. Denn dann nimmt Ihr Erfolgslauf wieder Fahrt auf.



Fische (20.2. – 20.3.):

Im Moment sind Sie alles andere als relaxt! Wenn Sie sich keinen ständigen Gefühlsschwankungen aussetzen möchten, sollten Sie Ihrem eigenen Rhythmus folgen und sich nicht verzetteln. Saturn hilft Ihnen, auch einmal Nein zu sagen, wenn zu viel auf Sie einstürzt.



Löwe (23.7. – 23.8.):

Auch wenn Mars und Uranus immer wieder für plötzliche Turbulenzen sorgen, sind die kommenden Wochen recht vielversprechend. Denn Sonne und Jupiter wirken kraftspendend und glücksbringend.



Schütze (23.11. – 21.12.):

Sie laufen Gefahr, sich zu verzetteln und zu viel Wert auf die Meinung anderer zu legen. Prüfen Sie deshalb jede Entscheidung, die Sie treffen vorher auf Herz und Nieren, bleiben Sie sich selbst treu und haushalten Sie gut mit Ihren Finanzen.



Widder (21.3. – 20.4.):

Es warten eine ganze Reihe guter Chancen auf Sie! Nicht nur, dass Ihr Optimismus und Ihre Kreativität unter Jupiter und Venus aufblühen, auch Ihr Geschäftssinn wird dank Merkur ordentlich gepusht. Und Sonne und Pluto verleihen Ihnen grosse Willenskraft!



Jungfrau (24.8. – 23.9.):

Jetzt heisst es flexibel bleiben, ohne dabei den Überblick zu verlieren. Das kann schon mal zur nervlichen Zerreissprobe werden und einige Selbstzweifel auslösen. Wie gut, dass Ihnen Mars unter die Arme greift und Ihre Leistungskurve und Tatkraft pusht.



Steinbock (22.12. – 20.1.):

Auch wenn die himmlische Unterstützung im Juni nicht gerade üppig ausfällt, bleiben Sie am Ball. Und ab dem 10.6. stimmt auch Ihre Motivation wieder. Die beiden Power-Planeten Mars und Uranus bringen viel frischen Wind!



Stier (21.04. – 20.05.):

Mars und Uranus übernehmen die Führung und versetzen Sie in starke Aufbruchsstimmung. Unter der Regie dieser beiden Power-Planeten könnte Ihnen auch ein Durchbruch gelingen. Nutzen Sie Ihren positiven Tatendrang!



Waage (24.9. – 23.10.):

Selbstbewusstsein ist die halbe Miete – und davon haben Sie reichlich! Ideal, um Karrierepunkte zu sammeln – vor allem in Sachen Kundenkontakt haben Sie die Nase vorn! Allerdings gibt es auch einige Herausforderungen.



Wassermann (21.1. – 19.2.):

Höhenflüge und Hindernisse bestimmen Ihren Juni! Einerseits fühlen Sie sich durch die Luftbetonung ganz und gar in Ihrem Element, andererseits fordern Sie Minus-Mars und Minus-Uranus aber auch immer wieder plötzlich heraus.



Jutta Gilch

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

NR. 7+8 ERSCHEINT AM 18. JULI 2024

VORSCHAU

EMPOWER
YOUR SKINTreatments für eine starke
Hautbarriere.GESUNDE
HAUTVolle Kraft voraus mit
Vitaminen in der Kosmetik.

DOSSIER:

KOSMETIK-ESSENTIALS
FÜR DEN URLAUB

Der Urlaub Ihrer Kundin steht bevor – nun sind Ihre Profitipps für die Hautpflege gefragt! Lesen Sie in der nächsten BEAUTY FORUM Ed. Swiss, welche Kosmetik-Essentials sich für den Urlaub anbieten, welche Gos und No-Goes es davor und danach gibt und wie Sie die Füße nach dem Strandurlaub wieder perfekt in Form bringen.

ABO-HOTLINE:

Tel. 041 417 07 70

IMPRESSUM

31. Jahrgang 2024
www.beauty-forum.ch

Copyright
Health and Beauty Germany GmbH,
Ettlingen/Deutschland

Offizielles Organ der:
BEAUTY FORUM SWISS

Herausgeber und Verlag
Health and Beauty Marketing Swiss GmbH
Geschäftsführer:

Roger von Ah, Roberto Valente
Hirschmattstrasse 30a, 6003 Luzern
Tel. 041 417 07 70; Fax 041 417 07 71
www.health-and-beauty.ch
info@health-and-beauty.ch

Manager Publishing Editor-in-Chief
Jaqueline Kramer
Tel. +49 7243 72 78 197
jaqueline.kramer@health-and-beauty.com

Senior Manager Graphics Department
Rolf Jaeger
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

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

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

Anzeigenpreislste
vom 01.01.2024

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

Verlagsrepräsentanten Ausland
Deutschland und Österreich
Health and Beauty Germany GmbH
Ludwig-Erhard-Str. 2, D-76275 Ettlingen
Postfach 10 04 11, D-76258 Ettlingen
Tel. +49 7243 7278-0; Fax +49 7243 7278-227
www.beauty-forum.com

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

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

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

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

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

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

Nachdruck (auch auszugsweise) verboten. Vervielfältigungen jeder Art bedürfen der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Fremdbeiträge, die mit Namen des Verfassers gezeichnet sind, geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt 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



4 FRAGEN AN

EINFACH LEBEN!

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



SARA KELLER-GAMBONI

hat mehr als 20 Jahre Erfahrung in der Beauty-Branche. Sie ist Kauffrau EFZ, Marketingfachfrau sowie Kosmetikerin EFZ. Sie führte einige Jahre ihr eigenes Kosmetikinstitut und war als Dozentin an einer bekannten Kosmetikfachschule in Zürich tätig. Seit drei Jahren ist sie Area Trainerin und Seminarleiterin bei Reviderm Swiss AG.

1 WAS MACHEN SIE, WENN SIE FREIHABEN?

Ich verbringe meine Freizeit gerne mit meiner Familie und Freunden. Gemeinsam essen, ein gutes Glas Rotwein und tiefgründige Gespräche sind mir sehr wichtig. Ausserdem gehe ich unheimlich gerne shoppen oder einfach in Zürich spazieren, setze mich in ein Café und schaue bei einem Cappuccino dem Treiben auf der Strasse zu. Ich lese sehr gerne Romane, schaue zu Hause Netflix-Serien und im Kino historische Filme.



2

Was ist Ihr liebstes Reiseziel und warum?

...Italien! Nicht nur, weil ich Tessinerin bin und Italienisch meine Muttersprache ist, sondern weil Italien eines der kulturell reichsten Länder der Welt ist. Ich geniesse die wunderschönen alten Städte, den Kontakt mit den sehr sympathischen Menschen und nicht zuletzt die Esskultur. Das milde Wetter und das Meer machen das Reiseziel einfach perfekt.

3

Was tun Sie, um zu entspannen?

Ich bin ein Genussmensch! Apéros mit meinen Freundinnen und sommerliche Grillabende im Garten gleichen den beruflichen Stress wieder aus. So tanke ich Energie und kann immer wieder voll konzentriert weitermachen. Yoga und Spaziergänge bilden den beweglichen, sportlichen Anteil meiner Entspannungsmethoden.



4

WIE HALTEN SIE SICH FIT UND HEALTHY?

Regelmässige Beauty-Termine sorgen dafür, dass ich mich auch äusserlich fit und gesund fühle. Gesundes und ausgewogenes Essen, frisch zubereitet, ist mir sehr wichtig. Ich schätze die regionale und saisonale Küche. Meine Familie liebt Tessiner Spezialitäten – ganz besonders mein Risotto.

MesoJet™

High-Speed Hautverjüngung

MesoJet erzielt sofort sichtbare Ergebnisse mittels Hydroporations-Technologie. Dabei werden funktionelle Wirkstofflösungen in Hochgeschwindigkeit beschleunigt und durch das einzigartige MesoJet Premium-Handstück in feinste Mikrotropfchen zerlegt.

Ihre Vorteile:

- Innovative, effektive Technologie „Made in Germany“
- Nicht-invasive Behandlung ohne Ausfallzeit und maximale Sicherheit
- Spektakuläre Sofort-Effekte mit einzigartigem Weiterempfehlungs-Potenzial
- Für alle Hauttypen und ganzjährig einsetzbar
- Individuelle Wirkstofflösung für unterschiedliche Bedürfnisse wie Anti-Aging, Haarausfall und Cellulite
- Zwei Modelle
MesoJet HY-PO: NiSV-frei
MesoJet HY-PO HF: Kombi-Gerät mit Hochfrequenz – auch für den Körper geeignet

Anwendungsbereiche



Gesicht



Körper



Hautverjüngung
in 60 Minuten

DERMOKOSMETIK

VERTRÄGLICH &
WIRKSAM

MADE IN GERMANY



Bereit für eine Technologie mit
Neukunden-Garantie?

tel. +49 8104 8873 0, info@reviderm.com
www.reviderm.com/skintechology/mesojet.html



follow us!
@revidermofficial



like us!
www.facebook.de/reviderm

Mehr Infos



mesoestetic®

85



Me

mesoprotech® Photoaktive Technologie für jeden Hauttyp

PHOTON

UV-activated
technology

swissestetic®
medical solution

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