

# Perfekt gepflegt ins neue Jahr

- richtige Hautpflege und Makeup im Winter -

Ein guter Start ins neue Jahr gelingt am besten mit einem strahlenden Aussehen. Dazu gehört mehr als nur Foundation, Lidschatten und Co. Wie schütze ich meine Haut bei Kälte oder vor trockener Heizungsluft? Welche Produkte gehören zur Pflegeroutine einer Winterhaut und wie zaubert man ein strahlendes Weihnachts- oder Silvestermakeup dazu mit dem richtigen Einsatz des Trendtools 2023/2024: dem flüssigen Eyeliner.

Kühler Wind und nasskaltes Wetter draußen, trockene Heizungsluft drinnen. Und dann noch das ständige Raus und Rein. Pulli, Jacke, Schal an – wieder aus. Da hat unsere Haut ganz schön zu kämpfen.

## SOS WINTER-BEAUTY

Machen sich die ersten Beautyprobleme bemerkbar gilt: Jetzt bloß nicht in Panik verfallen! Wenn Sie mit tausend verschiedenen Mittelchen versuchen gegenzusteuern, macht man es meist nur noch schlimmer. Durch den viel zu schnellen Umschwung beeinträchtigt man auch die Hautbarriere, trocknet die Haut aus und lässt noch mehr Bakterienstreuung zu. Daher lieber bei der gewohnten Pflege bleiben und das ein oder andere Produkte tauschen oder hinzufügen:

## BYE BYE LEICHTE TEXTUREN – HELLO REICHHALTIGE PRODUKTE.

Was im Sommer ideal war, reicht im Winter meist nicht mehr aus. Was die Haut jetzt braucht ist Stärkung, Nahrung und Schutz.

Sinnbildlich hat die Haut jetzt großen Hunger. Mangelercheinungen sind trockene, gerötete schuppige Haut, Spannungsgefühl und wieder vermehrt Unreinheiten. Greifen Sie daher mehr zu Cremes, die auf reichhaltige Öle und Buttersorten setzen. Ersetzen Sie zuerst die Abendcreme durch eine reichhaltigere Variante und ab dem Spätherbst dann auch die Tagespflege. So kann sich die Haut langsam an die Umstellung gewöhnen.

Wenn das zu wenig ist, unterstützen Sie mit Wirkstoffkonzentraten oder pflegenden Masken.

## BESONDERER SCHUTZ FÜR SENSIBLE BEREICHE

Die Haut um die Augen und die Lippen sind in Kältezeiten besonders angreifbar. Setzen Sie daher in diesen Zonen auf Spezialprodukte. Mit Augenmasken und Augenpads bauen Sie ein perfektes Schutzschild für die dünne Haut um die Augen auf.

Da die Lippen keine eigenen Talgdrüsen haben, müssen wir von außen mit fetthaltigen Produkten unterstützen.

## MASSAGEZEIT

Wenn die Temperaturen von über 30 Grad auf unter 10 fallen ist das ein Schock für die Haut. Wärme weitet die Gefäße, bei Kälte ziehen sie sich zusammen. Die Konsequenz: je kälter, desto weniger wird die Haut durchblutet und mit Pflegestoffen, Feuchtigkeit, Mineralien und Vitaminen versorgt. Ein Mangel tritt auf.

Damit die Haut auch im Winter nicht müde wird, kann man sie jeden Abend mit Massagen gut durchbluten und so auch gleichzeitig die Spannkraft erhöhen. Dafür helfen entweder face-tools, wie verschiedene Hautroller oder spezielle Gesichtsmassagesteine.

Aber auch mit den Fingern kann man effektiv die Gesichtshaut stärken und kräftigen.

## AMPULLENKUR

Wer mit sehr starker Trockenheit zu kämpfen hat, kann mit einer Ampullenkur Abhilfe schaffen. Eine Woche täglich einen hochkonzentrierten Feuchtigkeitsbooster benutzt, lässt seine Haut wieder strahlen.

## DIAGNOSE: MÜDER TEINT

Die Bräune ist langsam endgültig verblasst und der Teint wirkt grau und fahl, einfach schlecht durchblutet. Den Grauschleier mildert ein sanftes Peeling. Dieses entfernt abgestorbene Hautschüppchen und fördert die Durchblutung. Sehr sanfte Peelings können in der Winterzeit bis zu einmal die Woche benutzt werden. Durch Wirkstoffe wie Vitamine, weißer Tee, Coenzym Q10, Koffein oder Farnextrakt sorgen sie für einen frischen Teint. Am besten die Haut direkt danach mit einem Serum oder einer Ampulle zusätzlich verwöhnen. Und das Tüpfelchen auf dem „i“: benutzen sie zudem eine Overnightmaske. Sie sind perfekte Verbündete unserer Haut, sie wirken bis in tiefe Schichten und haben eine regenerierende Wirkung.

So steht man morgens bereits mit einem strahlenden Winterteint auf!

## FETT ODER ÖL ALS SCHUTZSCHILD

Wenn es raus geht auf die Loipe, Skipiste, Rodelstrecke oder einfach zu einem Spaziergang gehört die Haut zusätzlich geschützt. Daher gilt hier: fettige Cremes oder Gesichtsol vor dem Rausgehen auf die betroffenen Stellen auftragen.

## TRENDMAKEUP: EYELINER

Perfekt gepflegt darf natürlich auch ein trendiges Makeup nicht fehlen. Besonders der Eyeliner ist diese Saison angesagt, was uns sehr zu Gute kommt. Ihn kann man besonders haltbar auftragen und so übersteht das Makeup nicht nur eine Partynacht, sondern auch einen Tag auf der Skipiste.

Hierfür sollte es unbedingt ein wasserfestes Produkt sein, was bedeutet, wir arbeiten ausschließlich flüssig. Damit das auch gelingt, gibt es mittlerweile verschiedene Hilfsmittel: Tesafilm, Schablonen, Bankkarte, Zahnseide, Haarspange, spezielles Eyelinertool

## TESAFILM

Den Tesafilm in Verlängerung des unteres Lidrandes nach oben kleben. Entlang des Klebers den Eyeliner ziehen.

## BANKKARTE

Schräg ans Lid halten. Dort, wo Du auch sonst das Lidstrich-Ende aufmalen würdest. Mit der anderen Hand den Eyeliner entlang der Karte einen Strich ziehen.

Im nächsten Schritt legst Du die Karte weg und kreiерst den Rest des Lidstriches per Hand.

Funktioniert auch perfekt mit Lidschatten.

## ZAHNSEIDE

Gemeint sind Zahnseide-Sticks. Also diese kleinen Plastikhalterungen, zwischen denen ein kurzes Stück Zahnseide gespannt ist. Günstig und überraschend wirksam, um einen schönen Lidstrich zu kreiieren!

Schnapp Dir einen Zahnseide Stick, bemale ihn mit Eyeliner und „stempele“ ihn danach schräg aufs Lid – so entsteht eine wirklich perfekte, gerade Linie!

## HAARNADEL

Alles, was du dafür benötigst, ist ein Bobby Pin und einen flüssigen Eyeliner.

Die v-förmige Seite der Haarklammer bestreichst du mit dem Eyeliner. So kannst du die Klammer als eine Art Stempel benutzen und am Augenwinkel aufdrücken. Der Rahmen für den Schwalbenschwanz steht. Jetzt nur noch ausfüllen und mit dem Wimpernkranz verbinden. Fertig!

Oder die andere Seite anlegen und direkt auf der Haut den Eyeliner anzeichnen.



## EYELINER TOOL



Noch festlicher wird das Makeup mit einem flüssigen Eyeshadow, der besonders haltbar ist. Der Trend: Lidschatten- und Rougefarbe sind identisch! Verwende ein und dasselbe Produkt für beide Bereiche.