freundin.de

Glücklicher leben

freundin

5/2020
Mi, 5. 2. 2020
Deutschland € 3,00
Österreich € 3,20
Schweiz SFR 5,30

DIE TRICKS DER BEAUTY-PROFIS

Schönheits-geheimnisse für Haut und Haare

STREIFEN GEHEN IMMER

Wenn man sie richtig trägt

NEUSTART FÜR DEN APPETIT

Wie wir unsere Essgewohnheiten dauerhaft ändern

2 Hefte FÜR NUR 3 Euro

TASCHEN, TÜCHER, SCHUHE, SCHMUCK

Das Extraheft mit den schönsten Accessoires für den Frühling

SO HÄLT DIE *LIEBE*

Garantiert alltagserprobt!

Das steht in keinem Ratgeber: 29 überraschende Tipps, wie man es schafft, in Beziehungen glücklich zu bleiben

Strahlende Augen sind ein Spiegel der Seele

JUDITH WILLIAMS
BEAUTY-UNTERNEHMERIN

Tipp für wache Augen: „Um nach einer kurzen Nacht morgens wieder frisch auszusehen, greife ich zu Gel-Augenpads aus dem Kühlschrank. Ich lege sie für 15 Minuten auf, das genügt. Mit ihrer Feuchtigkeit und angenehmen Kühle lassen sie selbst tiefe Augenringe verschwinden."

ANDREAS KURKOWITZ
WELLA GLOBAL COLOR AMBASSADOR

Tipp für die richtige Haarfarbe: „Wer eine neue Farbe ausprobieren möchte, sollte sich vor allem viel Zeit für ein Gespräch mit dem Coloristen nehmen. Farbtöne von Fotos abzuleiten, ist oft am einfachsten, denn Farbnuancen zu erklären, kann zu Missverständnissen führen. Fast alles ist möglich, aber man sollte bedenken, dass gleiche Haarfarben bei unterschiedlichen Haarstrukturen und -längen auch unterschiedlich wirken."

Ein ausführliches Gespräch mit dem Coloristen ist die Voraussetzung für die Traum-Haarfarbe

Eine gute Feuchtigkeitscreme ist essenziell für eine strahlende Haut

DR. SABINE GÜTT
REVIDERM COSMETIC CONSULTANT

Tipp für schöne Haut: „Feuchtigkeit ist das Wichtigste, da ohne ausreichende Hydratation die physiologischen Prozesse der Haut nicht funktionieren – ein guter Moisturizer ist daher essenziell. Ich empfehle außerdem ein Gesichtsserum, das man morgens und abends unter die Pflegecreme aufträgt."

FOTOS: SHUTTERSTOCK (1)