

# Frühjahrskur für Gesicht und Körper

Jetzt im Mai, wo die Natur sprießt und grünt, bemerkt man eventuell, dass der eigene Körper noch gar nicht so weit ist. Ein kritischer Blick in den Spiegel zeigt Handlungsbedarf auf. Wie schuppende Stellen oder feine Linien uns sagen, hat sich die Haut von der austrocknenden Heizungsluft noch nicht erholt.

### Ein paar Minuten mehr im Badezimmer

Ein erster Schritt ist immer die gründliche Reinigung. Gönnen Sie sich ein paar Minuten mehr im Badezimmer und nehmen Sie sich nach der gewohnten Reinigungszeit für ein gründliches Peeling und eine reinigende Maske. Danach ist die Haut optimal vorbereitet, um ein intensiv durchfeuchtendes Serum aufzunehmen und zu verarbeiten. Diesen „Durstlöscher“ sollten Sie mehrere Wochen wie eine Kur verwenden, idealerweise morgens und abends vor Ihrer Pflegecreme. Sie werden bemerken, dass die feinen Trockenheitslinien gemildert werden oder verschwinden. Natürlich ist bei diesen Produkten die Qualität ausschlaggebend. Unsere Feuchtigkeitsseren enthalten neben hochwertigen Pflanzenauszügen auch das wichtige Hyaluron, um die Haut zu durchfeuchten und aufzupolstern.

### Bewegung an frischer Luft

Daneben ist Bewegung an frischer Luft wünschenswert, wenn möglich am Tag, um das Vitamin D für unsere Knochen zu speichern. Aber ein Abendspaziergang an einem lauen Mai-Abend ist auch nicht zu verachten, um durchzuatmen, den Tag hinter sich zu lassen und nach etwas Bewegung in einen erholsamen Schlaf zu sinken.

### Bodyshaping

Doch halt! Reicht das oder sollte man nicht doch lieber etwas Sport treiben, um den Körper wieder in Form zu bringen? Natürlich ist hier der aktive Teil wichtiger als der passive. Doch auch mit hochwertigen Produkten kann man diesen Vorgang sehr gut unterstützen. Unsere neue Körperlinie Herboriste Detox von Payot vertraut hier auf die kühne Mischung von entgiftenden Pflanzen wie Kresse, Efeu und Hamamelis. Gegen die ungeliebte Cellulite wurde ein Öl-Serum



entwickelt, das in Kombination von Grapefruit-Öl und Grüntee-Extrakt wirkungsvoll entwässert und strafft. Ein erfrischendes Körpergel und ein feuchtigkeitsspendendes Spray gegen müde Beine runden das Programm ab.

### Der Umgang mit dem Älterwerden

Last but not least – in dieser Ausgabe des Klösterl-Journals werden die Lebensphasen, auch das Älterwerden, beleuchtet, und wie man damit umgehen kann. Hierfür gibt es eine spannende Neuheit: Das Haus Darphin hat ein verjüngendes Retinol Ölkonzentrat entwickelt. Die hochwirksamen, luftdicht verschlossenen Kapseln für

### Klösterl Kosmetik

**Adresse:** Waltherstraße 27  
80337 München

**U3/U6:** Goetheplatz

**Telefon:** 089/ 538 08 68

Gesicht und Augenpartie verwandeln das Hautbild. Jede Kapsel enthält mit pflanzlichen Wirkstoffen angereichertes Retinol, das Linien und Fältchen sichtbar reduziert und ein sehr angenehmes Hautgefühl erzeugt. Wertvolle Öle aus Jojoba, Sesam, Argan und Macadamia-Nuss tragen dazu bei. Dieses Produkt sollte kurweise abends angewendet werden, und während dieser Zeit sollte tagsüber ein Lichtschutz aufgetragen sein. Praktisch auch, dass für Reisen die Kapseln abgezählt und in entsprechender Menge mitgenommen werden können. Und das Beste: 98 % aller Inhaltsstoffe sind natürlichen Ursprungs.

**Jetzt liegt es an Ihnen, welches Thema für Sie das wichtigste ist und wie Sie damit umgehen wollen. Kosmetisch beraten können wir Sie gerne.**



**Bernadette Zeise-Bauer**

Klösterl Kosmetik

## Impressum

**Herausgeber:** Klösterl-Apotheke Josepha Wallbrecher e.K., Hotterstr. 3, 80331 München **Redaktion (V.i.S.d.P.):** Sabine Neuhaus (Leitung), Cäcilia Wallbrecher – redaktion@kloesterl.de **Ständige Mitarbeiter der Redaktion:** Sabine Neuhaus (sn), Cäcilia Wallbrecher (cw), Bernadette Zeise-Bauer (bzb), Maria Keller (mk), Anita Schedler (as), Margarete Samberger (ms), Antje Görlach (ag), Andreas Walbrunn (aw) **Layout:** jedernet GmbH, München **Druck:** Kreiter Druckservice GmbH, Wolftrathausen **Bildnachweis:** Klösterl Archiv (sn), fotolia.de, Wikipedia, BioLib

© Copyright: Alle Rechte vorbehalten. Copyright by Klösterl-Apotheke oder bei den Autoren. Artikel, die mit Namen des Verfassers gekennzeichnet sind, stellen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion dar. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Kein Teil dieser Zeitschrift darf ohne schriftliche Genehmigung des Verlages in irgendeiner Form (Druck, Fotokopie, Mikrofilm, Computer, Internet, etc.) reproduziert werden.