

# FÜR SIE

16 | 2009 21. JULI

20  
Seiten  
Extra



## DIE MAGISCHE 11 DER HOMÖOPATHIE

- VON ALLERGIE  
BIS ZAHNSCHMERZEN
- DIE ELF WICHTIGSTEN  
MITTEL FÜR ALLE  
ALLTAGS-BESCHWERDEN

Mehr Zeit  
für mich  
Wie Sie im Alltag  
neue Kraft schöpfen

## WOHNEN WIE IM SÜDEN

So schaffen Sie sich Ihr  
Urlaubs-Paradies zu Hause –  
mit wenig Aufwand



## Bräunen ohne Reue

Wissen Sie noch, wie Sie Ihre Sonnenzeit berechnen? Einfach die Eigenschutzzeit der Haut – bei Nordeuropäern sind das im Schnitt 15 Minuten – mit dem Lichtschutzfaktor der Sonnencreme multiplizieren. Wichtig: trotzdem häufiger nachcremen! Die farbigen Ringe „In Sun Lotion Sonnenband“ enthalten ausreichend Sonnenschutzlotion SPF 20 für drei Ganzkörperanwendungen – perfekt für einen langen Tag (von Piz Buin, 50 ml ca. 6 Euro).



### ZU GEWINNEN



## GLÄNZENDER AUFTRITT

Die ersten Flip-Flops mit eingebautem Fitness-Center: Durch die spezielle Sohle entlasten die „FitFlops“ den Rücken, trainieren Po und Beine – und sehen dabei toll aus! FÜR SIE und FitFlop verlosen 10-mal den „Electra Gold“ (Wert je Paar ca. 80 Euro). Schreiben Sie bis zum 8. August eine Postkarte mit Ihrer Schuhgröße an: FÜR SIE, Kennwort „FitFlop“, 20793 Hamburg.

## HAPPY BIRTHDAY

Annemarie Lindner ist seit über 50 Jahren mit ihrer Beauty-Marke „Annemarie Börlind“ Trendsetter der Naturkosmetik.



### Meine Tipps ...

... für glatte, haarlose Haut

**Nouran Behzadnia**  
Assistentin Kosmetik  
Fitness & Wellness

**1. WACHS IN DER TUBE** Wachsen klappt auch bei den Augenbrauen – schneller als mit der Pinzette. Das „Veet Gesichtswachs“ wird gezielt mit einer Tube oder Bürste aufgetragen (15 ml ca. 10 Euro).

**2. VORHER PUDERN** Vor dem Enthaaren mit Wachs Babypuder auf die Haut geben. Dadurch wird sie schön trocken, und das Wachs haftet besser und gleichmäßiger.

**3. NACHHER PEELEN** Verhindert, dass nachwachsende Härchen die Orientierung verlieren und in die Haut einwachsen: zwei bis drei Tage nach dem Wachsen oder Epilieren ein Peeling machen.



Fragen zum Thema Schönheit? Wir sind für Sie da:  
Di-Do von 10-12 Uhr unter  
Tel. 0 40/27 17 32 72.  
E-Mail: kosmetik@fuer-sie.de



## Sommer-Teint

Ein Make-up mit hohem Sonnenschutz hat jetzt die Beauty-Fit Juvena entwickelt. Das leichte „Prevent & Optimize“ Tagesmake-up mit SPF 20 spendet Feuchtigkeit, verbessert die Stammzellaktivität, schützt und mattiert den Teint (50 ml ca. 59 Euro).