

tina

Nr. 5 23. Januar 2019

Deutschland 1,59 €

Österreich 1,90 €

Schweiz CHF 3,20



B/LUX € 1,90 • NL € 2,10 • GR/Kan. € 2,50
• FR/SI/SK € 2,40 • IT/ES/PT (cont) € 2,30
• HU Ft 720 • CZ Kč 83

Alles Gute für unser Haar 40+

Geschmeidigkeit &
Glanz im Winter

S. 24

Oh, wie die duften!



Saftige Streuselkuchen

S. 36

Schmerzen einfach wegdrücken

Neue Heilgriffe gegen Kopfwahl,
Erkältung, Rückenprobleme

S. 52

WETTER AKTUELL

Wie lange dauert dieser Chaos-Winter?

S. 5

Schlicht,
romantisch,
Safari



Schönes fürs Schlafzimmer

S. 68

SCHOKOLADE, TEE & KAFFEE Das beste Anti-Aging

S. 51

5 BAUCH-WEG- Lebensmittel

aus der Tiefkühltruhe **Gesund, schnell
& immer griffbereit**

S. 62



Das leckerste Abendbrot

+ Das knusprigste Roggenbrot-Rezept

S. 30

**FAMILIEN-
SCHICKSAL**
„Wir sollten
einfach keine
Kinder haben“

S. 8

Ciao, Wintergrau!

Kurze Tage mit wenig Sonnenlicht und wir sehen immer blasser aus ... Zum Glück gibt es Make-up-Tricks, die uns schnell wieder strahlen lassen



ANNE GROOS (55), BEAUTY-REDAKTEURIN

„Lichtreflexe bringen den Teint zum Leuchten“

Mein Tipp, um ganz schnell rosiger und strahlender auszusehen: ein, zwei Tropfen Highlighter in die getönte Tagescreme geben. So bekommt der Teint nicht nur einen Hauch Farbe, sondern auch zarten Schimmer. Die Pigmente streuen das Licht und kaschieren damit Fältchen und Augenschatten.

- 1 Leuchtkraft-Verstärker**
„Liquid Gold Highlighter Drops“ in Farbe „Nr. 2“, BeYu, ca. 15 €
- 2 Pflege plus Farbe**
„Age Perfect getönte Tagescreme“, L'Oréal Paris, ca. 11 €





**KARINA MÜHLFARTH (52),
KREATIV-CHEFIN**

„Lippenstift und Rouge verleihen sofort Frische“

Da meine Haut im Winter sehr blass ist, gehören Lippenstift und Rouge zu meinen ständigen Begleitern. Damit das Make-up aber schön dezent aussieht, verwende ich nur sanfte Pastelltöne und bleibe bei einer Farbfamilie. Außerdem bevorzuge ich Rouge in unterschiedlichen, aufeinander abgestimmten Nuancen. Beim Auftragen vermischen sich die Farben, sodass das Ergebnis schön natürlich wirkt. Beim Lippenstift achte ich auf glänzende, Feuchtigkeit spendende Texturen.

1 **Zarte Tönung**

Lippenstift „Starlight in Paris Collection Lipstick“, Farbe „259“, L'Oréal Paris, ca. 10 €

2 **Rouge**

„Sweethearts perfektes Flush-Blush“, Too Faced, ca. 29 €, www.galeria-kaufhof.de



Wie finde ich den perfekten Rouge-Ton?

Für den „Frisch vom Spaziergang“-Glow greift man am besten zu Apricot- und Pfirsichtönen. Sie passen zu jedem Hauttyp. Den typischen Schneewittchen-Look erreicht man dagegen am besten mit sanften Rosé-Nuancen.



**ANGELA PETERSEN (50),
BEAUTY-REDAKTEURIN**

„Bronzer zaubern Sonne ins Gesicht“

Mein Geheimrezept gegen fahle Winterhaut ist Bronzing-Puder. Er sorgt im Handumdrehen für einen Teint wie von der Sonne geküsst. Dafür trage ich ihn auf Wangen, Stirn und Kinn auf und gebe auch einen Hauch aufs Dekolleté. Für unterwegs habe ich einen sogenannten Cushion-Bronzer. Er enthält ein mit Tönungsfluid getränktes Kissen und wird mit einem Applikator-Pad aufgetupft. Der Vorteil: Er spendet der Haut ganz viel Feuchtigkeit.

1 **Puderpinsel**

Bronzer auf Naturbasis: „Bronzing Glow Powder“, Dr. Hauschka, ca. 25 €

2 **Kissen-Bronzer**

Ideal für unterwegs: „Synchro Skin Cushion Compact Bronzer“, Shiseido, ca. 46 €



**ANGELA WILLERS (53),
KAUFMÄNNISCHE ANGESTELLTE**

„Selbstbräuner schummeln Urlaubs-Glow“

Ich liebe es, das ganze Jahr über so auszusehen, als ob ich gerade aus dem Urlaub komme. Selbstbräuner gehört deshalb zu meinen Beauty-Favoriten. Allerdings verwende ich vorwiegend Produkte, die nach und nach Farbe verleihen, sodass der Teint zart getönt, aber niemals unnatürlich braun wirkt. Dafür ist z. B. Bräunungsgesichtswasser ideal. Damit keine Flecken oder Streifen entstehen, mache ich regelmäßig ein- bis zweimal pro Woche ein sanftes Peeling.

1 **Pflege plus Farbe**

Tönt nach und nach: „Feuchtigkeitslotion mit Bräunungseffekt“, Revitasun, ca. 30 €

2 **Gesichtswasser**

Tönt schrittweise: „Gradual self-tanning face water“, Sephora, ca. 14 €, www.galeria-kaufhof.de

