

Bild der Frau

Die Nr. 1 - zuverlässig gut

„ZU ALT“? NIEMALS!

Der neue Job-Mut von Frauen

Lisa (61) lernt jetzt Maurerin, Eva (63) wurde Erzieherin s. 34

Achtung, Shopping-Fallen!

Von Mahnungs-Trick bis Nur-mündlich-Masche s. 6

Bewiesen! Besser als Intervall-Fasten!

33 Kalorien-Spar-Tricks

Funktionieren ganz nebenbei s. 42

PARTNER-PSYCHOLOGIE

„Plötzlich war die Liebe wieder da“

Wie Renana & Daniel ihre Ehe retteten

s. 52



Trend Midi Super Kombis für die neue Länge s. 12

Angesagte Nagellacke Fröhlicher wird's nicht! s. 16



GETESTET: Die besten Aprilwetter-Jacken s. 14

OHNE TROPFEN! Schluss mit trockenen Augen s. 54

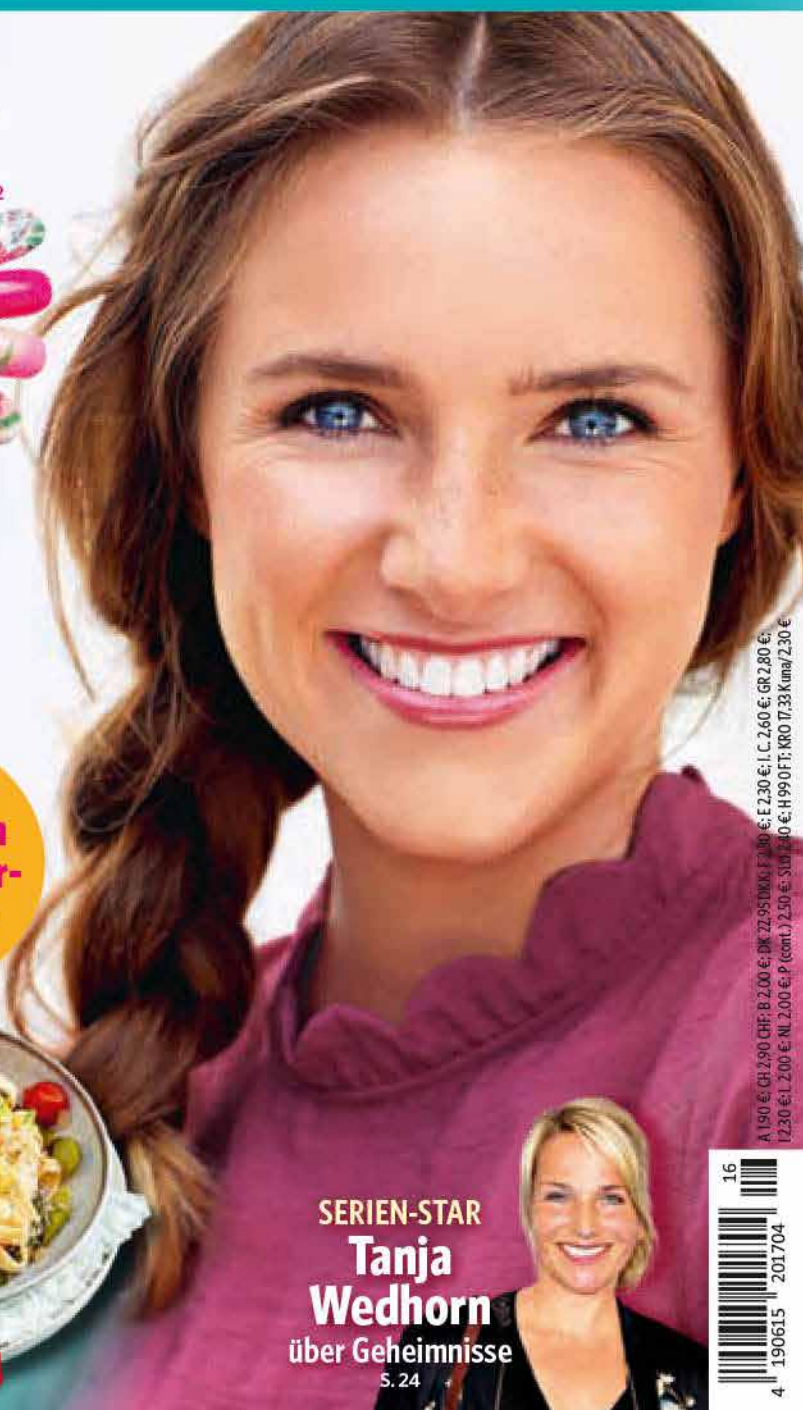
DIY-Wohnraum „Unser Zuhause war mal ein Stall“ s. 30

3 neue Rezept-Ideen Ran an den Spargel s. 50

PLUS Tipps von Bäuerin Veronika s. 10



Mit Schinken-Schnitzel oder pochiertem Ei



SERIEN-STAR Tanja Wedhorn über Geheimnisse s. 24



A 1,90 €; GR 2,90 CHF; B 2,00 €; DK 2,95 DM; F 3,00 €; E 2,30 €; I 1,20 €; C 2,60 €; GR 2,80 €; I 2,30 €; L 2,00 €; NL 2,00 €; P (cont.) 2,50 €; S 10,20 €; H 99,00 €; KR 0,733 €; K 2,30 €



Tricksen mit Selbstbräuner

Sofort Frische & Glow

Jetzt schnell ein bisschen Frühling ins Gesicht zaubern

Mit Spezialisten arbeiten

Braucht es für das Gesicht einen speziellen Bräuner? Ja, denn hier ist die Haut zarter und empfindlicher und benötigt deshalb eine Formulierung mit mehr Pflege. Außerdem enthält Gesichtsbräuner weniger Bräunungsstoff als Produkte für den Körper. Generell tönen alle Selbstbräuner mit dem Zuckermolekül DHA binnen 3 bis 4 Stunden die oberste Hautschicht.

Richtig vorbereiten

Selbstbräuner immer auf gereinigte, fettfreie Haut auftragen. Damit die Bräune schön gleichmäßig wird, vorher ein sanftes Peeling machen, denn trockene Hautschüppchen nehmen mehr Farbe an. Wer Sorge hat, dass sich die Brauen verfärben, zuvor mit Feuchtigkeitscreme schützen. Und das sind die verschiedenen Anwendungsformen:

Creme gekonnt verteilen

Zuerst über den Nasenrücken verstreichen, dann über Wangenknochen, Stirn und Kinn. Hals und Dekolleté nicht vergessen – sonst gibt's Ränder.

medipharma cosmetics Hyaluron Sanfte Bräune Gesicht, um 22 €.



Drops - ideal für Anfänger

Sie schenken besonders zarten Glow, können super dosiert werden und sind sicher in der Anwendung: In der Handfläche ein paar Tropfen mit der üblichen

Tagespflege mischen und auftragen.

Spilanthox therapy Radiant Beachtan Drops mit Aloe vera, um 22 €



Tücher - gut für Eilige und unterwegs

Ein Wisch und nach kurzer Zeit entwickelt sich ein sonnegeküsster Teint. Prima für unterwegs, braucht aber ein versiertes Händchen. **Anfänger-Tipp:** Tuch durchschneiden und mit den beiden kleineren

Teilen separat arbeiten. Douglas Sun Self-Tanning Tuch, um 2 €.



Braun auf Knopfdruck

Sprays helfen beim nahtlosen Übergang von Gesicht zu Dekolleté,

z. B. Revitasun Bräunungsspray für Gesicht und Körper, um 30 €.



GUT ZU WISSEN

→ Selbstbräuner einwirken lassen, bevor weitere Pflege oder Make-up aufgetragen wird. Kurz warten mit dem Anziehen, sonst könnte es auf die Kleidung abfärben.

→ Pigmentflecken können durch Selbstbräuner dunkler werden als fleckenfreie Hautpartien.

Spray - Bräune für Fortgeschrittene

Für den Körper ideal, beim Gesicht kann das Aufsprühen schwieriger sein, denn die Dosierung ist nicht ganz einfach. **Tipp:** Hauchfeinen Nebel auf einen weichen Kabuki-Pinsel sprühen und mit dem Pinsel einarbeiten.

Sprüht hauchfein: Tan of Oz Spray, um 30 €.

