

Maskenzeit

Trockene Heizungsluft und eisige Temperaturen setzen unserer Haut ganz schön zu.

Geben Sie Ihrer Haut mindestens einmal in der Woche den Pflegekick!

■ Gesichtsmasken sind schon seit der Antike als Schönheitsmittel bekannt. Sie entspannen und versorgen gleichzeitig mit einer Extraportion Pflege. Je nach Hauttyp kann auch zum Beispiel unreiner Haut speziell zu Leibe gerückt werden. Eine hautklärende Reinigungsmaske ist der beste Weg, Mitesser und Hautunreinheiten zu bekämpfen. Wer seine Haut besonders verwöhnen möchte, sollte, je nach

Hauttyp, ein- bis dreimal in der Woche eine reichhaltige Crememaske großzügig verwenden. Sie versorgt die empfindliche Gesichtshaut mit pflegenden und nährenden Substanzen.

Auftragen und wohlfühlen

Vergessen Sie nicht, Ihr Gesicht gründlich zu reinigen, bevor die Maske aufgetragen wird. Auch ein Gesichtsdampfbad wirkt

VON VALESKA JANSEN



unterstützend für die Aufnahme der Pflegewirkstoffe in die Haut – es öffnet die Poren, und Wirkstoffe können so schneller und besser aufgenommen werden.

Sparen Sie die Partie rund um die Augen aus, da die Wirkstoffe sowieso dorthin ziehen – zu dichtes Auftragen an den Augen führt zu einem unangenehmen Cremefilm auf der Augennethzhaut oder bringt die Augen zum Tränen. Am besten tragen Sie eine Augencreme als «Barriere» rund um die Augen auf. Auch mit Tonic getränkte Wattepad sind nützlich und sehr angenehm.

Hals und Décolleté nicht vergessen

Nutzen Sie die Einwirkzeit gleichzeitig als Zeit zum Relaxen: Legen Sie sich auf die Couch oder auf das Bett, und genießen Sie die kleine Pause vom hektischen Alltag. Genauso wichtig wie die Reinigung vor dem Auftragen der Maske ist das Entfernen nach der Einwirkzeit. Richten Sie sich nach den Empfehlungen des Herstellers. Es gibt Masken, die nach der Einwirkzeit gründlich mit lauwarmem Wasser abgewaschen werden müssen, und andere, die mit einem Kleenex abgewischt werden können. Dies ist wichtig, da ansonsten die Poren verstopfen und die Haut dann nicht mehr atmen könnte. Vergessen Sie nicht, auch Ihren Hals und das Décolleté gleichzeitig mitzupflegen – beides kommt meistens zu kurz und ist deshalb besonders dankbar für eine Spezialpflege.

Und wenn Sie schon gerade dabei sind, geben Sie Ihren Händen doch auch etwas ab – sie werden es Ihnen danken.

Masken zum Selbermachen

Maske für alle Hauttypen (nährende und glättende Wirkung): Der Saft einer halben Zitrone wird mit der abgeriebenen Schale einer ganzen unbehandelten Zitrone und einem Eidotter zusammengedrückt. Dazu



V. l. n. r.: **Babor**, Selection – Ultimate Foam Mask; **Origins**, You're Getting Warmer – Purifying Clay Mask; **Decléor**, Source D'Éclat – Radiance Revealing Peel-Off Mask; **Decléor**, Expérience De L'Âge – Triple Action Gel Cream Mask – Wrinkle Correction, Firmness, Radiance. Liegend: **Dior**, Capture R-Mask – Sheet-Type Intensive Wrinkle Treatment; **Dior**, Dior Prestige – Revitalizing Mask.



V. l. n. r.: **Yves Rocher**, Bio Specific – SOS-Maske für durstige Haut; **Dr. Hauschka**, Revital packung; **Yves Rocher**, 3 Minutes – Zartpflegemaske mit Pfirsich. Liegend: **Nivea Visage**, Verwöhnende Honig-Creme-Maske; **Nivea Visage**, Belebende Vitamin-Maske; **Nivea Visage**, Klärende Reinigungs-Maske.

Maskenzeit



V. l. n. r.: **La Mer**, The Radiant Mask und The Radiant Primer; **Aveda**, Intensive Hydrating Masque; **Lancaster**, Flash Purity Mask – Clarity and Radiance; **Darphin**, Hydrating Kiwi Mask.

wird ein Teelöffel Olivenöl gegeben. Die Maske wird mit einem Pinsel aufgetragen. Sie muss 20 Minuten einwirken. Danach wird sie mit einem Wattebausch, der in lauwarmer Milch getränkt wurde, abgenommen.

Maske für fettige und Problemhaut:

Gurken sind perfekt für großporige Haut, da ihre Inhaltsstoffe die Haut straffen und zusammenziehen. Eine gründlich gewaschene Salatgurke fein raspeln und mit drei Esslöffeln Magerquark anrühren. Masse gleichmäßig mit den Fingern auf Gesicht, Hals und Décolleté auftragen und nach 15 Minuten Einwirkzeit mit einem frischen Waschlappen und reichlich lauwarmer Wasser entfernen.

Maske für trockene und reifere Haut:

Eine halbe Avocado pürieren, 1 TL Honig und 1 EL Quark oder Sahne untermischen. Damit die Avocado nicht so schnell braun anläuft, einige Tropfen Zitronensaft dazugeben. Gleichmäßig verteilen und nach 20 Minuten Einwirkzeit mit reichlich lauwarmer Wasser entfernen. □



V. l. n. r.: **Alessandro**, HandsUp – Good Night, Energy Hand Cream; **Wella**, Lifetex – Extra Rich Self-Warming Mask; **Dikla**, Aufbauende Nagelkur. Liegend: **LAB Series Skincare For Men**, Instant Moisture Mask.