

• • •

VORHANG AUF!

• • •



Nicht für die ganz große Bühne, sondern für monatlich erscheinende Nachrichten für interessierte Menschen, die Spaß an kleinen Erlebnissen, schönen Dingen oder niveauvollen Tipps haben. Kurz gesagt, Einblicke in persönliche Ansichten und spannende Geschichten von tollen Frauen, die etwas zu sagen haben. Also nehmen wir langsam Tempo auf und verscheuchen freudig den recht milden und sonnenarmen Winter durch die Vogelwilde Einblicke und erfahren heute, welche Tipps uns Kosmetikerin Steffi Abele zu müder und gestresster Haut geben kann. Die Rubrik „Seitenblick“ inspiriert uns kreativ zu werden und Vogelwild-Manufaktur zeigt die neuesten Produkte. Also, bitte Applaus...



DIE SCHÖNHEIT ERBLÜHT IN DER STILLE DEINER GEGENWÄRTIGKEIT

Hautpflege im Sinne der Natur, mit ganzheitlichen Behandlungsmethoden.

Ganzheitskosmetische Behandlung heißt für mich:

- Sie wahrzunehmen
- Ihnen zuzuhören
- Ihnen eine kompetente, individuelle, natürliche Hautpflege anzubieten.

Meine spezielle Behandlung in Verbindung mit der Pflege von *Dr. Barbara Boos Naturcosmetic* unterstützt den natürlichen Schutzmantel der Haut und somit deren ureigenste Fähigkeiten im Sinne der Natur.

Pflegetipps und Tricks für die kalte Winterzeit

Freuen Sie sich über diese wunderbare Jahreszeit! Der Schnee fällt wie Federn vom Himmel und alles glitzert und glänzt. Sind Sie nicht ganz so kritisch mit sich und Ihrer Haut! Trotz der kalten, eisigen Winterluft und der warmen trockenen Heizungsluft können Sie Ihre Haut so richtig wohltuend stärken und wunderbar pflegen.

Beginnen Sie doch mit einem entspannenden *Essig-Öl-Pflegebad*. Baden Sie ca.15 Min. bei einer Wassertemperatur von 38 Grad.

Seitenblick

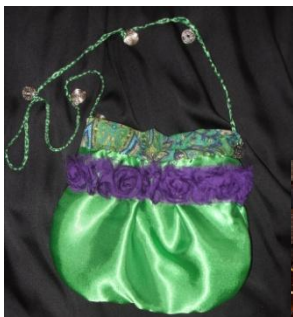
Mit einem Frühjahrsblüher, weißem Pergamentpapier und einer einfacher Kordel den Frühling ins Haus holen! (gesehen bei Blumen Herb, Kempten)



Neues von



Stylische Abendtaschen, lässige Shopper oder kleine Täschen für Mädchenkram alles bei www.vogelwild-manufaktur.de und auf www.facebook.de/Vogelwild.Manufaktur



Bürsten Sie dabei Ihren Körper, an den Füßen beginnend, immer dem Herzen zu, mit kreisenden Bewegungen. Reiben Sie sich nach dem Bad nur mit einem feuchten Waschhandschuh ab. Die Haut trocknet schnell, ohne dass ein Fettfilm auf der Haut zurück bleibt.

Eine *Körper-Packung* wirkt gerade jetzt bei der trockenen Körperhaut Wunder. Bereiten Sie Ihre Haut mit einer Ganzkörper-Trockenbürsten- Massage vor. Tragen Sie dann Charité-Butter-Packung oder ein Pflegeöl z.B. Sanddorn oder Spezial-Öl Rosenblüte großzügig auf. Lassen Sie die Körper-Packung mindestens eine halbe Stunde lang einwirken, entspannen Sie sich dabei, in ein Badetuch gehüllt, bei schöner Musik, in aller Ruhe. Was Ihre Haut nicht aufgenommen hat, wird nach der Ruhezeit mit einem Handtuch abgerieben. Freuen Sie sich über ein samtig- weiches, zart-duftendes Hautgefühl!

Auch für unser *Gesicht* unserem „ Fenster zur Seele“ können wir dieses reine und feine Hautgefühl erreichen. Nach der Reinigung Ihrer Gesichtshaut mit einer milden Reinigungsmilch, tränken Sie einen Wattebausch mit Gesichtswasser z.B. mit Rosenblüte und reiben Gesicht, Hals und Dekolleté damit ab.. Nun folgt eine „ Kneipp-Anwendung“, eine Besonderheit. Hierfür bitte. gut kaltes Wasser und einen Schuss *Apfel-Essig* oder Zitronensaft zufügen. Wasser erfrischt und entspannt und „ Saures“ baut den Säureschutzmantel der Haut auf und macht sie widerstandsfähiger. Diese Waschung können Sie so oft Sie wollen, wiederholen. Nun die Haut nicht abtrocknen, sondern in die noch feuchte Haut „Ihre“ entsprechende Creme z.B. „Honig-Zitronencreme“ einmassieren! Hier ist das Augenmerk auf „Einmassieren“ gelegt. Unsere feuchte Haut kann die Wirkstoffe besser aufnehmen und beim Einmassieren bestimmen Sie den Feuchtigkeitsgehalt selber. Die *Massage* fördert die Versorgung der Haut und unterstützt auf natürliche Weise hauteigene Ausscheidungsvorgänge. Also massieren Sie bewusst Ihr Gesicht so ein bis zwei Minuten und genießen Sie die Berührung.

Am Abend können Sie Ihr persönliches Pflegeritual erweitern, in dem Sie nach dem Einmassieren Ihrer Creme, Ihr Gesicht mit einem rauen Frotteehandtuch gründlich abrubbeln. Dieses *Natur- Peeling* entfernt Hautschuppen und Unreinheiten und macht Ihre Haut zart und glatt. Wenn Sie eine normale oder auch zur Trockenheit neigende Haut haben, bleibt die Haut nach dem Peeling ohne zusätzliche Creme. Wenn Ihre Haut fettiger ist, sollten Sie diese Zonen für die Nacht leicht eincremen und so die Haut zum Ausgleich anregen. Also dann viel Spaß bei der Pflege! Erleben Sie wie sich Ihre Haut erholt und erfrischt aussieht. Und wie gesagt, seien Sie nicht so streng mit sich, haben Sie etwas *Geduld*, gerade wenn Sie Ihre Haut auf die natürliche Pflege im Sinne der Natur umstellen wollen.

Eine lichtvolle und schöne Winterzeit wünscht Ihnen *Steffi Abele NaturCosmetic-Behandlungen*

Tel: 08378-213644 - steffiabele@online.de