

Die coolsten Beauty-Tipps für straffe Haut

# Eiskalt

*Kühlende Pflege erfrischt und glättet den Körper. Niedrige Temperaturen, schlau eingesetzt, lassen sogar Fettpölsterchen schmelzen*

# erfrischt

## Erfrischung fürs Gesicht

**Kühlen Kopf bewahren:** So schön der Hochsommer auch ist – die Hitze lässt uns schlecht schlafen. Augenringe sind die Folge. Dann gibt es nichts Besseres, als sich am Morgen mit kühlenden Gelpads zu erfrischen. Auch toll: Ice Globes – also mit Flüssigkeit gefüllte Glaskugeln mit Griff. Sie lindern Schwellungen im Gesicht und regen die Durchblutung an. Davor am besten eine kühlende, leichte Pflege auftragen, dann gleiten sie besser über die Haut. Tipp: Für den maximalen Erfrischungskick alles im Kühlschranks lagern.

1



2



3

### 1 Leichte Formulierung:

Das hydratisierende „Hyalosome Konzentrat Gesichtsfliuid“ kühlt leicht und zieht schnell ein.

● DERMASENCE, 30 ml, 38 €

### 2 Kalter Blick:

Die „Cooling Hydro Augen Gel-Pads“ erfrischen eine müde Augenpartie.

● Schaebens, 2 Stück, 1 €

### 3 Coole Kugeln:

Gut gekühlt mildern die „Cryo Globes“ Tränensäcke und Schwellungen. ● Pulox (otto.de), 2 Stück, ca. 20 €

## Zum Selbermachen

**Kühlende Gurkenmaske:** Bereit für den Extra-Frischekick? Diese Feuchtigkeitsmaske weckt den Teint – perfekt für heiße Sommertage: je 2 EL Joghurt und Aloe-vera-Gel mit je 1 TL Honig und Gurkensaft zu einer geschmeidigen Masse verrühren. Auf das gereinigte Gesicht auftragen und ca. 15 Minuten einwirken lassen.

## Cooler Profi-Anwendungen

**Schlank mit Kälte:** Über Abkühlung können wir uns jetzt gleich doppelt freuen, denn Kälte macht auch schlank! Kryotherapie nennt sich die Behandlung, bei der Kälte gezielt eingesetzt wird, um Fettzellen zu reduzieren und die Haut zu straffen. Beim Profi gibt's die Bauch-weg-Sitzung ab ca. 149 €. Für zu Hause eignet sich passende Shapewear mit Cooling-Effekt – die gibt's für jede Körperpartie.



▲ **Für zu Hause:** Der „ShapeBelt“ kühlt den Bauch auf ca. 18 Grad und aktiviert damit die Fettverbrennung.  
● SlimCool, ab 160 €

## Abkühlung für den Körper

**Cool durch den Tag:** Wechselduschen am Morgen regen nicht nur den Kreislauf an, sondern wirken auch herrlich erfrischend. Bereits 10 Minuten genügen. Wichtig: Immer mit kaltem Wasser enden. Wem das nicht reicht, der greift zusätzlich zu Duschgel mit hydratisierenden Inhaltsstoffen wie Aloe vera oder Hyaluronsäure. Tipp: Je länger Sie mit dem Abspülen warten, desto intensiver ist der wohltuende Effekt. Auch die Beine fühlen sich an heißen Tagen oft besonders schwer an. Belebende Pflege mit Rosskastanienextrakt stärkt die Venenfunktion, Menthol wirkt kühlend. Unterwegs sorgen Bodysprays für Abkühlung.

1



3



2



1 **Frische Brise:** Lang anhaltende Abkühlung schenkt „The Cooling Body Mist“. ● Dr. Bouhon, 100 ml, ca. 27 €

2 **Aufmunternde Dusche:** „Ritual of Karma After Sun Cooling Shower Gel“ mit Aloe vera und Squalan.  
● Rituals, 200 ml, 10 €

3 **Fitte Beine:** „Vino Gold Cooling Leg Gel“ ist eine Wohltat für müde Beine. ● M. Asam, 245 ml, ca. 17 €

Wasserspritzer schenken Energie: So eine kleine Abkühlung weckt die Lebensgeister

## Zum Selbermachen

**Belebt und erfrischt:** Gegen schwere Beine hilft ein Fußbad: Füllen Sie ca. 15–20 Grad kühles Wasser in eine Schüssel. Geben Sie 100 ml Milch, den Saft einer Zitrone und 5–10 Tropfen ätherisches Minzöl zu. Füße für ca. 10 Minuten eintauchen. Legen Sie danach die Beine hoch, dadurch geht die Schwellung weiter zurück



**Seite:** 12 bis 13  
**Ressort:** Mode & Beauty

**Nummer:** 31  
**Auflage:** 119.000 (gedruckt) <sup>1</sup> 55.088 (verkauft) <sup>1</sup>  
 55.104 (verbreitet) <sup>1</sup>

**Mediengattung:** Zeitschrift/Magazin  
**Jahrgang:** 2023

**Reichweite:** 0,325 (in Mio.) <sup>2</sup>

<sup>1</sup> IVW 1/2023

<sup>2</sup> AGMA ma 2023 Pressemedien I

Die coolsten Beauty-Tipps für straffe Haut

## Eiskalt erfrischt

Kühlende Pflege erfrischt und glättet den Körper. Niedrige Temperaturen, schlau eingesetzt, lassen sogar Fettpölsterchen schmelzen

**Erfrischung fürs Gesicht**

Kühlen Kopf bewahren: So schön der Hochsommer auch ist - die Hitze lässt uns schlecht schlafen. Augenringe sind die Folge. Dann gibt es nichts Besseres, als sich am Morgen mit kühlenden Gelpads zu erfrischen. Auch toll: Ice Globes - also mit Flüssigkeit gefüllte Glaskugeln mit Griff. Sie lindern Schwellungen im Gesicht und regen die Durchblutung an. Davor am besten eine kühlende, leichte Pflege auftragen, dann gleiten sie besser über die Haut. Tipp: Für den maximalen Erfrischungskick alles im Kühlschranks lagern.

**Q Leichte Formulierung:** Das hydratisierende "Hyalusome Konzentrat Gesichtsfliuid" kühlt leicht und zieht schnell ein. Dermasence, 30 ml, 38€ W Kalter Blick: Die "Cooling Hydro Augen Gelpads" erfrischen eine müde Augenpartie. Schaebens, 2 Stück, 1€ E Coole Kugeln: Gut gekühlt mildern die "Cryo Globes" Tränensäcke und Schwellungen. Pulox (otto.de), 2 Stück, ca. 20€ Zum Selbermachen

**Kühlende Gurkenmaske:** Bereit für den Extra-Frischkick? Diese Feuchtigkeitsmaske weckt den Teint - perfekt für heiße Sommertage: je 2 EL Joghurt und Aloe-

vera-Gel mit je 1 TL Honig und Gurkensaft zu einer geschmeidigen Masse verrühren. Auf das gereinigte Gesicht auftragen und ca. 15 Minuten einwirken lassen.

**Coole Profi-Anwendungen**

**Schlank mit Kälte:** Über Abkühlung können wir uns jetzt gleich doppelt freuen, dann Kälte macht auch schlank! Kryotherapie nennt sich die Behandlung, bei der Kälte gezielt eingesetzt wird, um Fettzellen zu reduzieren und die Haut zu straffen. Beim Profi gibt's die Bauchweg-Sitzung ab ca. 149€. Für zu Hause eignet sich passende Shape-wear mit Cooling-Effekt - die gibt's für jede Körperpartie.

**Für zu Hause:** Der "ShapeBelt" kühlt den Bauch auf ca. 18 Grad und aktiviert damit die Fettverbrennung. SlimCool, ab 160€

**Abkühlung für den Körper**

**Cool durch den Tag:** Wechselduschen am Morgen regen nicht nur den Kreislauf an, sondern wirken auch herrlich erfrischend. Bereits 10 Minuten genügen. Wichtig: Immer mit kaltem Wasser enden. Wem das nicht reicht, der greift zusätzlich zu Duschgel mit hydratisierenden Inhaltsstoffen wie Aloe vera

oder Hyaluronsäure. Tipp: Je länger Sie mit dem Abspülen warten, desto intensiver ist der wohltuende Effekt. Auch die Beine fühlen sich an heißen Tagen oft besonders schwer an. Belebende Pflege mit Roskastanienextrakt stärkt die Venenfunktion, Menthol wirkt kühlend. Unterwegs sorgen Bodysprays für Abkühlung.

**Q Frische Brise:** Lang anhaltende Abkühlung schenkt "The Cooling Body Mist". Dr. Bouhon, 100 ml, ca. 27€ W Aufmunternde Dusche: "Ritual of Karma After Sun Cooling Shower Gel" mit Aloe vera und Squalan. Rituals, 200 ml, 10€ E Fitte Beine: "Vino Gold Cooling Leg Gel" ist eine Wohltat für müde Beine. M. Asam, 245 ml, ca. 17€

**Zum Selbermachen**

**Belebt und erfrischt:** Gegen schwere Beine hilft ein Fußbad: Füllen Sie ca. 15-20 Grad kühles Wasser in eine Schüssel. Geben Sie 100 ml Milch, den Saft einer Zitrone und 5-10 Tropfen ätherisches Minzöl zu. Füße für ca. 10 Minuten eintauchen. Legen Sie danach die Beine hoch, dadurch geht die Schwellung weiter zurück

**Ganzseiten-PDF:** [seite\\_FVH\\_FRAUVONHEUTE\\_20230728\\_V13\\_012\\_V3.pdf](#)

**Ganzseiten-PDF:** [seite\\_FVH\\_FRAUVONHEUTE\\_20230728\\_V13\\_013\\_V1.pdf](#)

**Wörter:** 457