

FÜR SIE

07 | 2011 15. MÄRZ

NEU!
Gute Laune
Yoga
Übungen für
jeden Tag

24 Seiten Extra-Heft
Entspannt zur
Strandfigur

Mit dem FÜR SIE Diät-Coach

Schön im Schlaf

Beauty-Tricks, die über
Nacht wirken

Glück kann man lernen

Überraschende Tipps
für mehr Glanz im Alltag

Mit der Vespa durch Rom

Die Ewige Stadt
ganz neu entdecken

INTERVIEW
Veronica Ferres

SEX
Mal in der Küche?
Ein Loblied
auf den Quickie

REPORTAGE
Zu den Wurzeln
des Ayurveda

DESIGNER-
LOOKS

für wenig Geld

Von René Lezard bis Marc Jacobs





Green Power

Dass Brokkoli wegen seiner Vitalstoffe supergesund ist, wussten wir schon. Der Clou darin ist aber Sulforaphan. Im „Skin Ergetic“-Serum bringt es die Abwehrkräfte der Hautzellen auf Hochtouren. **Biotherm, 50 ml ca. 50 Euro.**



Orangenblüten gegen Orangerhaut

Bitterorangen kannten wir bisher eher aus englischer Marmelade oder Curaçao-Likör. Jetzt kommt ein Extrakt aus der Blüte als natürlicher Wirkstoff gegen Cellulite zum Einsatz. Genial, so schlagen wir unsere Orangerhaut mit ihren eigenen Waffen! **Von Sisley, 200 ml ca. 145 Euro.**

Aromatisch

Die Kosmetik-Industrie hat mit Volldampf den **Naturkurs** eingeschlagen. Und plötzlich stecken gute Bekannte wie Brokkoli und Apfel in duftenden Cremes. Sehr lecker!



Frischzellenkur vom Apfel

Luxus für die Haut: Diese Körpercreme hat zwar ihren Preis, aber in ihr steckt auch eine kleine Sensation. Der Schweizer Apfel „Uttwiler Spätlauber“ fristete ein unbeliebtes Dasein – zu sauer. Bis man entdeckte, dass seine Schale nicht schrumpelt! Das brachte ihm eine Titel-Story in der US-„Vogue“, weil auch Michelle Obama darauf setzt. **„Perfect Body Cream“ von 3Lab, 200 ml ca. 195 Euro.**

Was steckt hinter dem Beauty-Bio-Trend?



Dr. Sabine Zenker ist Dermatologin mit eigener Praxis in München. Drei Fragen an die Expertin:

Es scheint, dass die Natur plötzlich der größte Fundort für Faltenkiller & Co. ist, stimmt's?

Aus dermatologischer Sicht haben viele Bio-Produkte ihre Vorteile. Beispiele sind der antioxidative Effekt von Rosmarin oder die beruhigende Wirkung von Kamille. **Wie kommt nun Brokkoli in die Flasche oder der Apfel in den Tiegel?** Während früher mit Wasser, Öl oder Alkohol gearbeitet wurde, hat man inzwischen die Technik des Kaffee-Röstens für die Kosmetik entdeckt. Jetzt wird Kohlendioxid zur Extraktion der Wirkstoffe eingesetzt, das vollständig verdunstet und ein pures Ergebnis bringt.

Welche Entdeckung aus der Natur fanden Sie zuletzt besonders spannend?

Forscher haben in Brasilien, am Amazonas, das Öl des Pracaxi-Baumes aufgespürt. Das Elixier nährt Haare und bewirkt tollen Glanz.

Pionier im Kräutergarten



Jahrzehnte bevor Bio-, Organic- und Naturkosmetik die Beautyregale eroberten, beschloss ein Franzose, Schönheit aus der Natur zu schöpfen: Begeistert von Großpapas Kräutergarten, mixte der junge Yves Rocher 1959 auf dem Dachboden seines Elternhauses in La Gacilly seine erste Creme mit Extrakten aus Scharbockskraut. Sie wurde zum Renner im Dorf und Monsieur zum erfolgreichen Geschäftsmann. Heute betreibt die Firma in der Bretagne auf 44 Hektar biologischen Anbau für ein Drittel der Produktion.

Dem nach dem Tod des Gründers im Jahr 2009 von Enkel Bris Rocher geführten Familien-Imperium (ca. 30 Mio. Kundinnen) ist jüngst ein neuer Coup gelungen: die Entdeckung der festigenden Kraft von Sanddorn, jetzt als Wirkstoff in der Serie „Ovale Lifting“, 50 ml Creme ca. 30 Euro.

