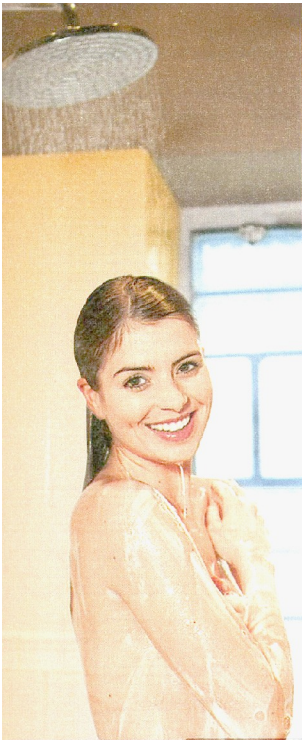


Bild der Frau Nr. 5  
v. 27.01.2012



### ◀ Fit-Macher

So fängt der Tag gut an: Duschen und zugleich in süßen Düften schwelgen. Orangenblüte oder Zeder beleben im Nu. (z.B. Sunrise von Rituals; vita sens Body Spa v. HSE 24)



### ◀ Leuchtender Fingerschmuck

Verwandeln Sie Ihre Hände in fröhlich-quietschbunte Hingucker mit den jetzt angesagten Nagellack-Farben Zitrusgelb und Orangerot. Tipp für Mode-Mutige: Jeden Nagel in einem anderen Ton lackieren (z.B. 239 von Catherine; 120 Hot Orange von Nyx; Rotgold von LCN; Brick Red 726 von Isadora; 741 v. p2; Gelb von Anny)

## Das macht gute Laune!

Sonnige Wellness-Tipps für trübe Tage



### ◀ Gehirn-Doping

Jonglieren macht Spaß – und schlau, sagen Forscher. Weil bei diesen Bewegungen gleich mehrere Bereiche unseres Gehirns aktiviert werden. Außerdem trainiert es prima den Gleichgewichtssinn und stärkt die Armmuskeln



### MOGEL-TIPP: Lippenstift als Rouge

Cremiges Orangerot zart auf die Wangen streichen und sanft verreiben (z.B. von Lancôme; Yves Rocher)

Gönnen Sie sich kleine Sonnen-Inseln im Alltag. Und schon lächeln Sie graues Wetter und griesgrämige Stimmung einfach weg



### Mmh, das duftet gut!

1 Kräftigt das Haar: Schauma Frucht & Vitamin-Shampoo v. Schwarzkopf. 2 Erfrischt: Feuchtigkeitscreme mit Mandelöl von Creme 21. 3 Pflegt mit Argan-, Marula- und Mandelöl: Duschgel von Fa. 4 Duftet nach Grapefruit und Mandarine: Handseife von Anatomicals