

Bauer Media Group

**BEST  
SELLER**

Meins Frauen wie wir

**DATING 50 PLUS**  
So klappt's auch mit dem Nachbarn

**DAS  
ORIGINAL**

Alle 14 Tage  
**NEU!**

# Meins

Nr. 26 | 8. Dezember 2021

**NIE MEHR  
KRANK 50+**  
mit den **5-MINUTEN-  
TRICKS** von **Dr. Anne Fleck**

Deutschland 3,20 €  
Österreich 3,70 €  
Schweiz 6,40 CHF  
Belgien 3,80 €  
Luxemburg 3,80 €  
Niederlande 4,00 €  
Frankreich 4,60 €  
Italien 4,60 €  
Portugal (Cont.) 4,60 €  
Spanien 4,60 €  
Griechenland 4,70 €  
Kanaren 4,70 €



**EXTRA! UNSER  
JAHRES-HOROSKOP**  
Alle Zeichen  
stehen auf  
**GLÜCK 2022**

Von Star-  
Astrologin  
Elizabeth  
Teissier

**DER BESTE RATGEBER**

Wenn **ELTERN** klapprig werden  
Wie wir sie jetzt zu Hause unterstützen

**TRAUM-  
HAARE**  
selbst gestylt



Heike  
Makatsch:  
**„50? Ist doch ein  
wunderbares  
Alter“**

**Wir streuen  
GLITZER übers LEBEN!**



**MÄRCHENHAFTE  
PLÄTZCHEN**



**FESTTAGS-  
MENÜS  
EASY  
GEMACHT**

**WEIHNACHTEN WIRD WEIBLICH  
DEKO-IDEEN IN ROSÉ UND GOLD**



Zeit für uns



Plötzlich fragte man mich: "Warst du gerade im Urlaub?"

Karina Mühlfarth

## Ab jetzt creme ICH ANDERS!

Beauty-Leitung **Karina Mühlfarth** hat schon viel ausprobiert - jetzt entdeckte sie eine Creme-Kombi, die sie total begeisterte

**B**ei vielen von uns ist es doch so: Wir haben uns einmal vor Jahren für eine Hautpflege entschieden - und sind dabei geblieben. Wir wissen gar nicht, was es so Neues gibt. Ich teste als Beauty- und Fashion-Chefin relativ viel selbst, so auch die neuartige Kombi-Linie „TetCode4“ von Prof. Dr. Steinkraus. Ich muss sagen, ich war noch nie so begeistert. Ehrlich, das ist keine bezahlte Werbung, sondern mein persönliches Creme-Erlebnis.

**Das Paket kam mit handschriftlicher Anleitung** vom Doktor selbst. Entscheidend bei seiner Linie ist nämlich die Reihenfolge: **JEDEN MORGEN** trägt man als ersten Step ein Vitamin-C-Serum auf - für den Glow. Der Clou: Es sind kleine Kugeln, die man erst kurz vor Gebrauch auflöst, so ist die Wirkstoffkonzentration enorm hoch. Dann folgen ein Hyaluron-Serum als zweiter Step und als dritter die Creme (es gibt „light“, „medium“ und „rich“, die man alle jeweils morgens und abends nutzen kann). Je trockener die Haut, desto reichhaltiger sollte man die

Pflege wählen. **AM ABEND** beginnt man mit einem Vitamin-A-Serum, das die Haut zwar empfindlicher macht, aber ihre Erneuerung anregt. Danach folgt als Zweites wieder Hyaluron, dann im Idealfall eine reichhaltigere Creme. Wer morgens „medium“ nutzt, wählt abends „rich“. Und: Der Experte sagt, dass man Cleanser anderer Marken ergänzen darf - solange man morgens und abends reinigt.

**„Weniger ist mehr“ - das ist sonst gar nicht mein Ding ...** Der Doktor rät, dass man von seinen Produkten nur wenig nutzt und jede Schicht gut einziehen lässt. Ich mag es eigentlich lieber üppiger, und so hatte ich in der ersten Woche das Gefühl, als brauchte meine Haut mehr. Doch ich blieb eisern, und nach kurzer Zeit fühlte sich alles super an. Meine Haut bekommt nun nur, was sie auch braucht.

Als ich nach einigen Wochen im Homeoffice das erste Mal wieder ins Büro kam, war das Staunen groß. Es hagelte liebe Komplimente und Fragen wie: „Hast du was machen lassen?“ Meine Konturen sind straffer, der Teint ist besser durchfeuchtet und viel praller. Also, ich hab' nix machen lassen. Nur anders gecremt. •



### Der Experte hinter dem ANTI-AGING-WUNDER

In der Lüneburger Heide entwickelt der Dermatologe Prof. Dr. Volker Steinkraus seine Beauty-Booster

**MEINS:** Was ist das Besondere an Ihrer neuen Linie „TetCode4“?  
**Prof. Dr. Steinkraus:** Sie verbindet Science und Stoffe aus der Biologie,

die die Natur über Millionen von Jahren zu ihren Vorteilen entwickelt hat - so etwa das robuste Heidekraut, das in den Produkten steckt. **Welche Wirkstoffe sind für Sie der Schlüssel zum Erfolg?** Das Trio Vitamin A, C und Hyaluronsäure ist sehr wirksam, weil die Stoffe ideal zusammenpassen und sich ergänzen. Hyaluron wirkt oben, befeuchtet und unterstützt so alle Funktionsabläufe in der Haut.

Vitamin A und C wirken weiter unten, wo es um Struktur und Festigkeit geht. Sie alle sind Teil meiner Linie. **Wie wichtig ist Ihnen Nachhaltigkeit in Ihrer Kosmetik?** Sehr! Das beginnt mit der Verpackung und setzt sich bei den Inhaltsstoffen fort. Zudem fördern wir in unserem Unternehmen die Regeneration regionaler Moorlandschaften.

## Der neue Youth-Code

**Vitamin A**

**DER GLATTMACHER**

Vitamin A brauchen wir für das Wachstum, die Neubildung und Entwicklung von Zellen und Geweben. Der lichtempfindliche Stoff kann nachts ungehindert in die Haut sickern, hemmt dort Kollagen abbauende Enzyme und wirkt on top antioxidativ.

**Hyaluronsäure**

**DER FEUCHTIGKEITS-BOOSTER**

Hyaluron gilt als der Meister der Wasserspeicherung, kann Feuchtigkeit bis zum Tausendfachen seines Eigengewichts binden. Damit wird selbst trockenste Haut schön geschmeidig.

**Vitamin C**

**DER GLOW-GEBER**

Tagsüber unterstützt Vitamin C den Aufbau unserer Kollagenfasern und stärkt diese. Und es enthält ebenfalls die volle Ladung Antioxidantien – Grauschleier und Müdigkeit werden so sofort in einen Wow-Teint verwandelt.



**HOCH DOSIERT**  
„Vitamin A Serum“, Prof.  
Dr. Steinkraus, ca. 98 €

**JUNGBRUNNEN**  
„Vitamin A Booster“,  
Klotz Labs, ab ca. 49 €

**ULTRALEICHT**

„Hyaluron  
Konzentrat“,  
Neutrogena,  
ca. 10 €



**HYDRO-STAR**

„Hyaluron Serum“, Prof.  
Dr. Steinkraus, ca. 78 €

**WACHMACHER**  
„Vitamin C Intense  
Serum“, M. Asam,  
ca. 30 €



**ANTIOXIDANTIEN-HIT**

„Vitamin C Serum“,  
Prof. Dr. Steinkraus, ca. 98 €, in  
ausgewählten Apotheken und  
unter [www.niche-beauty.com](http://www.niche-beauty.com)