

Nachrichten

Geliebter Schuhtick



57 Prozent der Frauen hätten laut Umfrage gerne mehr Platz für ihre Schuhe in der Wohnung. Kein Wunder: Schließlich besitzen sie im Schnitt 17,3 Paare – Männer dagegen nur halb so viele.

Fruchtiger Frische-Kick

Gegen trübe Herbst-Laune gibt es ein einfaches Mittel: Zitrusfrüchte! Alleine der Geruch von Zitrusfrüchten erfrischt nicht nur den Körper, sondern belebt auch den Geist und eine Massage mit zitrusfrischer Körperpflege bringt die Blutzirkulation auf Trab.

Lust auf Gemüse



Übermorgen ist Welt-Vegetarier-Tag: Grund genug, mal wieder lecker fleischlos zu kochen. Köstliche Anregungen liefern „Vegetarisch, basisch gut für jeden Tag“ (AT Verlag, 24,90 Euro) oder „Lust auf Gemüse“ (Dorling Kindersley, 19,95 Euro).

Schöner Schatten

Die neue Lidschatten-Palette „Ombre Minerale 4 Couleurs“ von Clarins bringt die Augen mit hochkonzentrierten mineralischen Pigmenten zum Leuchten. Die lang haftenden Wet-&-Dry-Texturen sind leicht auszublenken und sorgen so für ein gleichmäßiges Ergebnis. 42 Euro.



BERLINER KURIER Fragen? Wünsche? Tipps?

Tel. 030/23 27 56 98 (Mo.-Fr. 10-15 Uhr)
E-Mail: service-redaktion@berliner-kurier.de



Die besten Herbst-Trends Teil 1

Rot, Leo und schlichte Eleganz geben jetzt den Ton an

Der Sommer ist vorbei – doch das ist jedenfalls modisch absolut kein Grund zum Trübsal blasen! Wir zeigen Ihnen, wie Sie mit den neusten Trends einen garantiert heißen Herbst erleben!

Der Clean Chic Dieser Trend ist etwas für Mode-Puristen mit Sinn für modische Extravaganz! Beim Clean Chic dominieren stille und klassische Farben wie Rauchgrau, Puder- und Cremetöne. Dazu werden schwarze Basic-Teile kombiniert. Der Schnitt darf hingegen ruhig etwas futuristisch – und gerne auch oversized sein. Oberstes Gebot: Auf Qualität achten! Setzen Sie auf minimalistisch geschnittene Stücke aus Kaschmir, Seide, Leder oder feinstem Merinowolle. Statement-Schmuck und andere auffällige Ablenkungsmanöver haben bei diesem Trend übrigens nichts verloren! Der Leo-Look Gute Nachrichten für alle Animal-Print-Freundinnen: Der Leo-Look ist in diesem Herbst angesagt wie lange nicht. Aber: Die passionierte Wildkat-



Rosa wird erwachsen! Hier in Form von einem Satinkleid mit Schmuckkragen (New Look, 85,99 Euro). Die Kombination mit der Strickjacke entschärft das mädchenhafte Auftreten.

ze gibt sich diese Saison deutlich zahmer, als zuvor. Heißt: Klare Schnitte, feminine Silhouetten – kein Bling Bling. Kombiniert mit Schwarz oder Creme wird der Raubkatzenlook so endlich salonfähig. Enge und schlichte Bleistiftrocke verleihen jeder Leo-Bluse die nötige Klasse. Und weiße Stiefel sorgen für den absolut angesagten Retro-Touch. Schmuck sollte bei diesem Look nur sparsam und in hochwertiger Qualität eingesetzt werden. Prety in Pink Die Zeiten, als Rosa nur etwas für Barbie-Fans war, sind lange vorbei! Diesen Winter zeigt sich die Farbe in allen möglichen Schattierungen – von grell bis



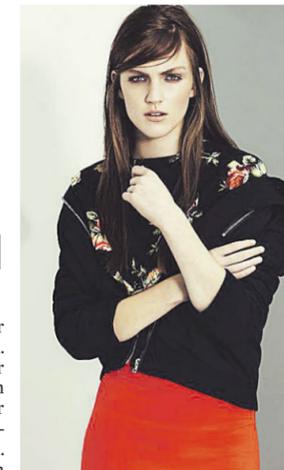
Es darf ruhig auch dicker aufgetragen werden: Das Paillettenkleid von New Look (39,99 Euro) wird sofort alltäglich durch den Oversized-Cardigan (New Look, 24,99 Euro)



Kombinieren Sie die Trends! Hier: Leo-Look und Pink. Kleid von New Look, 29,99 Euro, Mantel von New Look, 74,99 Euro.



Trend Rot trifft 80er: Der Oversized-Pulli von New Look (29,99 Euro) passt perfekt zum knalligen Faltenrock (New Look, 17,99 Euro).



Das ist Trend: Die 80ies Bomberjacke trifft auf einen roten Mini. (New Look, Rock 49,99 Euro, Rock 17,99 Euro).

kombiniert. Kleiner Wehrmuts-tropfen: Dieser Trend sieht nur an großen Frauen richtig gut aus. Feuer und Flamme Der Winter wird Grau? Nichts da! Diese Saison sind Rottöne angesagt wie nie – von Koralle bis Bordeaux. Am besten funktioniert der Look, wenn keine weiteren Farben hinzukommen. Im Idealfall kombinieren Sie diverse Rottöne miteinander. Fürs Tagesoutfit vielleicht etwas dezenter, aber am Abend darf es ruhig knallig sein! Absolutes Highlight: Rotes Leder – ob als Rock oder Jacke.



Der Clean Chic funktioniert auch mit zarten Winter-Pastell-Tönen – so wie hier: Oversized-Mantel von New Look, 74,99 Euro.

Nagelprobe

Pflege-Tipps und Verbote für schöne und gesunde Fingernägel

DO

► Pflegeprogramm gönnen

Ein hochwertiges Nagelöl sollte jeder als Streicheleinheit für zwischendurch zu Hause oder als Pen für unterwegs haben. Alternativ: Ein Nagelbad mit Olivenöl aus dem Küchenschrank.

► Nagel-Kur

Das in Kieselsäure enthaltene Spurenelement Silicium (zum Beispiel in „Sikapur“, Apotheke) ist besonders wichtig, um die Nägel wieder in Topform zu bringen. Es optimiert die Nährstoffversorgung der Nägel und unterstützt die Stabilität und Widerstandskraft der Fingernägel. Kieselsäure gibt es in Gel- oder auch Kapsel-Form.

► Nagel-Peeling

Das eignet sich vor allem für die, die eine störrische Nagelhaut haben. Es glättet aber auch die Nagelplatte und macht bereit für

eine folgende Maniküre. Nagel-Peelings kann man fertig kaufen, sich aber auch einfach mit Zucker und Öl zusammenmischen.

► Nagellack-Pause

Lack und Entferner im andauernden Wechsel sind eine Strapaze für die Nägel, daher brauchen sie auch mal eine Auszeit. Geeignet für die lackfreie Zeit sind spezielle Nagelhärter, die für Stabilität und Pflege sorgen.

DO NOT

► Nägel und Nagelhaut schneiden

Beim Schneiden der Nagelhaut können leicht kleine Verletzungen entstehen, die sich dann entzünden. Daher immer nur leicht nach hinten schieben. Auch die Fingernägel sollten lieber gefeilt als geschnitten werden.

► Hausarbeit ohne Handschuhe

Putz- und Spülmittel können die Haut und somit auch die Nägel angreifen. Daher immer Gummihandschuhe beim Hausputz tragen.

► Künstliche Fingernägel

Diese „ersticken“ den echten Nagel geradezu. Mit der Zeit wird er dünn und verliert an Stabilität.



Foto: www.peopleimages.com/Yuri Arcus

... und dazu dann die passende Mütze

Egal welches Modell: sie ergänzt, hilft beim Schützen & Kaschieren

Ein Spätsommer hat es nicht wirklich gegeben und der Übergang von Sommer zu Herbst ist leider schon mit kälteren Temperaturen verbunden. Nun kommt eines meiner Lieblingsaccessoires wieder zum Einsatz, die Mütze.

In den vergangenen Jahren hat sich die Mütze immer wieder als trendiges Accessoire bewährt und man bekommt sie in den verschiedensten Ausführungen, von klassisch bis Ethno-Look, von Cross Over bis einfach nur zum Wohlfühlen und all dies in den unterschiedlichsten Wollstoffen und Farben.

Entsprechend dem jeweiligen Look, am besten noch mit passendem Schal oder Tuch, kann die Mütze so manches Outfit abrunden und nicht nur praktisch und funktional eingesetzt werden, sondern als Accessoire zur Kleidung getragen werden.

► Typisch Frau



Kann man eine Mütze indoor eigentlich aufbewahren? Klar, wenn sie zum Outfit passt und nicht zu warm ist, darf die Mütze auch auf dem Kopf bleiben.

Je nach Berufsfeld kann die dicke Wollmütze aus dem Skiurlaub natürlich auch ziemlich albern aussehen. Am besten geeignet ist feiner Strick aus leichtem Cashmere, das schmiegt sich ideal fast jeder Kopfform an und sieht bei allen Haarlängen gut aus. Ich liebe Mützen, denn sie sind nicht nur warm, sondern können an den sogenannten „Bad Hair Days“ perfekt zum Einsatz kommen. Ruck Zuck ist die Frisur schmeichelhaft kaschiert, wenn es mal schnell gehen soll.

► Infos: www.candrix.de