

Ich *fühle* mich schön!

Ein Satz, der Frauen nicht so leicht über die Lippen kommt. Dabei beflügelt ein gutes Selbstbild unser inneres und äußeres Strahlen. Neun Leserinnen besuchten den Coachingabend im Eucerin Haut Institut in Hamburg. Fotos: Fernando Magalan



Ganz bei sich zu sein und ein unverstelltes Leben nach den eigenen Werten zu leben, macht glücklich. Und diese Zufriedenheit spiegelt sich auch im Äußeren. Das Schöne ist, je älter wir werden, desto leichter gelingt uns das.

Um genau dieses Zusammenspiel von innen und außen ging es in unserem Workshop im Eucerin Haut Institut am Stephansplatz in Hamburg. emotion-Coach Katharina Friedrichs erläuterte den emotion-Leserinnen die fünf Säulen der Identität: unsere Körperwahrnehmung,

soziale Beziehungen, Arbeit und Leistung, materielle Sicherheiten und die individuellen Werte. Daher sei es wichtig, allen Aspekten, die uns ausmachen, Beachtung zu schenken. Denn wenn alle Säulen berücksichtigt werden, erlangen wir ein balanciertes Selbstbild.

Neben Impulsen für mehr Zufriedenheit konnten die Teilnehmerinnen an diesem Abend auch die Bedürfnisse ihrer Haut besser kennenlernen. Mithilfe des „Skin Code Readers“ wurde für jede Teilnehmerin eine Gesichtsbildung zusammengestellt, ganz individuell, weil jede

Haut anders ist. Und so nahmen die Frauen am Ende dieses Abends Produkte mit nach Hause, die genau auf ihren Hauttyp abgestimmt waren.

Silke Kaja, Leiterin des Eucerin Haut Instituts, betonte die Bedeutung der medizinisch-kosmetischen Forschung bei Eucerin und stellte die neue „Volume-Filler“-Linie vor. Diese Anti-Age-Serie baut tiefenwirksam verlorenes Volumen wieder auf, was für definierte Gesichtskonturen, ein jüngeres Aussehen und mehr Ausstrahlung sorgen soll. Ein Abend für das innere und äußere Strahlen. ☺



1. Entspannte Runde: Edda Maria Rönnau-Jahn (l.), die Leiterin der Öffentlichkeitsarbeit bei Eucerin, im Gespräch. 2. Die Anti-Aging Hautpflege „Volume-Filler“ gibt der Haut verlorenes Volumen zurück. 3. Wencke von der Heydt vom emotion-Team begrüßt die Teilnehmerinnen des Abends. 4. + 7. Coach Katharina Friedrichs erläutert, welche fünf Säulen unsere Identität ausmachen und wie wichtig die Balance zwischen dem Inneren und dem Äußeren ist. 5. Hundert Jahre Pflege-Tradition: Silke Kaja, die Leiterin des Instituts, gab einen kleinen Überblick zur Unternehmensgeschichte. 6. Mit dem „Skin Code Reader“ lassen sich die individuellen Hautbedürfnisse ganz genau analysieren. 8. So sieht Zufriedenheit aus