

FÜR UNS IST ALLES DRIN

26/2015
Mi, 2. 12. 2015
Deutschland € 2,80
Österreich € 3,00
Schweiz SFR 5,10

freundin



MIT TIPPS ZUM NACHMACHEN

DIE SCHÖNSTEN FRISUREN DES JAHRES

Diese Star-Styles haben uns überzeugt

9 Autoren über ganz besondere WEIHNACHTS-ERLEBNISSE

Beauty-Trend Ampullen

Straffer, jünger, frischer: was die Wirkstoff-Turbos alles können

Warum wir unserem Glück oft selbst im Wege stehen

Eine Expertin entlarvt für uns die typischen Fallen

Jetzt Advents-zauber genießen

Mit festlichen **OUTFITS**, tollen **DEKO-IDEEN** für den Weihnachtsbaum und einem **FEINSCHMECKERMENÜ**, das ganz schnell geht

Unser Arzt weiß, wie man **Falten** auf natürliche und sanfte Art minimiert



**DERMATOLOGE
TIMM GOLÜKE**

In München eröffnete er 2005 seine Praxis. 2015 kam sein eigene Kosmetik-Linie „Royal Fern“ auf den Markt. drgolueke.de, royalfern.de

„Entspannter, frischer, ausgeschlafener – als wäre man im Relax-Urlaub gewesen.“ Den Satz hat Timm Golüke von seinen glücklichen Patienten schon öfter gehört. Es gibt kein schöneres Kompliment, findet der Dermatologe, der sich auf sanfte, aber effektive Verfahren gegen Knitterfältchen spezialisiert hat. Ein Mittel seiner Wahl: das Micro Needling. Hier werden der Haut mit einem speziellen Behandlungsstift winzigste Verletzungen zugefügt, was die Kollagenneubildung anregt und für pralle Haut sorgt. **Sein Spezial-Tipp für freundin-Leserinnen:** „Sobald es draußen kalt wird, reinigen viele ihre Haut nicht mehr richtig, weil sie Angst haben, dass sie austrocknet. Ein Fehler. Denn sie muss jeden Abend gründlich von Schadstoffen und Make-up-Resten befreit werden. Besonders mild und gleichzeitig pflegend sind Produkte ohne Sulfate und mit natürlichen Inhaltsstoffen wie Grünem-Tee-Extrakt.“



Reinigungsbalm „Royal Fern Cleansing Balm“, um 75 Euro



**MAKE-UP-ARTIST
LISI LECHNER**

Seit 2009 ist sie als selbstständige Visagistin tätig. fame-agency.com

Unsere **Make-up-Expertin** bringt auch VIP-Gesichter zum Strahlen

Ob hohe Stirn oder schmale Lippen: „Jeder hat eine Partie in seinem Gesicht, die er nicht so gerne mag“, weiß Lisi Lechner. Selbst Stars. Um wen es sich handelt, verrät die Visagistin allerdings nicht. Berufsgeheimnis. Zu ihren berühmten Kunden zählen u. a. Sportlerin Magdalena Neuner und Model Barbara Meier. Was Lechner an Make-up so toll findet? „Damit kann man Positives betonen und Störfaktoren wegschummeln.“ Diesen Sommer erst bekamen Besucherinnen und freundin-Leserinnen auf der Erlebnismesse MyFAIR von ihr einen kompletten Make-up-Look.

Ihr Spezial-Tipp für freundin-Leserinnen: „Gerade im Winter empfinden viele ihre helle Haut als Manko. Statt mit Bronzer oder Selbstbräuner zwanghaft Farbe ins Gesicht zu holen, würde ich Lippen oder Augen betonen. Dunkle Beertöne auf den Lippen schmeicheln blasser Winterhaut, auf den Lidern sieht Rosé klasse aus.“

