

hautb(u)ild.

CHANTAL SYMANZIK

FÜR DEIN NEUES HAUTB(U)ILD. PFLEGE-GUIDE FÜR ZU HAUSE

Deine Haut hat heute Großes geleistet. Wir haben sie bewusst stimuliert, aktiviert und in Bewegung gebracht - damit sie sich erneuern, regenerieren und stärken kann. Ein leicht gerötetes oder warmes Hautgefühl ist kein Makel, sondern ein Zeichen: Deine Haut arbeitet. Jetzt beginnt die wichtigste Phase - und die findet bei dir zu Hause statt.

Dein Beitrag zu einem schönen Hautbild

Deine Haut liebt:
sanfte, aber konsequente Reinigung
hochwertige Pflegeprodukte
regelmäßige Feuchtigkeit
Schutz vor Sonne

Reinige dein Gesicht morgens und abends mit einem milden Cleanser, ohne Reiben, ohne Druck und mit lauwarmen Wasser - lieber liebevoll als perfekt. Dein Hautbild merkt den Unterschied.

Hochwertige Heimpflege ist kein Luxus - sie ist die Verlängerung deiner Behandlung. Alles, was du deiner Haut jetzt gibst, entscheidet, wie ruhig, klar und ebenmäßig dein Hautbild wird. Ich berate dich gern zu den Produkten, die ich für mich und meine Behandlungen nutze.

Kleine Pause für deine Haut

Gönn deiner Haut-Regeneration für 48-72 Stunden eine sanfte Pause von:
Peelings
Retinol oder Fruchtsäuren
starkem Rubbeln
Sauna, Solarium, Schwitzen oder starker Sonne

Nicht, weil deine Haut schwach ist - sondern weil sie gerade stark arbeitet.

Was du vielleicht bemerkst

Deine Haut kann in den nächsten Tagen:
leicht gerötet und gereizt sein
sich warm oder gespannt anfühlen
feinere Schuppen

Das ist kein „Problem“, sondern Haut im Umbau - ein Teil des natürlichen "Schönwerdens".

Kleine Rituale für dein schönstes Hautbild

Trink mehr Wasser - dein Haut liebt Feuchtigkeit von innen
Wechsle regelmäßig deinen Kissenbezug
Berühre dein Gesicht nur mit sauberen Händen
Gönn deiner Haut Schlaf - sie liebt diese Zeit und nutzt diese aktiv zur Regeneration

Sonnenschutz ist Haut-Schutz

Deine Haut ist jetzt besonders aufnahmefähig - und auch empfindlicher gegenüber UV-Strahlen. Ein täglicher SPF schützt nicht nur deine Haut, sondern dein zukünftiges Hautbild.

Ein persönliches Wort an dich

Dein Hautbild ist kein Zustand - es ist ein Prozess. Und genau diesen Prozess haben wir heute gestartet. Sei sanft zu deiner Haut. Vertrau darauf, was sie kann. Und erinnere dich - deine Haut arbeitet für dich - auch dann, wenn du es nicht siehst.