

BEAUTYTIPPS

Schön mit Schokolade

Schokolade schmeckt großartig und macht glücklich. Und das nicht nur beim Naschen. Denn Schokolade macht auch schön. Schoko-Wellness: der Wohlfühl-Trend im Winter!



In vielen Beauty-Produkten steckt Schokolade: Shampoos, Cremes oder Massageöle setzen auf die Wirkung der kakaobohne. Sie soll nämlich ein echtes Multitalent sein.



Schönmacher Schokolade

Schön mit Schokolade

Kakaobohnen werden viele positive Wirkungen für unsere Schönheit nachgesagt: Sie sollen Fältchen glätten, Feuchtigkeit spenden und dauerhaft vor Hautalterung schützen. Außerdem soll die Durchblutung der Haut angeregt werden, was sie frisch, strahlend und rosig aussehen lässt. Cremes, Masken, Körperlotionen und Öle setzen deshalb - besonders jetzt bei winter-gestresster Haut - auf Schokolade als Zutat.

Unser Tipp: Sie können eine Schokoladen-Maske fürs Gesicht auch selber machen. Einfach 20 Gramm zartbitterschokolade im Wasserbad schmelzen lassen, einen Teelöffel Mandelöl (Apothek oder Reformhaus, alternativ Sonnenblumenöl) zugeben. Schokomasse auf dem Gesicht verteilen und 10 Minuten einwirken lassen. Danach mit lauwarmem Wasser abspülen und Gesicht eincremen.

Den Beauty-Faktor bezieht die Schokolade aus ihrem hohen Anteil so genannter Polyphenole. Die zählen zu den sekundären Pflanzenstoffen, schützen vor schädlichen freien Radikalen und wirken nachweislich positiv auf unsere Zellen und die Hautstruktur. Kleiner Extra-Tipp: Der Radikalfänger funktioniert nicht nur bei äußerlicher Anwendung! Besonders Schokolade mit einem hohen Kakaoanteil enthält viele Antioxidantien, die quasi von innen heraus den Alterungsprozess der Haut verzögern und das Immunsystem stärken.

Schokoladen-Wellness



Schokomassage: Eine Wohltat für die Sinne

Schokoladen-Massage

Besonders die wärmenden, pflegenden Schokoladenmassagen liegen im Trend. Ob Rücken, Schultern, Füße oder Gesicht: Alles entspannt sich bei der schokoladigen Abreibung. Die guten Inhaltsstoffe der Kakaobohnen pflegen die Haut, machen sie weich und glatt, bügeln raue Hautstellen und kleine Fältchen glatt. Außerdem weckt der süße Duft positive Assoziationen und wirkt damit wohltuend auf Körper und Seele.

Unser Tipp: Eine Schokoladenmassage können Sie auch wunderbar zu Hause genießen! Schmelzen Sie dazu eine Tafel Schokolade im heißen Wasserbad und geben Sie einen Esslöffel Mandelöl hinzu. Gießen Sie die Mischung langsam auf den Körper (Vorsicht: Nicht zu heiß!) und massieren Sie die Haut mit leichtem Druck. Danach mit einer sanften

Waschlotion gründlich abduschen und die Haut mit einer leichten Bodylotion eincremen.

Wellnesskick Schokoladenbad

Sie können auch in Schokolade baden! Viele Wellness-Hotels und Beauty-Salons bieten bereits Schoko-Bäder an. Auch das Schokobad lässt sich leicht zu Hause selber machen! Verrühren Sie zwei Esslöffel Vollmilch mit drei Esslöffeln Kakaopulver (keine Fertigmischung mit Zucker und anderen Zusatzstoffen verwenden) zu einem Brei. Erhitzen Sie den Rest der Milch und rühren Sie diese anschließend unter den Kakao. Die Mischung danach ins Badewasser geben und 10-15 Minuten darin entspannen. Ideal für die kalte Jahreszeit, in der die trockene Haut auf viel Feuchtigkeit angewiesen ist, denn sowohl die Milch als auch das Kakopulver besitzen eine rückfettende Wirkung.

Schön mit Schokoladen-Kosmetik



Mehr Neuheiten & Trends

- Nahrungsmittel, die schön machen
- Tipps gegen Schlaflosigkeit
- Joggen im Winter
- K-Tapes gegen Schmerzen
- AquaBounCing: Fitness-Spaß im Wasser
- Saunadüfte: Kräuter, Früchte & Mehr
- Muji-Pflegesets für Zuhause
- Sport: Jukari - Fit to Fly
- Lidschatten von Chanel
- Neue Kontaktlinse statt Augentropfen
- Koffein gegen Muskelschmerzen
- Tipps für gepflegte Haare
- Frischekicks für heiße Tage
- Füße richtig pflegen
- Dufte Karrierechancen
- Sauna aus Glas und Holz
- Was Sonnenschutz jetzt können muss
- Do-it-yourself-Kosmetik
- Badekugeln mit geheimer Botschaft