

INHALE



56



26



80



65

Fotos: stock.adobe.com (4x)/karnauhov, larygin Andrii, misty, Vadim Guzhva, Drobot Deam, Noubia

Profi-Zoom

- 12 **Hör' auf deinen Körper** Wie Sie die Signale richtig deuten
- 16 **Energie-Zufuhr** Gesunder Genuss mit Flowfood
- 20 **Jeder kann fit werden** Interview mit der Expertin Barbara Klein

In der Kabine

- 26 **Hanf macht schön** Trendwirkstoff Cannabidiol
- 30 **Gut gelernt ist gut gemacht** Flexible Module in der PMU-Ausbildung
- 43 News

Natur & Balance

- 48 **Konsequent reduziert** Was ist Clean Beauty?
- 52 News

Wellness & Spa

- 54 News
- 56 **Kraftspender aus dem Meer** Die Kauri-Muschel als Massage-Tool

Mit Hand & Fuß

- 65 **So geht PR** Mit Fußpflegeangeboten neue Zielgruppen erschließen
- 74 News
- 76 **Arriba, Arriba!** Die Lack-Trends der kommenden Saison

Trend & Style

- 80 **Intensive Momente** Angesagte Make-ups fürs kommende Frühjahr
- 86 **Produkte kompakt** Die Highlights der neuen Kollektionen
- 90 **Best Look für Best Ager** Check-up für die Schminkroutine
- 94 News

Menschen & Macher

- 100 **Fachwissen für Profis** BEAUTY DÜSSELDORF 2020
- 106 **Unsere Leser feiern Jubiläen**
- 108 **Modern & familiär** Das neue Führungsduo von Dr. Grandel
- 110 **Für Einsteiger** Was Kosmetikerin Aylin Dogan im Ausland erlebte
- 112 News/Verbände

Business

- 114 **Darf ich das?** Über die Trennlinie zwischen Kosmetik und Medizin
- 118 **Wer ist hier der Boss?** Die Strategie für die ersten 100 Tage als Chef

Messen

- 122 **Frühlingstreffen** COSMETICA und GUT zu FUSS Stuttgart
- 126 **Farbenfroher Auftakt** akzente Sindelfingen

Ständige Rubriken

- 3 **Editorial**
- 10 **Kommentar** Männer, Waltraud Ellerich-Minareci; **Gefällt uns** – Leserbriefe
- 34 **Gewinnspiel**
- 129 **Ki KONTAKT**
- 137 **Impressum/Ausblick**
- 138 **Promi-Talk** Katrin Müller-Hohenstein



Profi-Zoom Februar:

Frühjahrsmüdigkeit – nicht mit uns!

Ich möchte mich ausgewogener/gesünder ernähren, körperlich wieder fitter werden und einfach wieder mehr auf mich und mein Wohlbefinden achten – kommen Ihnen diese Wünsche womöglich bekannt vor? Waren diese zu Jahresbeginn vielleicht sogar gute Vorsätze von Ihnen? Dann ist unser Themenschwerpunkt genau das Richtige für Sie!

In diesem Monat geben Ihnen unsere Experten Tipps für einen achtsamen Umgang mit dem eigenen Körper und erklären Ihnen, wie Sie mit leckerem Flowfood Ihrem Körper etwas Gutes tun können. Außerdem zeigen sie Ihnen, wie Sie aktiv mit effektiven Fitness-Übungen ein besseres Körpergefühl bekommen.



Das Heft und weiterführende Themen online

www.kosmetik-international.de

info@kosmetik-international.de

Wir freuen uns über jede neue Freundin auf

facebook.com/Kosmetikinternational

Der Gesamtauflage liegen Beilagen von COMHAIR, KOSMETIK international Verlag GmbH, Messe Düsseldorf, Neovita Cosmetics und Porta Kosmetik bei. Wir bitten unsere Leser freundlich um Beachtung.

Titelfoto: BEAUTY DÜSSELDORF

KOSMETIK
ist Medienpartner von

**COSMETICA
MESSEN**
KOSMETIK international Messe