



Bild: Stefanie Fiegl

**Ab Seite 32** wird geheiratet. Natürlich ganz natürlich mit unseren Looks für die Braut.

**S**chlafen Sie gut? Das sollten Sie – unbedingt. Denn gut schlafen macht nicht nur schön, sondern ist auch wichtig für die Gesundheit. Was hat es mit dem Dornröschenschlaf auf sich, können wir uns tatsächlich „schön“ schlafen? Geben Sie beruhigt der Frühjahrsmüdigkeit nach und genießen Ihren Schönheitsschlaf (Seite 72).

Ganz wichtig, bevor Sie sich in die Kissen kuscheln: Make-up entfernen! Nur allzu oft wird eine gründliche Gesichtereinigung vernachlässigt und die Reste der perfekten Foundation (Ihre finden Sie ab Seite 26) nicht sorgfältig entfernt. Zugegeben, das Putzritual ist lästig, wenn man müde ist und nur noch ins Bett fallen möchte. Aber Ihre Haut wird es Ihnen danken, wenn Sie der häufigsten Beautysünde nicht nachgeben. Welche Putzhilfen Sie unterstützen und wie der Frühjahrsputz zum schönen Ritual wird, lesen Sie ab Seite 16.

Heiraten liegt im Trend. Jedes Mädchen träumt davon, einmal im Leben Prinzessin zu sein, der schönste Tag im Leben soll es werden und die meisten haben bereits Jahre vor dem Ereignis eine feste Vorstellung davon. Trotzdem sollten Sie sich unbedingt von den zauberhaften Looks unserer ganz unterschiedlichen Bräute inspirieren lassen: Brautschau (Seite 32).

Schönheit ist bekanntlich viel mehr als ein hübsch geschminktes Gesicht. Innere Balance und gesunde Ernährung gehören unbedingt auch mit dazu. Lassen Sie doch mal die Seele baumeln und genießen einen Tag ganz für sich: Day Spa zuhause, Seite 86. Dazu passt ein frisch gemixter Detox-Smoothie, leckere Rezepte gibt's auf Seite 50.

Genießen Sie den Frühling, haben Sie Schmetterlinge im Bauch und bleiben Sie entspannt!

Herzlichst Ihre Gabriele Reupohl  
und das BIOUTY -Team



  
yverum®  
naturally yours

Exklusive Pflege für  
natürlich schöne Lippen

Limited  
Edition



NEU  
Der yverum lip collagen als  
„Limited Edition“ im neuen  
Design

Frei von synth. Konservierungs- und  
Farbstoffen, Silikonem,  
Mineralölen, Parabenem und PEGs

Tel. 0211 36 11 46 110  
E-Mail: info@yverovel.com