



Was Sie wissen müssen! Tipps für einen sicheren Sommer!

Der Sommer kommt und wir sind super aktiv! Aber wenn die Temperaturen steigen und wir mehr Zeit draußen verbringen, müssen wir auch den nötigen Schutz haben. Hier sind unsere besten Tipps, um den Sommer sicher zu genießen!

Mach es richtig

Auch wenn die Sonne nicht scheint, ist es immer noch notwendig, Sonnencreme zu tragen. Denn bis zu 80% der schädlichen UVA- und UVB-Strahlen dringen durch die Wolken. UVA-Strahlen sind verantwortlich für vorzeitige Alterung wie Falten und dunkle Flecken. Stellen Sie sicher, dass Sie immer geschützt sind, wenn Sie Strahlung mit Lichtschutzfaktor 15 oder höher ausgesetzt sind.

Wir empfehlen: NovAge Ecollagen Tagescreme SPF 15 und NovAge Ultimate Lift Tagescreme SPF 15

WISSEN, WAS DER FAKTOR BEDEUTET

SPF (Sun Protection Factor) ist der Sonnenbrandfaktor. Es gibt Ihnen den Hinweis darauf, wie lange Sie in der Sonne verbringen können, wenn Sie eine Creme auftragen.

Eine einfache Formel ist dies:

Wenn Sie 10 Minuten in der Sonne verbringen können, ohne zu verbrennen, können Sie mit SPF 15 15 Mal länger in der Sonne sein = 150 Minuten.

Aber vergessen Sie nicht, dass SPF nur Schaden bremst, aber nicht verhindert! Bleiben Sie also nur in der Sonne, indem Sie regelmäßig mit leichten Sommeranzügen arbeiten.

Wir empfehlen: **Oriflame Sun Zone**

VERHINDERN SIE "unschöne" Flecken.

Wussten Sie, dass Sommersprossen tatsächlich ein Zeichen von Sonnenschäden sind? Sommersprossen werden gebildet, wenn Melanozyten, sich in den Hautzellen bilden und zu viel Pigmentmelanin produzieren. Melanin schützt Ihre Haut natürlich vor UV-Strahlen, indem es Ihre Haut bräunt - wie einen Sonnenschirm als Schatten! Schützen Sie sich (und Ihre Familie) vor zukünftigen Schäden an Ihrer Haut und tragen Sie immer Sonnencreme mit besonderer Aufmerksamkeit auf die sommersprossigen Bereiche wie Gesicht, Schultern, Arme und Hände auf.

Wir empfehlen: **Oriflame Sun Zone**

ACHTUNG bei Muttermalen

Muttermale können flach, behaart oder holprig sein. Normalerweise sind sie jedoch rund und erscheinen bei Menschen mit heller Haut. Übermäßige Exposition gegenüber UVA- und UVB-Strahlen durch die Sonne kann zu einem Muttermal führen, das seine Form ändert oder anfängt zu wachsen. Vermeiden Sie deshalb die Mittagssonne und tragen Sie Sonnenschutz auf Ihre Muttermale und sensible Bereiche vermehrt auf. Sollten Sie ein sich veränderndes Muttermal entdecken, suchen Sie Ihren Arzt auf.

NEHMEN SIE EINE NEUE VERPACKUNG

Es wird gesagt, dass die meisten Menschen nur 25 - 50% der empfohlenen Menge an Sonnenschutzmitteln anwenden. Stellen Sie sicher, dass Sie nicht zu dieser Gruppe gehören. Sie sollten die Menge eines kleinen Glases 15 Minuten vor dem Ausgehen mit Sonnencreme auftragen.

Und vergiss nicht, dies alle paar Stunden zu wiederholen. Gleich nach dem Schwimmen, wenn Sie regelmäßig Ihre Haut schwitzen oder reiben.

WIE VIEL GENUG IST?

Sie sollten niemals angebrochene, geöffnete Sonnenschutzmittel nach 6 Monaten wieder verwenden bzw. wenn sich danach die Farbe oder Zusammensetzung des Produkts ändert, ist es an der Zeit, es wegzuerwerfen und ein neues Produkt zu kaufen.

Schützen Sie Ihre Lippen

Die Haut Ihrer Lippen ist genauso empfindlich auf Sonnenschäden wie die übrige Gesichtshaut. Schützen Sie Ihre Lippen also vor UVB-Strahlen mit einem Lippenbalsam mit LSF wie Giordani Gold Rejuvenating Lip Balm mit LSF 12.



① **Face and Body Lotion SPF 30 High**
Gesichts & Körper Sonnenlotion
Die hoch wirksame Lotion mit UVA / UVB-Filter für die empfindliche Haut. Schützt vor dunkle Flecken und Falten. **Nr. 23296**

② **Sun Zone Face & Body Lotion Kids SPF 50 High**
Körperlotion für Kinder
Die speziell für die besonders empfindliche Haut von Kindern entwickelt und schützt vor schädlichen UVA / UVB-Strahlen. **Nr. 30568**



③ **Even Out Day Cream SPF 20 Tagescreme**
Die schützende Tagescreme SPF 20, ist eine feuchtigkeitsspendende Creme, die für eine natürlich strahlende, gleichmäßige Haut sorgt. **Nr. 32479**

④ **Even Out Skin Correcting Serum | Serum**
Das Aufhellende Serum ist ein optimal konzentriertes, sofort hydratisierendes Gesichtsserum, das das Auftreten von Pigmentflecken reduziert und lichtstreuende verwischende Perlen enthält, um einen weicherem, strahlenden Teint zu erzielen. **Nr. 33108**



⑤ **Rejuvenating Lip Balm SPF 12**
Der reichhaltige, pflegende Lippenbalsam zur Wiederherstellung jugendlicher Vitalität und Belastbarkeit. Angereichert mit pflegenden Vitamin E und EFA - reichhaltiges Pflanzenöl das die Lippen weich und zart pflegt, sowie Hyaluronsäure für vollere Lippen. Leicht getönt und dezent glänzend. **Nr. 32414**