

GLANZlichter

BEAUTYLEXIKON // HAFEREXTRAKT

Pflegewirkstoffe unter der Lupe: Hier lernen Sie wichtige Inhaltsstoffe kennen, die in der Naturkosmetik eingesetzt werden.



Name. Avena Sativa (Oat) Kernel Extract heißt der Hafer in der Inhaltsstoffliste von Kosmetik.

Herkunft. Der Extrakt wird aus Haferkörnern gewonnen. Naturkosmetikunternehmen lassen sich vom Hersteller dabei bestätigen, dass er keine Schwermetalle und Pestizide enthält sowie gentechnikfrei ist und nicht in Tierversuchen getestet wurde.

Wirkung. Die im Hafer vorkommenden Beta-Glucane und Avenanthramide wirken entzündungshemmend und feuchtigkeitbindend. Enthalten ist Haferextrakt z.B. in Dado Sens »Beruhigende Akut-Creme« und »Beruhigendes Akut-Spray«. Besonders empfehlenswert bei gereizter, juckender, entzündeter Haut und Neurodermitis.

Kick für den Stoffwechsel

Weihnachtszeit ist Schlemmerzeit – für die schlanke Linie und ein schönes Hautbild ist ein Entgiftungstag pro Woche ideal. Kräuter-, Früchtetees eignen sich dafür gut: Aber auch vitaminreiche Mixgetränke, z. B. ein Papaya-Orangen-Smoothie, regen den Stoffwechsel an: Für ein Glas brauchen Sie 1 Orange, ½ reife Papaya und 125 ml Molke. Die Papaya schälen, Kerne entfernen und das Fruchtfleisch pürieren. Den Saft der Orange mit dem Papayamus und der Molke mixen, fertig.



Die Zukunft gehört den Naturfriseuren



CULUMNATURA® Franchisepartner

Die mit diesem Blatt gekennzeichneten Salons bieten zusätzlich zu den CULUMNATURA® Haut- und Haarpflegeprodukten auch CULUMNATURA® Pflanzenfarbe an.

- A-1230 Wien, Naturfriseurin Brigitte Antos, 0650 2635791, www.anders-antos.at
- A-1300 Flughafen, Karl-Dolezal OG Airportfrisör, 01 7007 32607
- A-2115 Ernstbrunn, CULUMNATURA® Naturfriseur Doris Weingartshofer, 02576 21057, www.naturfriseur-ernstbrunn.at
- A-4020 Linz, KUKS FRISUREN + 100% NATUR, Jörg Kuks, 0732 775064
- A-8200 Gleisdorf, naturalhairstyle Barbara Hödl, 0664 9361971, www.naturalhairstyle.at
- A-8530 Deutschlandsberg, Vital Hair, Sonja Heibl, 03462 30591
- A-9500 Villach, Haar-Natur, Bettina Maria Berbalk, 0660 5604999, www.haar-natur.at
- CH-4058 Basel, Im Salon Almut Kassner, 061 6814225, www.im-salon.ch

- CH-8006 Zürich, NATURA coiffure, Alfia Fiorenza, 078 7070221, 044 272 15 25, www.natura-coiffure.ch
- D-03042 Cottbus, Beauty Concept Anke Weber, 0355 7296701
- D-03046 Cottbus, Natur für Haut und Haar, Carola Schneider, www.friseur-carolaschneider.de, 0355 522531
- D-03238 Finsterwalde, CULUMNATURA® Naturfriseur, Romana Waldau, 03531 507863, www.naturfriseur-waldau.de
- D-10405 Berlin, Stilkamm Daniela Wegener, 030 42852266, www.stilkamm.de
- D-10437 Berlin, Die Baderin Britta Coers, 030 40500209, www.baderin.de
- D-12351 Berlin, Friseur Bettina Molinari, 030 6038267, www.friseur-molinari.de
- D-13349 Berlin, Friseur und Kosmetik Ramona Schlerfer, 030 45025575, www.friseurramonaschlerfer.de
- D-16548 Berlin-Glienick, Naturfriseur Heidrun Frank, 033056 80877, www.heidrun-frank.de
- D-18273 Güstrow, Friseursalon Hahndorf/Beer, Marit Hahndorf u. Christiane Beer, 03843 842838
- D-21641 Apensen, hair balancing Jutta Otten, 04167 237
- D-22175 Hamburg, Naturfriseur Monika Enghusen, 040 64917348, www.schoenes-haar.de
- D-24977 Grundhof OT-Bönstrup, Haaralm Carolin Christiansen, 04636 976323, www.haaralm.de
- D-27367 Everinghausen/Sottrum, naturfriseur.in Jana Mühlbach, 04205 3195672
- D-27383 Scheeßel, Naturfriseur Nadine Gruß, 04263 9836025
- D-27607 Langen, Hair-Nature, Nülfür Tabak, 04743 9139327
- D-28757 Bremen, Gerth Natur Friseur und Gesundheitsberatung, 0421 650718, www.naturfriseur-gerth.de

- D-29308 Winsen(Aller), Salon Haareszeit, Heidi Hemme, 05143 93575
- D-31595 Steyerberg, Naturfriseur Anne, Anne Kruska, 05764 790
- D-33719 Bielefeld, Friseur Halfter, Karin Halfter, 0521 333333, www.naturfriseur-bielefeld.com
- D-34119 Kassel, Amandus der Naturfrisör, Peter Fischer, 0561 2077877, www.natur-frisor.de
- D-37079 Göttingen, Friseurmeisterin Martina Lühert, 0551 632884
- D-37293 Herleshausen, Cohana Cornelia Haas, 05654 924838-1, www.cohana.de
- D-37603 Holzminden, Creativ Hair & Beauty, Gülsevim Aybay-Galonska, 05531 140840
- D-38486 Klötze, CULUMNATURA® Naturfriseur, Diana Veit, 03909-4732620, www.naturfriseur-veil.de
- D-40724 Hilden, Naturfriseur Pia Schäfers, 02103 44950, www.friseur-pia.de
- D-41169 Mönchengladbach, Haar- und Hautpflegepraxis Sabine Hüsches, 02161 3088550
- D-42105 Wuppertal, Naturfriseur Stephan Lipphaus, 0202 454006, www.stephan-lipphaus-naturfriseur.com
- D-42399 Wuppertal, Naturfriseur Klassik Art, Cornelia Raudisch, 0202 2653530
- D-42549 Velbert, Haarstudio Deus, Christine Deus, 02051 82211
- D-42799 Leichlingen, Naturfriseur Doris Harings, 02174 39633, www.friseur-leichlingen.de
- D-44135 Dortmund, EVA Kessebohm Naturfriseursalon, 0231 4388128
- D-45525 Hattingen, Frisura Nova Christian Rodies, 0232 46864806, www.frisuranova.com
- D-44532 Lünen, Der Naturfriseur Gubisch, Gabriele Gubisch, 02306 36182

- D-45731 Waltrop, Vitalis Natura, Marion Szameitat, 02309 2635, www.vitalis-natura.de
- D-46286 Dorsten, Energienest Gudrun Nitzsche, 02369 799752, www.energienest.de
- D-46519 Alpen, Naturstyle Maas, Karla Maas, 02802 3793
- D-48143 Münster, Lockvogel, Anja Geisler, Imke Hasenbein, 0251 62560774, www.lockvogel-laden.de
- D-48653 Coesfeld, Mensch & Haar, ganzh. Frisörmeisterin Gabriele Küper, 02541 970460 www.menschundhaar.de
- D-49419 Wagenfeld, Frisör Sabine, Sabine Rosemuck, 05444 994310, www.naturfriseur-sabine.de
- D-49565 Bramsche, Natürlich schön Waltraud Wellmann, 05461 7039848, www.waltraudwellmann.de
- D-50354 Hürth, Kathi Theissen Friseurin, 02233 400288
- D-50672 Köln, Just Nature Elvira Hermenau, 0221 2774647
- D-51469 Bergisch-Gladbach, Monika Heuser, 02202 246600, www.monika-heuser.de
- D-51491 Overath-Immekeppel, Haar Oase, Christa Hinz, 02204 72252, www.haaroase.net
- D-52064 Aachen, Figaro-NICK ganzheitlicher Friseur Nick Brighina, 0241 709899
- D-52156 Monschau, Salon Violino, Viola Münstermann, 02472 5034, www.violino.de
- D-53123 Bonn, Anita's Haarstudio Anita Lohmer, 0228 6420520
- D-53721 Siegburg, Gefühl für Haar Frank Alex, 02241 62510
- D-54292 Trier, Le Petit Coiffeur Ursula Weiler, 0651 9988802
- D-54647 Dudeldorf, Haarstudio 25; Sonja Schumann, 0655 955777