

Der einfache Feuchtigkeits-Plan für Gesicht & Körper

Zwei Zonen, zwei Handgriffe — kein Zehn-Schritte-Programm.

Schritt 1: Morgens — Gesicht zuerst

Nach der Reinigung die Feuchtigkeitscreme auf die noch leicht feuchte Gesichtshaut auftragen. So lässt sie sich leichter verteilen — und du brauchst weniger Produkt.

Schritt 2: Nach dem Duschen — der Drei-Minuten-Moment

Die Körperlotion direkt nach dem Abtrocknen auftragen, solange die Haut noch leicht feucht ist. Sie zieht so spürbar schneller ein. Ellenbogen und Schienbeine zuerst.

Schritt 3: Abends — Gesicht wiederholen

Eine zweite, ruhige Anwendung am Abend unterstützt das Hautgefühl über Nacht. Eine kleine Menge reicht für das ganze Gesicht.

Bei besonders trockenen Stellen

Dort ruhig etwas großzügiger auftragen und kurz einwirken lassen — statt öfter, lieber gezielter.

Drei ehrliche Hinweise

1. Regelmäßigkeit beim Eincremen zählt mehr als Menge — ein verlässlicher Handgriff trägt weiter als fünf halbherzige.
2. Heiß und lange duschen fühlt sich gut an, kann sich aber trocken anfühlende Haut zusätzlich fordern. Lieber kürzer und lauwarm.
3. Gib deiner Haut Zeit: Kosmetische Pflege unterstützt ein angenehmeres, geschmeidigeres Hautgefühl — Schritt für Schritt, nicht über Nacht.