denen die erfahrene Kosmetikerin für jede ihrer Kundinnen gerade diejenige heraussucht, auf welche die Haut und die Konstitution der betreffenden am besten ansprechen, haben im Grunde ein und dasselbe Ziel: die Hautnerven zu reizen und eine starke Durchblutung der Haut anzuregen. Sie ersetzen die natürlichen Reizwirkungen, die regelmäßige Bewegung und frische Luft sonst verursachen. Die Hausfrau, die notgedrungen sich viel körperliche Bewegung macht, braucht ihr Blut nicht künstlich in Umlauf zu bringen, die Muskelarbeit sorgt schon dafür, daß das Blut reichlich in die Außenbezirke des Körpers dringt; auch die auf dem Lande lebende Frau und die Sportlerin brauchen solche künstlichen Mittel nicht. Im Gegenteil, die letzteren müssen sogar durch sorgfältige Pflege verhüten, daß ein Zuviel an frischer Luft die Haut vorzeitig zerstört.

Ein Zuviel an Luft und Sonne beansprucht die Haut ebensosehr wie zu reichliche Anwendung von künstlichen Mitteln.

Die Städterin aber, besonders die berufstätige, die Tag für Tag im Zimmer zubringt, meist in schlechter, verbrauchter Luft — ich denke in erster Linie an die Büroangestellte, die noch dazu einen großen Teil des Tages sitzend zubringt —, soll von den oben erwähnten Methoden Gebrauch machen. Das ist kein übertriebener oder verwerflicher Luxus, sondern das ist vernünftige Körperpflege. Allerdings vergessen Sie nicht: die natürlichen Reize frische Luft, Sport, Bewegung sind nach Möglichkeit den künstlichen vorzuziehen, denn sie tun dasselbe und verbinden das Angenehme mit dem Nützlichen!

Der Sommer ist da! Machen Sie reichlichen Gebrauch von Ihren Ferien, nützen Sie auch während der Berufszeit jeden freien Sommertag! Bewegung in frischer Luft ist beste und billigste Schönheitspflege!

*

RATSCHLÄGE FÜR DEN SOMMER!

Wer zarte, empfindliche Haut hat, soll diese vor Wind und Sonne durch Tagescreme oder Puder schützen.

*

Sehr weiße Haut pflegt besonders empfindlich zu sein. Daher größte Vorsicht vor Sonnenbrand!

*

Ganz allmählich an die Sonne gewöhnen! Auf diese Weise erzielen Sie

Im Sommer trockne man die Haare an der Luft, indem man sie mit dem Kamm öfter auflockert!

Fot. Wolff

SLUB Wir führen Wissen. http://digital.slub-dresden.de/id36457270t-19330200/92 gefördert von der Deutschen Forschungsgemeinschaft DFG UNIVERSITÄT ERFURT