



Sonnenbaden - Suntan

Sonnencremes sind ein MUß, sie unterstützen den körpereigenen Schutzmechanismus. Ihre UV-Filter erlauben es uns, länger in der Sonne zu liegen. Bis zu einem gewissen Grad kann unsere Haut sich gegen UV-Strahlung schützen.

Denk dran: SPF (sun protection factor) zeigt dir wie lange du in der Sonne bleiben kannst. Zum Beispiel SPF30 bedeutet, dass du 30 mal länger in der Sonne bleiben kannst als ohne Schutz. Vergiss nicht je dunkler dein Hautton desto besser bist du von natur aus geschützt.

Mehrmaliges Eincremen festigt zwar den Sonnenschutz, verlängert ihn aber nicht. Ist seine Maximalzeit überschritten, hilft nur noch eines: Ab in den Schatten!

Suntan lotions are a muss! They help support your bodies own sun block mechanism. The UV Filter lets you enjoy the sun longer. Your skin can only protect itself up to certain infiltration of UV rays.

Remember: the sun protection factor (SPF) tells you how long the extended protection is intended for.. For example SPF30 means you can stay out in the sun 30times longer then you could without skin protection. Keep in mind, the darker the skin tone the better the natural protection.

The more often you apply sun protection doesn't extend the recommended time limit you can stay in the sun. In that case, shade your best option!

KORRES/ SUN-CARE LINE

Für die schönsten Tage des Sommers
For the best days of summer



Zauberstunde magic hour

Die schönsten Tage für mich sind, wenn ich aufstehe und dem Tag die Chance gebe der Schönste meines Lebens zu werden.

Und ich liebe es, mir zwischen durch eine Zauberstunde zu

Gönnen. Jeder trägt einen Zauber in sich und den müsst Ihr „Happy Girls“ nach außen tragen.

Mädels, man kann nicht früh genug damit anfangen sich



To me the best days are when I wake up and give the new day the chance to be the best day of my life.

Every now and again I love to treat myself to a magic hour as we all carry a certain magic

within us, we „happy girls,, need to let it shine outwards. When the rose shows off it,s beauty, so beautiful shows the garden, so to speak.

und seine Haut zu pflegen. Meine Haut braucht viel Feuchtigkeit. In meinem Alltag verwende ich immer wenig Make up, am liebsten nur Mascara , Lipgloss, und Blush.



Wie Jennifer Lopez immer wieder sagt wenn sie auf ihre Schönheit angesprochen wird -das Wichtigstes für die Haut ist viel Wasser trinken. Sie trinkt am tag mindestens 3 Liter Wasser und schwört darauf.

Girls I recommend you start early with skincare. my skin needs a lot of moisturizing, I use very little makeup in my everyday life, just a little mascara, lipgloss and blush.

As Jennifer Lopez always says when asked about her beauty secret – the most important for healthy and beautiful skin is to

drink a lot of water. She drinks 3 liters of water a day and swears by it.

Mein Tipp: bei müden, geschwollenen Augen nehmt ihr zwei Beutel Schwarz-Tee, gießt diesen mit kochendem Wasser auf, ziehen und abkühlen lassen und legt dann die Beutel auf die geschlossenen Augenlider -10 Minuten ruhen lassen- fertig!

my tipp: with tired swollen eyes 2 teabags- black tea in brew in boiling hot water then take them out and let them cool. put them on your closed eyelids and leave for 10 minutes.

Eure wunderschöne, junge Haut benötigt nicht allzu viel Zeitaufwand. Meine Lieben ganz wichtig - immer abschminken!!! ...und das Gesicht reinigen, bevor man schlafen geht. Auch wenn man noch so müde ist. In jungen Jahren werden ja viele von uns mit Hautunreinheiten geplagt, aber nicht verzagen mit ein bisschen Einsatz und Geduld kann jeder sein Hautbild wesentlich verbessern. Es kommt auf die Routine und Regelmässigkeit der Gesichtspflege an.

Your young skin is beautiful and does not need much time spend on skincare. My lovelies it is most important that you always remove your makeup and cleanse your skin well before you go to bed even though you might feel too tired.

Ab und zu sich eine extra Zauberstunde gönnen. Am besten mit einer guten Freundin, da macht mehr Spaß.

In our young years we have all suffered from skin blemishes, but do not give up with a bit of patience and a regular routine of skin care you can improve your skin vastly.

Every now and again you should treat yourself to a „magic hour, best shared with a good friend - it can be real fun.

Estefania's Zauberstunde

Reinigung der Haut – aus der Apotheke z.Bsp. ein sanftes Peeling von La Roche-Posay– Physiological Ultra-Fine Scrub z.Bsp. als Feuchtigkeitsmaske . Oder zum selber machen - Joghurt-Honig Maske - macht müde Haut munter und lässt den Teint strahlen.

Estefania's magic hour

skin cleansing – cleanse your skin thoroughly la roche possay aus der apotheke then a gentle peeling – never scrub to violently la roche – physiological ultra fine scrub moisturizing mask – make it yourself -5 Tablespoons natural joghurt mixed with 1 tablespoon honey.

5 EL Naturjoghurt mit 1 EL Honig verrühren auf das Gesicht auftragen. 15-20 Minuten einwirken lassen und abwaschen. Das mache ich mir manchmal mit meinen Freundinnen. Dann noch schnell Gurken auf die Augen und nicht nur, dass das eine super Pflege für die Augen ist, nein, es entstehen auch richtig lustig Fotos zum weiterposten.

leave on your face for 10-20 minutes and then wash off.

I sometimes do this with my girl friends , we put cucumber slices on our eyes and and have fun making silly fotos to post to other friends.

Tagespflege (z.B. La Mer)! Hier bin ich bei meiner Freundin Elli Algan -für mich die Beste! Bei ihr habe ich schon viele magische Zauberstunden erlebt. Sie hat mir vieles beigebracht und das möchte ich gerne mit euch teilen.



day care for your skin –revitalize your skin siehe foto la mer foto of estefania at a cosmetic session – estefanias friend elli algan is a cosmetic expert "here I am with my good friend "elli algan" she is the best cosmetic expert and gives the wonderfull "magic hour".



SHE HAS TAUGHT ME A LOT ABOUT SKINCARE AND THIS I WANTED TO SHARE WITH YOU MY LOVELIES.

„Dem Tag die Chance geben der Schönste meines Lebens zu werden“

yours with love estefania

Eure Estefania

