

SONNEN- NEWS

www.solarien-verbaende.de

Wellness darf in der vorweihnachtlichen Zeit nicht zu Wellstress werden

Die vorweihnachtliche Zeit versetzt viele Menschen in Deutschland in Hektik, obwohl sie ihre ganze Aufmerksamkeit auf diejenigen richten, denen sie eine Freude machen wollen. Psychologen weisen darauf hin, dass die Freude des Schenkens verinnerlicht werden sollte. Nur wer in Ausgeglichenheit ruht, dem gelingen die besten Überraschungen für den anderen. Stress dagegen überträgt sich auf die Auswahl der Geschenke. Nicht selten wird aus der gewünschten Liebenswürdigkeit das genaue Gegenteil. Aus Wellness wird Wellstress. Beschenkte haben häufig sehr sensible Antennen für die Art der ihnen zgedachten Aufmerksamkeit. Dem Wellstress kann man auf mehrere Weisen entgehen. Die einen suchen die Geschenke für ihre Lieben bereits in aller Ruhe in den Vormonaten, andere gehen den partnerschaftlichen Weg und suchen gemeinsam die Aufmerksamkeiten aus. Wiederum andere nehmen einfach eine Auszeit. Sie legen bewußt in der vorweihnachtlichen Zeit Phasen für die eigene Entspannung ein, die ihnen dann genug Muße lassen, auf kreative Geschenkideen zu kommen. Für solche vorfestlichen Auszeiten bieten die Sonnenstudios nicht nur den richtigen Flair, sondern auch die Wellness für Körper und Seele. Zwei Geschenkideen sollten hier verraten werden: Mit einem Wellnesspaket im Sonnenstudio hat man immer Erfolg, ebenso mit dem hautfreundlichen Modellkleid für den kommenden Frühling, bei dem die leicht gebräunte Haut den richtigen Kontrast ergibt.

Wussten Sie schon....

... dass man keine Kosmetika auf der Sonnenbank benutzen darf. Ratsam ist es, alle Parfüms und Deos möglichst mehrere Stunden vorher zu entfernen. Tut man es nicht, ist die Gefahr von Hautreizungen gegeben; es kann zu Hautverfärbungen kommen, die man in der Winterzeit sehr deutlich sehen kann. Kommen Sie also natürlich in Ihr Sonnenstudio - dem Genuß steht dann nichts mehr im Wege.



Kreation by ZacPosen
Sommer 2005

DEZEMBER 2004

Vorgebräunt in den Winter-Kurzurlaub

Viele besuchen vor dem Kurzurlaub im Winter ein Sonnenstudio - das ist das Ergebnis einer Studie der TU München mit 100 Teilnehmern über Vorbräunen. Die Münchener Forscher stellten fest, dass nach 12 Sonnenbädern auf der Sonnenbank und trotz bayrischem Schmuddelwetter die Testpersonen insgesamt besser drauf waren. Das Wohlbefinden durch die richtige UV-Dosis ist der Wissenschaft als Phänomen schon länger bekannt. Das UV-Licht löst beim Menschen eine ganze Reihe von einzelnen Reaktionen aus, die zu diesem Gesamtgefühl führen. Es beeinflusst günstig das Herz-Kreislauf-System, normalisiert die Körperspannungen und regt Atmung sowie die Darmtätigkeit an.

Das biologische Vorbräunen ist auf alle Fälle eine wichtige Vorbereitung auf den Winterurlaub, egal ob es in tropische Gefilde geht oder auf die Berge. Die Haut wird trainiert und erlebt keinen Schock, wenn sie plötzlich der prallen Urlaubssonne ausgesetzt ist. Verantwortlich für den vorbeugenden Lichtschutz ist die Lichtschwiele, ein Selbstschutz der Haut. Durch richtige Dosierung des UV-Lichts auf der Sonnenbank entwickelt sich die Lichtschwiele nach mehrmaliger Besonnung in der Hornhaut und schützt so vor übermäßiger UV-Lichtwirkung.



Hosenrevolution mit Wellness-Effekt

Jeans zur Hautpflege - kaum zu glauben! Ein italienischer Hosenhersteller entwickelte einen Jeansstoff, der das Vitamin-A-Derivat Retinol enthält. Zieht man die Jeans an und kommt sie mit der Haut in Berührung, wird dieser Wirkstoff freigesetzt. Cellulitis werde die Hose zwar nicht beseitigen, aber die Haut werde schöner und kleine Unebenheiten werden ausgeglichen, so verspricht es der Hersteller. Selbst Dermatologen erwarten von der Hosenrevolution, dass sie der Haut gut tun wird.

USA:

91% machen eine Stresspause im Sonnenstudio

Die amerikanischen Sonnenstudiobesucher verhalten sich ähnlich wie die deutschen. An erster Stelle stehen ästhetische Gründe, wenn man ein Sonnenbad auf der Sonnenbank nimmt. 97 % wollen gesünder aussehen, 92 % empfinden die Ruhe als entspannend und wohltuend. 91% entrinnen dem täglichen Stress gerne durch einen Besuch im Sonnenstudio, um den Anforderungen des Alltags besser gewachsen zu sein. 84 % lieben es, sich besonders im Winter von der angenehmen Wärme verwöhnen zu lassen.

DER FÖRDERVEREIN SONNENLICHT-SYSTEME E. V.
WÜNSCHT ALLEN SONNEN-NEWS-LESERN EIN SCHÖNES WEIHNACHTSFEST
UND ERHOLSAME TAGE ZWISCHEN DEN JAHREN. FÜR DAS NEUE JAHR
GESUNDHEIT, WOHLBEFINDEN UND SEHR ANGENEHME AUFENTHALTE IN
IHREM SONNENSTUDIO.