

FÜR UNS IST ALLES DRIN

freundin

MODE

Ja, hier ist schon Frühling!

- **KORALLE:** Diese Farbe lässt jeden gut aussehen
- **Super bequem:** die neuen RÖCKE
- **Die JACKE,** die jetzt alle Outfits aufwertet

Herrlich frisch:
Die neuen **MAKE-UPS** muss man einfach lieben

MEDIZIN

SIE SIND GESÜNDER, ALS SIE DENKEN

Was hinter diesen guten News steckt:
ab Seite 125

freundin
**KARRIERE
SPECIAL**

So finden Sie im JOB Erfüllung

„Niemand glaubte mir, dass mein Vater mich missbrauchte“
Ein erschütterndes Protokoll

Neue Studien zeigen: Frauen haben immer mehr Chancen, im Beruf voranzukommen – ohne sich zu verbiegen. Erfolgreiche Frauen erklären, wie es geht. Plus: die aktuelle Business-Mode



SPRAYS

MIT ALOE VERA ODER BLÜTENWASSER SOFORT FRISCHE TANKEN

Feuchtigkeitssprays erleben gerade einen gewaltigen Boom – auch weil sie so schnell (mit zwei Pumpstößen!) erfrischen. Im Gegensatz zu den Wassersprays, die nur im Moment des Aufsprühens Feuchtigkeit schenken, schnell aber wieder verdunsten und dann erneut für Spannungsgefühle sorgen, stecken in diesen Sprays feuchtigkeitsspendende Wirkstoffe wie Aloe vera, Kaktusblumenextrakt, Lotus- oder Traubenwasser. Sie verbleiben auch auf der Haut, wenn das Wasser schon längst verdunstet ist, und bewahren sie so vor dem Austrocknen. Die Sprays können jederzeit aufgesprüht werden, sogar über das Make-up.



Versorgt trockene Haut mit reinem Traubenwasser: „Eau de Beauté“ von Caudalie, um 11 Euro

Spendet Feuchtigkeit bei extrem trockener Luft, etwa im Flugzeug: „In-Flight Refreshing Facial Mist“ von Kiehl's, um 15 Euro

Lotuswasser lässt den Teint rosig frisch aussehen: „Eau Douce de Lotus Frais“ von Kenzoki, um 28 Euro

Aloe vera durchfeuchtet, beruhigt und regeneriert die Haut: „Feuchtigkeitsspray“ von Pharmos Natur, um 39 Euro

Stärkt die Hautbarriere mit Magnesium: „Ultra Radiance Facial Re-Hydrating Mist“ von Benefit, um 27 Euro