

Lisa &

CURFASHION

– das Interview

„Schöne Haut erfordert ein ganzheitliches Konzept“

Diesmal mit:
Sarah White



Strahlende Haut hängt nicht von Glück oder guten Genen allein ab – davon ist Sarah White aus Wolfenbüttel überzeugt



Unsere Bloggerin Nadine interviewt inspirierende Frauen rund um die Themen Mode, Beauty und Body Positivity

Früher litt Sarah White (32) selbst unter starker Akne, heute ist das ihr größter Antrieb, Menschen zu mehr Wohlbefinden zu verhelfen. Wir sprachen mit der Beauty-Expertin über die Wechselwirkung zwischen Haut und Seele

Curfashion: Stellen Sie sich gerne kurz vor.

Sarah White: Mein Name ist Sarah White, ich bin Beauty-Managerin, Kosmetikerin und Gründerin der Marke iluqua.

Curfashion: Woher weiß ich als Laie, was meine Haut braucht?

Sarah White: Dazu muss man seine Haut kennenlernen. Die Genetik und die Hormonlage beeinflussen sie, aber auch äußerliche Einflüsse wie UV-Strahlung spielen eine Rolle. Beobachten Sie, wie die Haut auf die Produkte reagiert. Wo spannt sie, wo rötet sie sich? So

Die Body-Positivity-Bewegung

Speckrollen, Falten, Pickel oder Körperbehaarung sind kein Grund zur Scham. Im Sinne der Body-Positivity-Bewegung werden die angeblichen Makel nun sogar gefeiert – eine Gegenbewegung zum allgemeinen Drang nach Optimierung und dem gängigen Schönheitsideal.

Was ist Ihre (Körper-)Geschichte? Sie haben selbst Erfahrungen mit Bodyshaming gemacht oder möchten anderen Frauen Mut machen? Schreiben Sie uns! Per Post an Redaktion LISA, Stichwort „Selbstliebe“, 77652 Offenburg oder per Mail an lisa@burda.com.

kann man ganz gut aussortieren, was nicht funktioniert, und das ist meistens der Großteil. Was übrig bleibt, ist das, was der Haut guttut.

Curfashion: Glauben Sie, dass die Psyche sich auf die Haut auswirken kann?

Sarah White: Absolut! Das kann man ganz gut körperlich begründen: Bei einem erhöhten Stresslevel steigt der Cortisol- und Testosteron-

„Pflegeroutinen tun gut – besonders in unruhigen Zeiten“

spiegel an, die Talgproduktion wird erhöht, die Durchblutung verändert sich – so kann es schnell zu unreiner oder schlecht versorgter Haut kommen.

Curfashion: Dann ist es jetzt wichtiger denn je, sich um die Haut zu kümmern?

Sarah White: Gerade jetzt, wo viel Unsicherheit herrscht, ist es wichtig, auf sich selbst zu achten und Routinen zu entwickeln, die einem guttun – auch Hautpflegeroutinen. Wer viel zu Hause ist, sollte die Hautpflege keinesfalls ausfallen lassen. Sie gibt nicht nur der Haut, sondern auch uns selbst ein gutes Gefühl.

Curfashion: Das bedeutet, wer gesunde Haut hat, fühlt sich direkt viel besser?

Sarah White: Unser Hautbild beeinflusst unsere Psyche massiv! In Jugendjahren hatte ich selbst starke Akne und habe mich dadurch oft unsicher gefühlt. Das hat sicherlich auch meinen Werdegang beeinflusst. Ich habe gemerkt, wie sehr das Selbstwertgefühl davon abhängt.

Curfashion: In der kalten Jahreszeit ist unsere Haut ja ohnehin besonders anspruchsvoll ...

Sarah White: Genau, im Winter sind es vor allem die äußeren Umstände, die der Haut Feuchtigkeit entziehen. Der Wechsel zwischen kalter Winterluft und warmer Heizungsluft trocknet die Haut aus. In dieser Zeit braucht sie also mehr Schutz und einen Ausgleich für den Feuchtigkeitsverlust – egal ob normale, trockene oder fettige Haut. Eine etwas reichhaltigere Creme im Winter ist außerdem ratsam. Die Fette schützen auch vor Kälte und Wind.

Curfashion: Viele Menschen leiden derzeit unter Masken-Akne – was raten Sie ihnen?

Sarah White: Das ist tatsächlich ein erschwerender Umstand für die Haut. Die Feuchtigkeit sammelt sich unter der Mund-Nasen-Bedeckung, wodurch die Haut aufquillt. Das Milieu unter dem Mundschutz verändert sich durch diese Feuchtigkeit – eine Brutstätte für Mikroorganismen. Diese können dafür sorgen, dass Akne oder Hautunreinheiten entstehen. Wer die Maske den ganzen Tag trägt, sollte diese alle zwei Stunden wechseln und Stoffe wie reine Seide wählen.

Curfashion: Welches Hautpflege-Extra möchten Sie unseren Leserinnen noch mit auf den Weg geben?

Sarah White: Da bietet sich ein Peeling an, bei sehr unreiner Haut gerne ruhig zweimal die Woche. Ich empfehle chemische Peelings statt solcher mit kleinen Körnern. Wer unreine Haut hat, würde so nur die Bakterien auf der Haut verreiben. Chemische Peelings mit Fruchtsäuren sorgen dafür, dass verstopfende Hautschüppchen, die auf den Poren liegen, sich ablösen und dadurch entstehen weniger Hautunreinheiten. Abrunden kann man dieses Wohlfühlprogramm zum Beispiel mit einer Gesichtsmaske. Das fühlt sich nicht nur richtig toll an, sondern unterstützt auch die Haut bei der Regeneration. Diese kleinen Auszeiten steigern das Wohlbefinden, reduzieren den Stress und das wiederum wirkt sich positiv auf die Haut aus – eine ganz tolle Wechselwirkung!



Mehr dazu auf dem Blog unter www.curfashion.de und www.instagram.com/curfashion

Diese Woche neu in den Online-Shops

▼ Basic-Piece

An gemütlichen Tagen möchten wir sie nicht missen. Sweatpants, 14,99 €, Gr. XS–XL, Baumwollmix, C&A



▲ Rockig

Eine coole Biker-Jacke gehört in die Garderobe einer jeden Fashionista. 39 €, Gr. XS–XL, Lederimitat, mister lady



▲ Zartes Apricot

In den Bouclé-Mantel kuscheln wir uns gerne ein. 79,95 €, Gr. 34–50, Polyester, White Stuff



▼ Happy Colour

Der Pullover in fröhlichem Gelb sorgt schon beim Anziehen für gute Laune. 19,99 €, Gr. S–XXL, Baumwollmix, Ernsting's family



▲ Feminin

Der integrierte Bindegürtel bringt das Kleid auf Taille. 71,95 €, Gr. 44–54, Polyester, Best.-Nr.: 4T072/00X, Rock Your Curves by Angelina K. über Happy Size



▲ Hippie-Style

Gürteltaschen sind 2021 der Hit. Das Modell aus braunem Leder macht Boho-Looks komplett. 25,95 €, Leder, White Stuff

▼ Tierisch schön

Für diese Boots stehen wir gerne Schlange! 53,95 €, Gr. 38–42, Lederimitat, Best.-Nr.: R0T11N000-G11, Rock Your Curves by Angelina K. über Zalando



► Karo? Klaro!

Das Trendmuster bleibt uns auch im neuen Jahr erhalten. Karo-Minirock, 14,99 €, Gr. 32–50, Baumwolle, Best.-Nr.: 96345381; Cardigan, 19,99 €, Gr. 32–50, Baumwollmix, Best.-Nr.: 96349081, bonprix



▲ Stylish

Passt toll zu einem weißen Strick-Pulli. Lederimitat-Rock, 23,99 €, Gr. 34–50, Polyester, Best.-Nr.: 93314995, bonprix

BEZUGSQUELLEN:
Die Adressen der Hersteller finden Sie auf Seite 35

Fotos: PR (9)