



Kunst der Berührung  
Behandlungen bei Ihrer Dr.Hauschka Naturkosmetikerin



„Der Mensch braucht  
zwei Schönheiten,  
eine innere  
und eine äußere“

– Elisabeth Sigmund –





## Vielleicht ist es eine Sehnsucht dieser Zeit

Die Sehnsucht nach einer Berührung, die tief geht und gleichzeitig die individuellen Grenzen des Menschen respektiert.

Die Sehnsucht nach sanfter Berührung, die dennoch nachklingt.

Kann es wirklich sein, dass eine Gesichtsbehandlung einen gesundenden Impuls für Haut und Organismus gibt?

Elisabeth Sigmund, die Mutter der Dr.Hauschka Kosmetik, entwickelte die Ideen für solch eine außergewöhnliche Gesichtsbehandlung in ihrem Stockholmer „Salon für die Pflege der Schönheit“.

„Es ist unser Antlitz, das wir als Erstes offenbaren.“ Dieser Gedanke und die Offenheit für neue Wege leiteten Elisabeth Sigmund, als ihre Behandlungsweise entstand.





## Lebendig durchströmt von Kopf bis Fuß

Mit einem duftenden Fußbad beginnt die Behandlung bei einer Dr.Hauschka Naturkosmetikerin. Der Stress des Tages löst sich in Wärme und Umsorgtsein auf. In achtsamer Hinwendung berührt die Kosmetikerin die Kundin mit rhythmisch-atmenden und fließenden Bewegungen. Das Herz der Behandlung bildet die Lymphstimulation, die die Kosmetikerin mit feinen Pinselstrichen und sanften Handbewegungen ausführt. Sie regt die Flüssigkeitsprozesse im Gewebe an und fördert die Regeneration und Gesundheit des Menschen. Sie entstaut, entschlackt und stärkt damit das Immunsystem.

Selbstverständlich gehören auch die Gesichtereinigung und -pflege mit der natürlichen Dr.Hauschka Kosmetik dazu sowie eine ausführliche Pflegeberatung: für Männer und Frauen gleichermaßen.

Die Klassische Dr.Hauschka Behandlung führt zu tiefer Entspannung und hinterlässt ein Gefühl des Durchströmteins, ein Gefühl von Licht, Leichtigkeit und innerer Balance.



Salbei - *Salvia officinalis*



## Mit dem Rhythmus pflegen

Der Rhythmus ist in der Behandlung der Dr.Hauschka Naturkosmetikerin ein wesentliches Element.

Unsere Haut birgt ihre eigenen Rhythmen: Zum Beispiel haben sich in 28 Tagen alle Zellen der obersten Hautschicht einmal erneuert. Tagsüber verhält sich die Haut anders als nachts: Im Tagesrhythmus ist sie als Schutzsystem gegenüber Umwelteinflüssen voll eingespannt, in ihrem Nachtrhythmus regeneriert sie sich. Die Dr.Hauschka Kosmetik, mit der die Kosmetikerin reinigt und pflegt, unterstützt diese Rhythmen und stabilisiert damit die hauteigenen Aktivitäten, zum Beispiel mit der fettfreien, wässrigen Nachtpflege.

Während der Behandlung regt die Dr.Hauschka Naturkosmetikerin die Flüssigkeitsströme im gesamten Körper an. Sie gibt der Haut und dem Organismus einen regenerierenden Impuls.



## Ankommen – bei sich

Wenn die Stockholmerinnen bei Elisabeth Sigmund im „Salon für die Pflege der Schönheit“ zum Termin kamen, waren ihre Hände meist kalt, Nacken und Schultern angespannt. Elisabeth Sigmund begann deshalb nach einer ausführlichen Begrüßung ihre Behandlung damit, etwas gegen diese Symptome zu unternehmen.

## „Kaum jemandem öffnet die Frau ihr Herz so sehr, wie ihrer Kosmetikerin“

Diese Erfahrung machte Elisabeth Sigmund immer wieder nach dieser umsorgenden Einstimmung. Bis heute ist der Dr.Hauschka Naturkosmetikerin die achtsame Begegnung mit ihren Kundinnen und Kunden überaus wichtig.

Weil in unserer kopflastigen Arbeitswelt die Füße oft kalt sind, unterstützt die Kosmetikerin das Ankommen durch ein wohltuendes Fußbad. Bein- und Fuß-einstreichungen setzen einen Kontrapunkt zum überlasteten Kopf und lösen so manchen Stress in Duft und Wohlgefühl auf.

Mit verschiedenen Bewegungen entspannen sich Nacken- und Rückenmuskulatur, Hände und Arme fühlen sich nach einer Einstreichung umhüllt an. So angenommen lässt sich die anschließende Gesichtsbehandlung richtig genießen.



Borretsch - *Borago officinalis*



## Natur pur für einen klaren Teint

Eine sanfte und belebende Reinigung mit Präparaten aus der Natur ist der erste Schritt für einen klaren, rosigen Teint.

Mit der Dr.Hauschka Reinigungsmilch entfernt die Kosmetikerin Make-up, die Dr.Hauschka Gesichtswaschcreme bindet Hautausscheidungen und angelagerte Schmutzpartikel. Beide Reinigungspräparate sind frei von Seifen und Tensiden und deshalb besonders schonend.

Duftkompressen auf Dekolleté und Gesicht sorgen für ein tiefes, entspanntes Durchatmen.

Das Dr.Hauschka Gesichtsdampfbad mit Zaubernuss, Kapuzinerkresse und Gänseblümchen und die Reinigungsmaske auf der Basis von Heilerde mit Zaubernuss und Kapuzinerkresse klären die Haut porentief und bereiten sie für die weiteren Pflegeschritte vor. Während die Reinigungsmaske wirkt, kühlen und entspannen Wattepad mit Dr.Hauschka Augenfrische die Augenpartie.

Die Dr.Hauschka Naturkosmetikerin macht übrigens bewusst kein Peeling. Sie entfernt bei der Reinigung nur das, was die Haut von selbst abgibt. Jedes Mehr kann die Haut irritieren.



Gänseblümchen - *Bellis perennis*



# Sanftes Strömen: die Lymphstimulation

Oft hatte Elisabeth Sigmund gesehen, dass das empfindliche Stützgewebe im Gesicht durch regelmäßige Massage seine Stützkraft verlieren und dadurch tendenziell erschlaffen kann. Das ließ sie auf die Suche nach einer Alternative gehen.

Eines Tages las sie in der Zeitung von der manuellen Lymphdrainage. Diese von Dr. Emil Vodder und seiner Frau Estrid entwickelte Methode schafft es, mithilfe pumpender, kreisender, flacher Griffe Lymphstauungen wieder in Fluss zu bringen. Elisabeth Sigmund besuchte Dr. Vodder in Kopenhagen und besprach mit ihm detailliert, wie sie seine Methode kosmetisch im Gesicht anwenden könnte. Das Leitungssystem für die Lymphe ist ein offenes System, in dem die Flüssigkeit im ersten Abschnitt in beide Richtungen fließen kann. Deshalb ist es unbedingt wichtig zu wissen, an welcher Stelle die Lymphe in welche Richtung angeregt werden muss, damit sie abfließt.

Nach einer intensiven Arbeitsphase mit Dr. Vodder konnte Elisabeth Sigmund in ihrem Studio die Lymphstimulation anwenden und erleben, wie die Kundinnen entspannten und das Gewebe entschlackte.

Manchmal war einer Kundin mit besonders empfindlicher Haut jede streichende Berührung mit den Händen zu viel. Das brachte Elisabeth Sigmund auf die Idee, für die stimulierenden Striche zwischendurch einen Pinsel zu verwenden. Die Lymphstimulation mit Pinseln war geboren.



Sonnenblume - Helianthus annuus

## Rhythmisch beleben: die Lymphstimulation

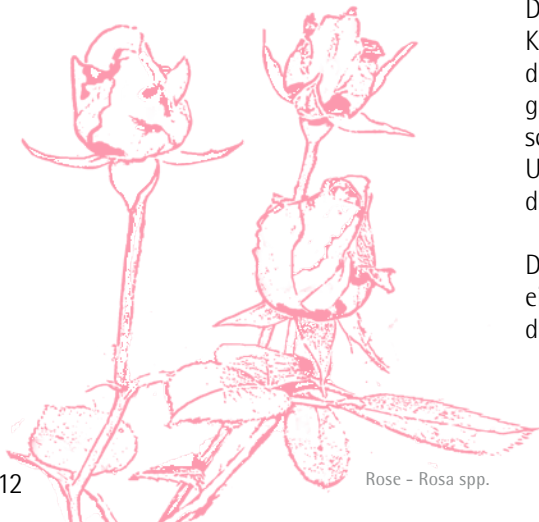
Die hauchdünnen Lymphkapillaren besitzen eine große Bedeutung für den Flüssigkeitsabtransport aus den Geweben. Das Lymphsystem transportiert vor allem Stoffwechselschlacken, Giftstoffe, Krankheitserreger und überschüssige Gewebeflüssigkeit ab. Ist der Lymphabfluss beeinträchtigt, kann sich lokal Flüssigkeit stauen.

Die Lymphstimulation gibt einen harmonisierenden und entstauenden Impuls über die Haut an den gesamten Organismus weiter. Abwechselnd mit ihren zart berührenden Händen und zwei weichen Pinseln stimuliert die Dr.Hauschka Naturkosmetikerin in ruhigen, rhythmischen Bewegungen die Flüssigkeitsströme in Bindegewebe und Lymphsystem.

Der Organismus entspannt und entkrampft dabei, die Flüssigkeitsströmungen im Körper harmonisieren sich, Sauerstoff und Nährstoffe gelangen wieder schneller zu den Zellen. Das Lymphsystem nimmt Stoffwechselendprodukte aus den Zwischen-  
geweben besser auf und transportiert sie rasch zu den Lymphknoten, wo sie unschädlich gemacht werden.

Umgekehrt transportiert die harmonisch fließende Lymphe Abwehrstoffe schneller dorthin, wo sie gebraucht werden.

Das Resultat: unterstützte Selbstreinigungskräfte, ein gestärktes Immunsystem und eine insgesamt gekräftigte Lebensorganisation, die von den Flüssigkeitsprozessen des Körpers getragen wird.



Rose - Rosa spp.



## Bereit für ausgleichende Pflege

Die menschliche Haut ist als Schutzhülle des Körpers äußeren und inneren Einflüssen ausgesetzt, die sie schwächen können. Trockenheit, Feuchtigkeitsmangel oder Fettüberproduktion, aber auch frühzeitige Alterung können die Folge sein. Dr.Hauschka Kosmetik betrachtet diese sich wandelnden Hautzustände als vorübergehende Hautbilder und kennt keine Einteilung in gleich bleibende Hauttypen.

Indem sie die Haut als ganzheitliches Organ anspricht und ihre Eigenaktivität anregt, hilft Dr.Hauschka Kosmetik ihr, sich selbst zu regenerieren.





Die Dr.Hauschka Naturkosmetikerin stimmt das Pflegeprogramm genau auf den Hautzustand ab. Sie wählt aus einem exklusiven Sortiment von Intensivpräparaten die richtigen für den aktuellen Hautzustand aus. Reichhaltige Masken als Extraportion Pflege mit Heilpflanzenauszügen sowie hochwertigen pflanzlichen Ölen wie Avocado und Jojobaöl beruhigen, glätten und regen die feuchtigkeitsbewahrenden Prozesse der Haut an. Während die Packung einwirkt, behandelt die Kosmetikerin mit fließenden Bewegungen und einem duftenden Dr.Hauschka Körperöl das Dekolleté, zum Beispiel mit Rosenblüten Körperöl.

An die Bedürfnisse der Haut angepasst, trägt die Dr.Hauschka Naturkosmetikerin abschließend die entsprechende Dr.Hauschka Tagespflege auf. Wundklee als Mittelpunktspflanze ist der Vermittler zwischen den abgrenzenden Tages- und den regenerierenden Nachtprozessen der Haut.



Zaubernuss - *Hamamelis virginiana*

Die Individualität der Gesichtszüge  
kommt besonders schön zur Geltung,  
wenn gekonnt Akzente gesetzt sind



## Natürliche Schönheit

Jeder Mensch birgt seine eigene Schönheit. Die Dr.Hauschka Dekorative Kosmetik unterstreicht zart Ihre natürliche Ausstrahlung. Das umfangreiche Sortiment mit Lippenstiften, Make-up, Puder, Rouge, Mascara, Kajal und Eyeshadow ist nach dem gleichen Konzept komponiert wie die pflegende Dr.Hauschka Kosmetik: natürliche Inhaltsstoffe und eine Rezeptur, die nicht nur schmückt, sondern gleichzeitig pflegt. Hochwertige Pflanzenöle und -wachse sowie ausgewählte Heilpflanzen machen es möglich.

Bei der Entwicklung der Serie arbeiteten Dr.Hauschka Naturkosmetikerinnen zusammen mit Künstlern an der Farbgestaltung. Das Ergebnis ist einzigartig: Die Dr.Hauschka Farbtöne besitzen ihr Eigenleben und entfalten auf jeder Haut eine ganz eigene Nuance.



Augentrost - Euphrasia rostkoviana



# Die Dr.Hauschka Behandlung: Thema mit Variationen

Die Dr.Hauschka Naturkosmetikerin bietet für ihre Kundinnen und Kunden neben der klassischen, umfassenden Dr.Hauschka Behandlung Varianten mit verschiedenen Schwerpunkten an.

## Klassische Dr.Hauschka Behandlung – 120 Minuten

Gönnen Sie sich einen Kurzurlaub der besonderen Art: Ein entspannendes Fußbad, Arm- und Handeinreibungen sowie duftende Kompressen lassen Sie tief durchatmen und sind die ideale Vorbereitung auf die anschließende Gesichtereinigung und -pflege mit der natürlichen Dr.Hauschka Kosmetik. Reinigungs- und Pflegemasken, dazu Intensivpflege mit Ampullen beleben und regenerieren. Die ergänzende Lymphstimulation mit feinen Pinseln entstaut, entschlackt und stärkt das Immunsystem. Die Klassische Behandlung hinterlässt ein Gefühl des Durchströmtheits, ein Gefühl von Licht, Leichtigkeit und innerer Balance.



Eibisch – *Althaea officinalis*

## Variationen

### **Dr.Hauschka Luxusbehandlung – 135 Minuten**

Es geht noch luxuriöser: Genießen Sie die Klassische Behandlung und erleben Sie als Besonderheit, wie die Dr.Hauschka Naturkosmetikerin Ihren Rücken sanft mit einbezieht. Für ein Wohlgefühl, das noch lange nachwirkt.

### **Dr.Hauschka Straffende Behandlung – 135 Minuten**

Die Klassische Behandlung lässt sich auch anders erweitern: mit einer entspannenden Pflege der Augenumgebung und einer straffenden Pflege des Halsbereichs.

### **Dr.Hauschka Revitalisierungsbehandlung – 90 Minuten**

Manchmal fühlt sich Ihre Haut genau so müde wie Sie. Die Revitalisierungsbehandlung ist der Muntermacher für müde Haut. Besonders empfehlenswert in Umstellungsphasen wie Jahreszeitenwechseln.

### **Dr.Hauschka Entspannungsbehandlung – 90 Minuten**

Eine Gesichtsbehandlung ohne Tiefenreinigung, die Sie so richtig von Kopf bis Fuß entspannen lässt.



### **Dr.Hauschka Reinigungsbehandlung – 60 Minuten**

Eine intensive Tiefenreinigung mit der natürlichen Dr.Hauschka Kosmetik klärt und verfeinert die Haut. Für einen strahlenden Teint.

### **Dr.Hauschka Spezialbehandlung für unreine, entzündliche Haut – 60 Minuten**

Eine Intensivbehandlung mit Dr.Hauschka Kosmetik, speziell auf die Regulierung der unreinen, entzündlichen Haut abgestimmt. Zu empfehlen im 14-tägigen Rhythmus, bis sich die Haut normalisiert hat.



# Atmende Hände: die Körperbehandlungen

Die Dr.Hauschka Körperbehandlungen stärken die aufbauenden Lebenskräfte, regen den Lymphstrom an und fördern dadurch Regeneration und Gesundheit des Menschen. Sie ergänzen auf sinnvolle Weise die Gesichtsbehandlungen. Ihr verbindendes Element ist der natürliche Rhythmus, der die Behandlungen so lebendig macht.

## Dr.Hauschka Ganzkörperbehandlung – 90 Minuten

Lassen Sie sich sanft berühren und tief entspannen. Die rhythmisch-atmende Berührungsqualität dieser Behandlung mit fließenden Bewegungen führt zu einem bewussten, lebendigen Erfahren. Finden Sie mit dieser Behandlung wieder zu sich und fühlen Sie sich einfach rundum wohl – von Kopf bis Fuß.

## Variationen

### Dr.Hauschka Rückenbehandlung – 30 Minuten

Oft ist der Rücken am meisten verspannt. Eine Behandlung zwischendurch mit der rhythmisch-atmenden Berührungsqualität der Ganzkörperbehandlung lässt Sie wieder durchatmen.

### Dr.Hauschka Hand- und Fußbehandlungen – jeweils 60 Minuten

Der Muntermacher für müde und strapazierte Hände und Füße. Diese Behandlung gönnt unseren wertvollsten Helfern Entspannung und Pflege in einem.





Unser Heilpflanzengarten

## Es begann mit einem Brief

*„Seit Ihrem Brief liebe ich Sie“*

So könnte eine Liebesgeschichte beginnen. Dieser an Elisabeth Sigmund gerichtete Ausspruch Dr. Rudolf Hauschkas markierte stattdessen den Beginn der Dr.Hauschka Kosmetik. Man schrieb das Jahr 1962. Der Wiener Chemiker Dr. Rudolf Hauschka hatte 1935 die Firma WALA gegründet, die anthroposophische Arzneimittel und diätetische Heilsäfte mit einem ganz neu entwickelten rhythmischen Verfahren herstellte. Nun wollte er das Sortiment um eine außergewöhnliche Kosmetik erweitern, die zu den Ideen der Firma passte. Er fragte mit einem Brief bei der ebenfalls aus Wien stammenden Kosmetologin Elisabeth Sigmund an. Ihre Antwort mit ungewöhnlichen Ideen zu neuen Kosmetikansätzen begeisterte Dr. Hauschka so sehr, dass er sie nach Eckwälden einlud.



## Ungewöhnliche Ideen für eine außergewöhnliche Kosmetik

Elisabeth Sigmund zögerte nicht lange, brach die Zelte in ihrer damaligen Heimat Stockholm ab und machte sich auf nach Eckwälden. Eine bunte Mischung von Menschen – Apotheker, Chemiker, anthroposophische Ärzte und Elisabeth Sigmund als Kosmetologin – entwickelten in einer intensiven Arbeitsphase die neue „WALA“-Kosmetik.

1967 war es so weit: Das Grundsortiment kam auf den Markt, damals unter dem Namen „Kosmetik-Präparate nach Elisabeth Sigmund“, später als Dr.Hauschka Kosmetik.

In ihrer mehr als vierzigjährigen Geschichte hat sich die Dr.Hauschka Kosmetik neben den WALA Arzneimitteln zum festen Standbein der Firma WALA entwickelt und findet heute in mehr als vierzig Ländern begeisterte Verwenderinnen und Verwender.

## Kontakt

Suchen Sie eine Dr.Hauschka Naturkosmetikerin in Ihrer Nähe?  
Informationen und Adressen von ausgewählten Kosmetikstudios,  
Wellnesshotels und Schönheitsfarmen finden Sie unter:  
[www.dr.hauschka.de/kosmetikbehandlung](http://www.dr.hauschka.de/kosmetikbehandlung)  
Oder rufen Sie unseren Kundenservice an. Sie erreichen ihn  
montags bis freitags von 8.00 bis 17.00 Uhr unter:

Tel. +49 (0) 7164 930-181

Fax +49 (0) 7164 930-297

[info@dr.hauschka.de](mailto:info@dr.hauschka.de)

Adressen der mehr als 40 internationalen Vertriebspartner finden Sie unter [www.wala.de](http://www.wala.de) im Menü „International“. Auskunft über Dr.Hauschka Naturkosmetikerinnen in Österreich, der Schweiz oder den Beneluxländern erhalten Sie hier:

Schweiz

**WALA Schweiz**

Könizstrasse 25

3008 Bern

Telefon +41 (0) 31 388 80-10

Telefax +41 (0) 31 388 80-11

[info@wala.ch](mailto:info@wala.ch)

Österreich

**Apotheke zum Rothen Krebs**

Lichtensteg 4

1011 Wien

Telefon +43 (0) 1 533 67 91

Telefax +43 (0) 1 533 67 91-20

[krebsapotheke@utanet.at](mailto:krebsapotheke@utanet.at)

Benelux

**WALA Nederland BV**

Van Gijnstraat 20

2288 GB Rijswijk

Telefon +31 (0) 70 395 50 95

Telefax +31 (0) 70 319 11 58

[info@dr.hauschka.nl](mailto:info@dr.hauschka.nl)

## Impressum

Kunst der Berührung

Behandlungen bei Ihrer Dr.Hauschka  
Naturkosmetikerin

Art.-Nr. 101 897 299 / W804 158

5. Auflage, 2008

© 2008 WALA Heilmittel GmbH

73085 Bad Boll/Eckwälden

DEUTSCHLAND

Telefon +49 (0) 7164 930-0

Telefax +49 (0) 7164 930-297

[www.wala.de](http://www.wala.de)

[www.walaarzneimittel.de](http://www.walaarzneimittel.de)

[www.walavita.de](http://www.walavita.de)

[www.dr.hauschka.de](http://www.dr.hauschka.de)

[info@wala.de](mailto:info@wala.de)

Fotos: Boris Kralj, Liganova GmbH, Deniz Saylan,  
Martina Schiendorfer, Arne Schneider, Christine  
Schneider, WALA Archiv, Zuckerfabrik digital

Illustrationen nach Fotos von Arne Schneider

Text: Catrin Cohnen

Verantwortlich für den Inhalt: Doris Mülherr

Layout: WALA Grafik, Gabi Greb

Koordination: Alexandra Blaha, Tanja Beil

Druck: greiserdruck, Raststadt

Papier: 100% Recyclingpapier

[www.dr.hauschka.de](http://www.dr.hauschka.de)