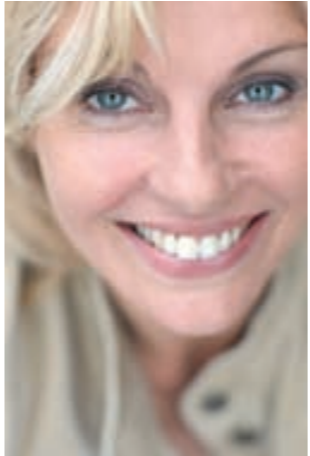
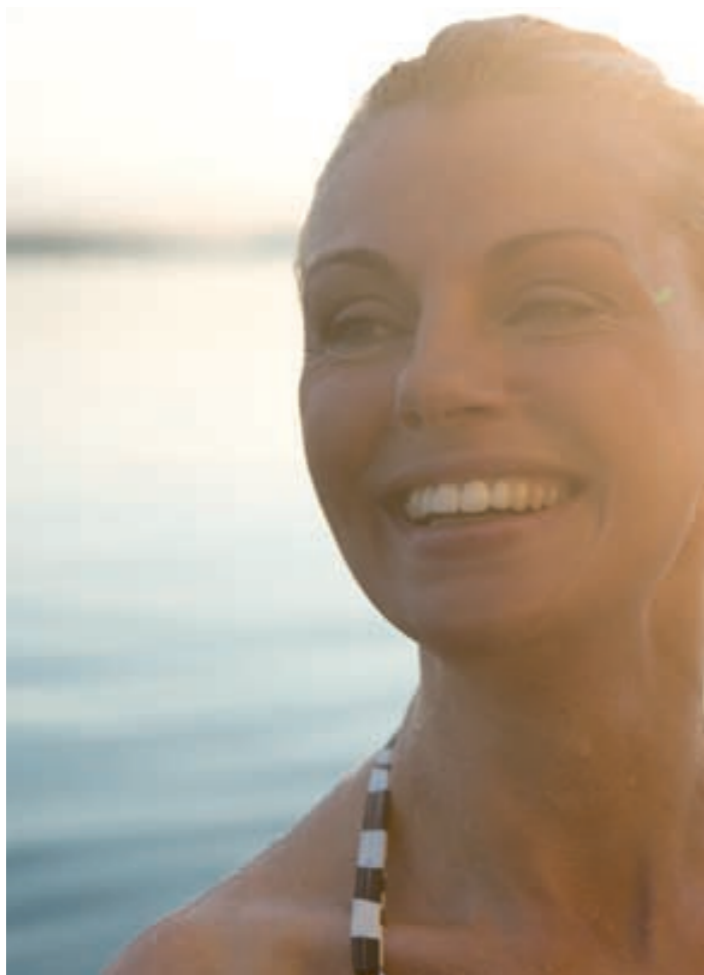
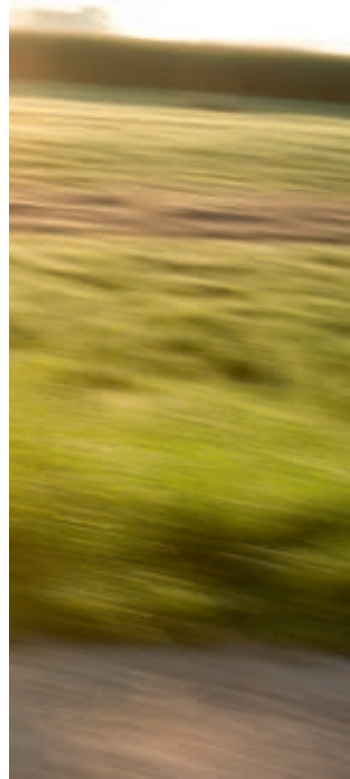


# Zeitlos schön

die neue Regenerationspflege für anspruchsvolle, reife Haut

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





Eine innere Ruhe entsteht mit den Jahren, aus der heraus das eigene ausdrucksvolle Ich leuchtet. Der Weg dorthin ist voller Überraschungen und Erlebnisse. Ein bunter Weg, der seine Geschichten in das Gesicht zeichnet. Spuren, die ein Gesicht schön und einzigartig machen.

## Inhaltsstoffe

### Regenerations Creme

**Inhaltsstoffe:** Wasser, Jojobaöl, Mandelöl, Olivenöl, Alkohol, Avocadoöl, Glycerin, Auszug aus Rosenblüten, Bienenwachs, Zucker-Fettsäureester, Rosenwasser, Hektorit, Auszüge aus Rotklee und Eibischwurzel, Ätherische Öle, Lecithin, Himbeersamenöl, Kleeblütenhonig, Sheabutter, Auszüge aus Ackerschachtelhalm, Bryophyllum und Acerolafrüchten, Meerestalganauszug, Glycerin-Fettsäureester, Milchsäure-Fettsäureester, Stearinsäure.

**Ingredients:** Aqua, Simmondsia Chinensis Oil, Prunus Amygdalus Dulcis Oil, Olea Europaea Oil, Alcohol, Persea Gratissima Oil, Glycerin, Rosa Damascena Extract, Cera Alba, Sucrose Laurate, Rosa Damascena Distillate, Hectorite, Trifolium Pratense Extract, Althaea Officinalis Extract, Parfum, Limonene\*, Citronellol\*, Linalool\*, Geraniol\*, Benzyl Benzoate\*, Farnesol\*, Citral\*, Eugenol\*, Benzyl Salicylate\*, Lysolecithin, Rubus Idaeus Seed Oil, Mel, Butyrospermum Parkii Butter, Equisetum Arvense Extract, Kalanchoe Daigremontiana Extract, Malpighia Punicifolia Fruit Extract, Chondrus Crispus Extract, Glyceryl Stearate, Sodium Stearoyl Lactylate, Stearic Acid.

### Regenerations Serum

**Inhaltsstoffe:** Wasser, Alkohol, Auszug aus Quittensamen, Glycerin, Auszug aus Rotklee, Alginat, Auszug aus Bryophyllum, Kleeblütenhonig, Ätherische Öle, Zucker-Fettsäureester, Guarmehl.

**Ingredients:** Aqua, Alcohol, Pyrus Cydonia Seed Extract, Glycerin, Trifolium Pratense Extract, Algin, Kalanchoe Daigremontiana Extract, Mel, Parfum, Limonene\*, Geraniol\*, Citronellol\*, Linalool\*, Benzyl Benzoate\*, Farnesol\*, Citral\*, Eugenol\*, Sucrose Laurate, Cyamopsis Tetragonoloba Gum.

### Intensivkur 04 anspruchsvolle, reife Haut

**Inhaltsstoffe:** Wasser, Sandelholzwasser, Sole (Bad Bentheim), Ätherische Öle, Auszüge aus Madonnenlilie<sup>1</sup>, Ginkgo<sup>1</sup>, Olivenblättern<sup>1</sup>, Weißdorn<sup>1</sup> und Eibischblättern<sup>1</sup>, Blattgold<sup>1</sup>, Bernstein<sup>1</sup>, Blauer Turmalin (Indigolith)<sup>1</sup>, Weiselsaft (Gelée Royale)<sup>1</sup>, Honigwabe<sup>1</sup>.

**Ingredients:** Aqua, Santalum Album Distillate, Sales, Parfum, Liliium Candidum Extract<sup>1</sup>, Ginkgo Biloba Extract<sup>1</sup>, Olea Europaea Leaf Extract<sup>1</sup>, Crataegus Monogyna Extract<sup>1</sup>, Althaea Officinalis Leaf Extract<sup>1</sup>, Gold<sup>1</sup>, Amber Powder<sup>1</sup>, Tourmaline<sup>1</sup>, Royal Jelly<sup>1</sup>, Mel<sup>1</sup>.

### Intensivkur 05 Haut in den Wechseljahren

**Inhaltsstoffe:** Wasser, Rosenwasser, Sole (Bad Bentheim), Ätherische Öle, Auszüge aus Gänseblümchen<sup>1</sup>, Lindenblüten<sup>1</sup>, Mönchspfeffer<sup>1</sup> und Traubensilberkerze<sup>1</sup>, Rubin<sup>1</sup>, Silberglanz (Argentit)<sup>1</sup>.

**Ingredients:** Aqua, Rosa Damascena Distillate, Sales, Parfum, Citronellol\*, Bellis Perennis Extract<sup>1</sup>, Tilia Cordata/Platyphyllos Extract<sup>1</sup>, Vitex Agnus Castus Extract<sup>1</sup>, Cimicifuga Racemosa Extract<sup>1</sup>, Ruby Powder<sup>1</sup>, Argentite<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>in verdünnter, rhythmisierter Form.

\*Bestandteil natürlicher ätherischer Öle.

Dr.Hauschka Kosmetik ist erhältlich in autorisierten Apotheken, Naturkostfachgeschäften, Reformhäusern, Naturkosmetikfachgeschäften, Department Stores und bei Dr.Hauschka Naturkosmetikerinnen. Adressen der mehr als 30 internationalen Vertriebspartner finden Sie im Internet unter [www.wala.de](http://www.wala.de) im Menü „International“.

### Impressum

1. Auflage

©2008 WALA Heilmittel GmbH

73087 Bad Boll/Eckwälden

DEUTSCHLAND

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

Fotos: Michael Müller, Arne Schneider, WALA Archiv, Liganova GmbH

Text: Catrin Cohnen

Layout: Liganova GmbH

Koordination: Marion Buck, Alexandra Blaha

Druck: haka print und medien, Ostfildern-Ruit

Art.-Nr. 102 246 799 / W708976

# Der Mensch hat zwei Schönheiten – eine innere und eine äußere

Elisabeth Sigmund

Schönheit ist keine Frage des Alters. Jeder Tag, den wir leben, bereichert unseren Erfahrungsschatz und schenkt uns eine ganz eigene wunderbare Ausstrahlung. Mit den Jahren wächst eine Gelassenheit aus der Erfahrung, die den Blick für den Weg klarer macht. Eine Frau ab vierzig strahlt dadurch eine Würde und Lebendigkeit aus, um die sie manch junge Frau beneiden kann.

Älter werden hat eben auch Vorteile. Dass unsere Kräfte sich beim Altern verlagern, hat dabei seine guten Seiten. Wenn die Energie nicht mehr so stark körpergebunden ist, steht sie frei für geistige Aktivitäten. Es ist eine Phase des Neubeginns, in der auch das soziale Leben einen neuen Stellenwert erhält.

## Gepflegte reife Haut – Schönheit aus der Natur

Hautalterung ist ein ganz natürlicher Prozess. Aufhalten lässt er sich nicht. Eine Pflege, die die Eigenaktivität der Haut unterstützt, kann ihn allerdings verlangsamen.

Dr.Hauschka Regenerations Serum und Regenerations Creme sind die richtigen Partner für die reife, anspruchsvolle Haut. Sie unterstützen ihre Vitalität und stärken sie mit den Kräften der Natur.

Die Dr.Hauschka Intensivkuren 04 und 05 ergänzen die Basispflege der reifen Haut und verleihen einen zusätzlichen normalisierenden Impuls. Das Ergebnis: eine einzigartige, gesunde Ausstrahlung.

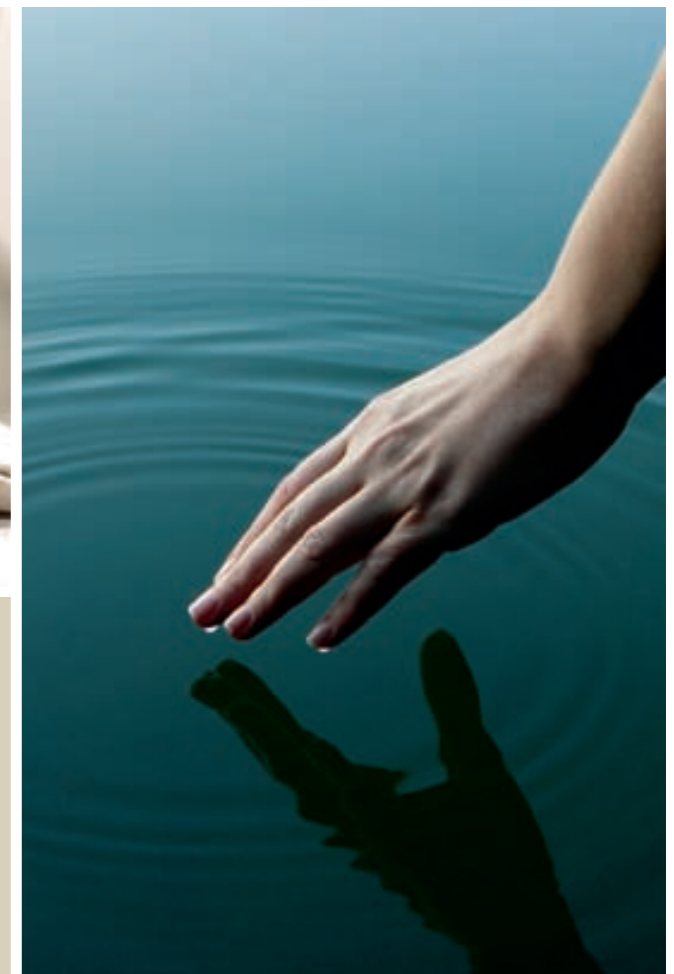


**Dr.Hauschka Regenerations Creme**  
glättend aufbauende Tagespflege

**Dr.Hauschka Regenerations Serum**  
straffend vitalisierende Feuchtigkeitspflege

**Dr.Hauschka Intensivkur 04**  
glättet und vitalisiert anspruchsvolle, reife Haut

**Dr.Hauschka Intensivkur 05**  
harmonisiert und stärkt die Haut in den Wechseljahren

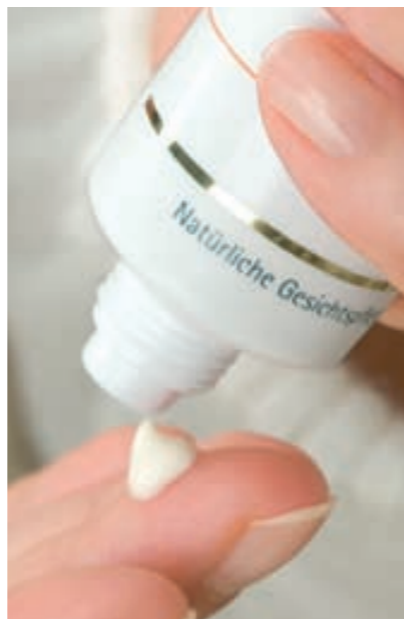


### Anwendung Morgens:

Für ein optimales Ergebnis nach der morgendlichen Reinigung zunächst das Dr.Hauschka Regenerations Serum sparsam auf der Haut verteilen. Anschließend die Regenerations Creme auf Gesicht, Hals und Dekolleté auftragen.

### Abends:

Für die Nacht das Gesicht nach der Reinigung mit dem fettfreien Regenerations Serum verwöhnen.



## Dr.Hauschka Regenerations Creme

glättend aufbauende Tagespflege für anspruchsvolle, reife Haut

Die Dr.Hauschka Regenerations Creme mit hochwertigen pflanzlichen Ölen wie Himbeersamenöl, Avocadoöl und Sheabutter verleiht der anspruchsvollen, reifen Haut Schutz für den Tag.

Die duftende, sahnige Komposition mit vitalem Brutblatt, isoflavonreichem Rotklee, kieselhaltigem Ackerschachtelhalm, vitaminreichen Acerolafrüchten sowie harmonisierenden Rosenblüten gibt der Haut den Impuls, sich aus eigener Kraft zu regenerieren.

### Die Tagescreme

- mildert Trockenheitsfältchen und -linien
- verfeinert und glättet das Hautbild
- unterstützt die Spann- und Formkraft der Haut
- lässt Ihre Haut strahlend, weich und gepflegt aussehen
- beruhigt auch gerötete und empfindliche Haut

# Dr.Hauschka Regenerations Serum

straffend vitalisierende Feuchtigkeitspflege für anspruchsvolle, reife Haut

Das fettfreie Dr.Hauschka Regenerations Serum für die Tag- und Nachtpflege ist auf die Bedürfnisse der anspruchsvollen, reifen Haut abgestimmt. Das Serum vermittelt der zunehmend trockeneren Haut reichlich Feuchtigkeit und ein frisches, gestrafftes Hautgefühl.

### Das Serum

- mildert Trockenheitsfältchen und -linien
- stärkt die Hautfunktionen
- reguliert die Feuchtigkeit der Haut
- verfeinert und strafft das Hautbild fühlbar
- beruhigt auch die gerötete und empfindliche Haut

Die Komposition mit feuchtigkeitsregulierendem Quittensamenextrakt, isoflavonreichem Rotklee, vitalem Brutblatt sowie Kleeblütenhonig gibt der Haut den Impuls, sich aus eigener Kraft zu regenerieren.

In Verbindung mit Dr.Hauschka Regenerations Creme erfahren Sie ein spürbar neues Hautgefühl.



Quittensamen

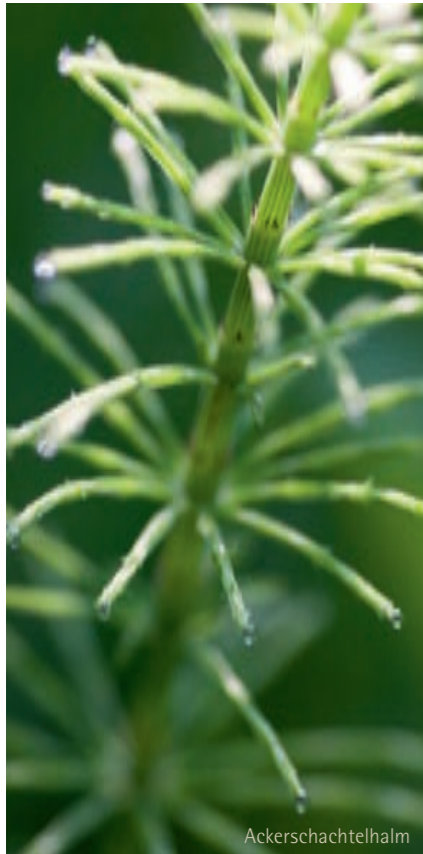
### Anwendung

#### Morgens:

Für ein optimales Ergebnis nach der morgendlichen Reinigung zunächst ein bis zwei Spenderhübe Dr.Hauschka Regenerations Serum auf der Haut verteilen. Anschließend die Regenerations Creme auf Gesicht, Hals und Dekolleté auftragen.

#### Abends:

Für die abendliche Pflege tragen Sie zwei Spenderhübe des fettfreien Regenerations Serums auf die gereinigte Haut auf. Danach bitte nicht mehr eincremen.



Ackerschachtelhalm



## Nachtpflege ohne Fett? Warum ist das gut für die Haut?

Das Dr.Hauschka Pflegekonzept überrascht durch eine außergewöhnliche Besonderheit – die fettfreie Nachtpflege. Warum ist das gut für die Haut?

Die gesunde, ausgeglichene Haut besitzt von Natur aus alle Kräfte, sich selbst zu regenerieren, zu durchfeuchten und zu schützen. Mit zunehmendem Alter werden diese Regenerationskräfte schwächer. Eine Kosmetik, die die Haut in ihrer Eigenaktivität und in ihren Rhythmen stärkt, ist deshalb wichtig.

Das fettfreie Regenerations Serum unterstützt die gesunden Rhythmen und den nächtlichen Stoffwechsel der Haut, der dann am aktivsten ist. Statt die natürlichen Ausscheidungsprozesse mit einer fetthaltigen Pflege zu belasten, enthält das Regenerations Serum wässrige, stimulierende und regenerierende Pflanzenessenzen.

Durch sie kann die Haut frei atmen, Schwächen und Einseitigkeiten überwinden. Sie bleibt gesund und schön.

Die gesunde, ausgeglichene Haut besitzt von Natur aus alle Kräfte, sich selbst zu regenerieren.

## Dr.Hauschka Intensivkur 04

glättet und vitalisiert anspruchsvolle, reife Haut

Die Dr.Hauschka Intensivkur 04 ist speziell auf die Bedürfnisse der anspruchsvollen, reifen Haut abgestimmt, die einen zusätzlichen normalisierenden Impuls benötigt. Sie ist feuchtigkeitsbewahrend, glättet und vitalisiert. Die Komposition vereint ausgesuchte Schätze der Natur in rhythmisierter Form: die vitalisierenden Edelsteine Blauer Turmalin und Bernstein, regenerierendes Gold, die feuchtigkeitsbewahrenden Heilpflanzen Madonnenlilie und Eibisch, stärkende Ginkgo- und Olivenblätter, Gelée Royale, natürliche Thermalsole aus dem Kurort Bad Bentheim und Sandelholzwasser.

Die Intensivkur 04 für 28 Tage zum Aufsprühen

- erhält und fördert die Regenerationskräfte der Haut
- verfeinert und glättet spürbar das Hautbild
- beugt Trockenheitsfältchen vor
- unterstützt die Spann- und Formkraft der Haut
- lässt die Haut strahlend weich und gepflegt aussehen



### Anwendung

Als harmonisierende Kur über 28 Tage viermal im Jahr.

### Morgens:

Nach der morgendlichen Reinigung etwa fünf Sprühstöße der Dr.Hauschka Intensivkur anstelle des Dr.Hauschka Regenerations Serums auf das Gesicht aufsprühen. Sanft mit den Händen aufdrücken. **Morgens** im Anschluss die Dr.Hauschka Regenerations Creme auftragen.

### Abends:

**Am Abend** nach der Reinigung die Intensivkur aufsprühen. Danach bitte nicht mehr eincremen.

### Anwendung

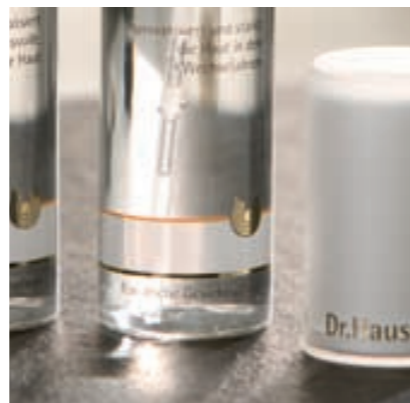
Als harmonisierende Kur über 28 Tage viermal im Jahr.

### Morgens:

Nach der morgendlichen Reinigung etwa fünf Sprühstöße der Dr.Hauschka Intensivkur anstelle des Dr.Hauschka Regenerations Serums auf das Gesicht aufsprühen. Sanft mit den Händen aufdrücken. **Morgens** im Anschluss die Dr.Hauschka Regenerations Creme auftragen.

### Abends:

**Am Abend** nach der Reinigung die Intensivkur aufsprühen. Danach bitte nicht mehr eincremen.



Argentin

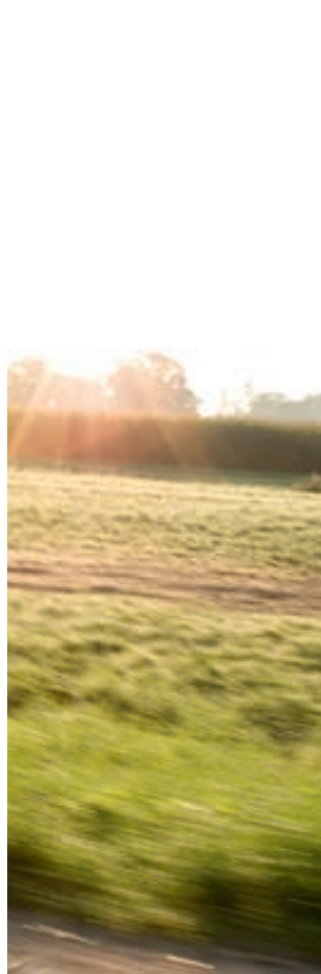
## Dr.Hauschka Intensivkur 05

harmonisiert und stärkt die Haut in den Wechseljahren

Die Dr.Hauschka Intensivkur 05 ist speziell auf die Bedürfnisse der Haut in den Wechseljahren abgestimmt, die oft Rötungen und Pigmentierungen zeigt. Sie hilft der Haut, sich zu regenerieren, und stärkt sie. Die Komposition vereint ausgesuchte Schätze der Natur in rhythmisierter Form: den kräftig rot leuchtenden Rubin und das silberhaltige Mineral Argentin, die ausgleichenden Heilpflanzen Mönchspfeffer und Traubenkerze, natürliche Thermalsole aus dem Kurort Bad Bentheim und harmonisierendes Rosenwasser.

Die Intensivkur 05 für 28 Tage zum Aufsprühen

- erhält und fördert die Regenerationskräfte der Haut
- hilft bei Rötungen durch Hitzewallungen
- unterstützt das Abblassen wechseljahrsbedingter Pigmentierungen im Gesichts- und Halsbereich
- gleicht die nachlassende Vitalität der Haut aus
- lässt die Haut strahlend weich und gepflegt aussehen



## Was passiert mit der Haut, wenn sie älter wird?

Ab dem vierzigsten Lebensjahr schwindet die Vitalität der Haut auf vielen Ebenen.

Die Haut verliert allmählich die Fähigkeit, Feuchtigkeit zu binden, und wird dadurch zunehmend trockener, schuppiger und verliert an Elastizität. Fältchen sind die Folge.

Talg- und Schweißproduktion nehmen ab und dadurch die Schutzfunktion der Haut, die oft gleichzeitig

empfindlicher, einfach dünnhäutiger gegenüber Einflüssen von außen wird.

Die Vitalität geht übrigens nicht verloren. Vielmehr verlagert sie sich auf neue, geistige und soziale Aufgaben. Hautalterung? Ein Zeichen des Neuanfangs.

## Tagespflegeplan für reife Haut

16

Glättend straffende Pflege für das ganze Jahr

<b>Reinigen</b>	Gesichtswaschcreme	tensidfreie Mandel-Heilpflanzen-Komposition unterstützt die Selbstreinigungskräfte der Haut
<b>Straffen und Vitalisieren</b>	Regenerations Serum	straffend vitalisierende Feuchtigkeitspflege (fettfrei)
<b>Pflegen</b>	Regenerations Creme	glättend aufbauende Tagespflege

Harmonisierende Intensivpflege über 28 Tage viermal im Jahr

<b>Reinigen</b>	Gesichtswaschcreme	tensidfreie Mandel-Heilpflanzen-Komposition unterstützt die Selbstreinigungskräfte der Haut
<b>Normalisieren und Regenerieren</b>	Intensivkur 04	normalisiert und unterstützt die Regeneration glättet und vitalisiert anspruchsvolle, reife Haut
	Intensivkur 05	harmonisiert und stärkt die Haut in den Wechseljahren hilft bei Rötungen und Pigmentierungen
<b>Pflegen</b>	Regenerations Creme	glättend aufbauende Tagespflege

## Nachtpflegeplan für reife Haut

17

Glättend straffende Pflege für das ganze Jahr

<b>Make-up-Entfernung</b>	Reinigungsmilch	sanfte, tensidfreie Reinigungsmilch erhält den natürlichen Hydro-Lipid-Mantel der Haut
<b>Reinigen</b>	Gesichtswaschcreme	tensidfreie Mandel-Heilpflanzen-Komposition unterstützt die Selbstreinigungskräfte der Haut
<b>Straffen und Vitalisieren</b>	Regenerations Serum	straffend vitalisierende Feuchtigkeitspflege (fettfrei)

Harmonisierende Intensivpflege über 28 Tage viermal im Jahr

<b>Make-up-Entfernung</b>	Reinigungsmilch	sanfte, tensidfreie Reinigungsmilch erhält den natürlichen Hydro-Lipid-Mantel der Haut
<b>Reinigen</b>	Gesichtswaschcreme	tensidfreie Mandel-Heilpflanzen-Komposition unterstützt die Selbstreinigungskräfte der Haut
<b>Normalisieren und Regenerieren</b>	Intensivkur 04	normalisiert und unterstützt die Regeneration glättet und vitalisiert anspruchsvolle, reife Haut
	Intensivkur 05	harmonisiert und stärkt die Haut in den Wechseljahren hilft bei Rötungen und Pigmentierungen

## Entspannt und schön: Lassen Sie sich von einer Dr.Hauschka Naturkosmetikerin verwöhnen

Dr.Hauschka Naturkosmetikerinnen verwöhnen Sie mit einer einzigartigen Gesichtsbildung, die bis in die Fußspitzen entspannt und die Haut intensiv reinigt und pflegt. Es ist eine Behandlung, die mit einem Fußbad beginnt und in deren Mittelpunkt die entschlackende und entstauende Lymphstimulation mit feinen Pinseln steht. Der Stress des Tages löst sich in Wärme und Umsorgtheit auf.

Die Klassische Dr.Hauschka Behandlung lässt Ihre Haut aufleben, sie fühlt sich wieder glatt und straff an. Die Behandlung führt zu tiefer Entspannung und hinterlässt ein Gefühl des Durchströmteins und innerer Balance.

Dr.Hauschka Naturkosmetikerinnen beraten Sie zudem bei allen Fragen rund um die Haut und stellen Ihnen ein individuelles, auf die anspruchsvolle reife Haut zugeschnittenes Pflegeprogramm zusammen.

Adressen von Dr.Hauschka Naturkosmetikerinnen in Ihrer Nähe finden Sie unter:  
[www.dr.hauschka.de/service](http://www.dr.hauschka.de/service)





## Was ist das Geheimnis der Dr.Hauschka Kosmetik?

Zutaten aus der Natur, ausgewählte Heilpflanzen, ein ganz eigenes Behandlungskonzept und ein Kerngedanke, der die Kosmetik und das Pflegekonzept prägt. Die Haut besitzt eigene Kräfte, sich zu versorgen und zu regenerieren. Eine Kosmetik muss sie darin unterstützen. Das macht die Einzigartigkeit der Dr.Hauschka Kosmetik aus.

Elisabeth Sigmund, die Pionierin der Naturkosmetik, entwickelte zusammen mit der WALA Heilmittel GmbH die Dr.Hauschka Kosmetik. Das Unternehmen WALA stellt seit 1935 die anthroposophischen WALA Arzneimittel aus Natursubstanzen her. 1967 kam die Naturkosmetik neu dazu.



Das Pflegesortiment der Dr.Hauschka Kosmetik:

- ist frei von chemisch-synthetischen Duft-, Farb- und Konservierungsstoffen
- ist frei von Mineralölen, Parabenen, Silikonen und PEG
- ist dermatologisch auf Verträglichkeit getestet
- ist BDIH-zertifizierte „Kontrollierte Natur-Kosmetik“



## Qualität aus der Natur – der Erde zuliebe

Aus der Natur für den Menschen. Das ist nicht nur der Wahlspruch der WALA Heilmittel GmbH. Es ist vielmehr Ausdruck der gesamten Firmenkultur und Basisgedanke bei all ihren Marken: ob WALA Arzneimittel, WalaVita oder Dr.Hauschka Kosmetik. Hochwertige pflanzliche Öle, natürliche Wachse, hautpflegende Heilpflanzen und natürliche ätherische Öle sind Inhaltsstoffe der Dr.Hauschka Kosmetik, die ihre unverwechselbare Qualität aus-

machen – und das seit mehr als vierzig Jahren. Die nachwachsenden Rohstoffe bedürfen dabei einer weitsichtigen Planung und gewissenhaften Qualitätsprüfung. Sie stammen unter anderem aus dem eigenen, biologisch-dynamisch bewirtschafteten Heilpflanzengarten und kommen, wann immer möglich, aus biologisch-dynamischem, kontrolliert-biologischem Anbau oder aus Wildsammlungen.

Ob Rosen aus Bulgarien oder Sheabutter aus Burkina Faso: Mit Anbauprojekten in der ganzen Welt sorgt die WALA für Inhaltsstoffe in bester Qualität, fördert den biologisch-dynamischen Landbau und ermöglicht Menschen strukturarmer Länder eine selbstbestimmte Zukunft.

## Besondere Pflanzen in der Dr.Hauschka Regenerationspflege

Rotklee – *Trifolium pratense*



### Rotklee – isoflavonreicher Wiesenbewohner

Bald aus jeder Wiese lugen die kugeligen rotweißen Igelköpfchen des Rotklee (*Trifolium pratense*). Im Blütenkopf sind zahlreiche längliche Einzelblütchen vereint, die von langrüsseligen Hummeln bestäubt werden. Rotklee ist besonders reich an Isoflavonen – Substanzen, die den Östrogenen sehr ähnlich sind und deshalb auch als Phytoöstrogene bezeichnet werden. Den Rotklee schützen sie vor Fressfeinden, der Haut helfen sie bei vorzeitigen Alterserscheinungen.

Für das Regenerations Serum und die Regenerations Creme verarbeiten WALA Mitarbeiter Rotklee aus kontrolliert-biologischem Anbau. Sieben Tage lang darf der Ansatz in großen Steinzeugtöpfen reifen.

Morgens und abends rühren WALA Mitarbeiter die entstehende Essenz kräftig um und lassen dabei Licht an die ansonsten dunkel stehende Flüssigkeit. Ein rhythmisches Verfahren, das die Polaritäten der Natur in die Essenz einfließen lässt.

### Brutblatt – Ausdruck nie versiegender Vitalität

Wenn um einen Fenstersims viele kleinste Pflänzchen verstreut liegen, kann das Brutblatt oder Bryophyllum nicht fern sein. In seinen gezähnten Blattwinkeln sitzen wie Scharen von Kindern kleine Brutknospen, Miniaturen der Mutterpflanze, die auf Erde gesetzt schnell wurzeln und zu eigenständigen Pflanzen heranwachsen. Blätter und Stängel der tropischen Pflanze speichern reichlich Wasser, das durch eine Wachsschicht vor Verdunstung geschützt ist. Beruhigende Feuchtigkeit, die das Brutblatt der Haut spendet.

### Ackerschachtelhalm – kieselhaltige Urpflanze

Den Ackerschachtelhalm könnte man blind sofort ertasten. Diese urtümliche Pflanze fühlt sich wegen des hohen Kieselgehaltes extrem rau an. Vor vielen Millionen Jahren bedeckten große Schachtelhalmwälder die Erde, damals allerdings wuchsen die Verwandten des heutigen, maximal 50 Zentimeter messenden Ackerschachtelhalmes bis zu 30 Meter hoch. Die enthaltene Kieselsäure stärkt und festigt das Bindegewebe und die Haut.

Brutblatt – *Kalanchoë daigremontiana*



Ackerschachtelhalm –  
*Equisetum arvense*





## Das Model

### Gabriela

Wer bin ich, was möchte ich? Das sind Fragen, auf die Gabriela mit ihren jetzt 46 Jahren endlich Antworten findet. Die Dr.Hauschka Naturkosmetikerin fühlt sich vollkommen im Hier und Jetzt. Dieses „Das mache ich später mal“ gibt es nicht mehr. Genau jetzt ist der Zeitpunkt zum Handeln. Dabei ist ihr das Älterwerden im Inneren sehr wichtig, das Reifen der Persönlichkeit. Daraus entsteht eine Gelassenheit, die es unnötig macht, sich an Kleinigkeiten und Äußerlichkeiten aufzuhalten.