

NATURKOSMETIK SELBER MACHEN – AUS GUTEM GRUND!

Wir alle wollen natürliche, ebenmäßige, feinporige Haut und, wenn wir älter sind, nur sympathische Lachfältchen und keine fiesen Trockenheits- oder Zigarettenfalten. Nur wie soll man in dem Dschungel an Informationen am Kosmetikmarkt erkennen, was wirklich hilft?

Ich kann es verstehen: Unmittelbare Faltenauffüllung und ein glattes Hautbild über Nacht klingen vielversprechend. Wer unter seinem Hautbild leidet, möchte möglichst sofort Besserung sehen. Doch steht die kurzfristige Besserung nicht der langfristigen Hautgesundheit im Weg? Was tut gut? Was ist gesund?

GESUNDE HAUT IST SCHÖNE HAUT

Hautgesundheit wird dann erzielt, wenn die natürlichen Funktionen unserer Haut ungestört ablaufen können. Wir wollen demnach die Hautfunktionen unterstützen und sie keinesfalls ersetzen.

Wie schade wäre es, wenn wir in bester Absicht, unserer Haut Gutes zu tun, den natürlichen Funktionen unserer Haut im Wege stehen würden – einfach weil wir ihr nicht geben, was sie braucht! Dem können wir nur mit Wissen vorbeugen.

WARUM VERSCHWINDEN ÜBERHAUPT PICKEL

DURCH HAUTPFLEGE?

Ich möchte verstehen, was da auf meiner Haut passiert. Ich will wissen, wie genau die vorzeitige Hautalterung aufgehalten wird und wie Pickel über Nacht verschwinden. Nur wenn du dich damit beschäftigst, was du dein Organ Haut täglich in sich aufnehmen lässt, und wenn du möglichst den Rührlöffel selbst in die Hand nimmst, findest du das heraus. Falls das Selberrühren doch nichts für dich ist – kein Thema: Dann befolge einfach die Empfehlungen in diesem Buch, und du wirst mit funktionierender Hautpflege belohnt.

WO KOMMEN DIE PRODUKTE HER?

Seit Onlineshopping nur drei Klicks und

einen Tag später ein Päckchen vor die Haustür bringt, sind wir vollständig daran gewöhnt, nicht zu wissen, wo unsere Produkte herkommen. Wer weiß, wer unser Päckchen gepackt hat, wo das Päckchen seinen Ursprung hat, wo und von wem die Plastikflasche im Bad hergestellt wurde und woher die Inhaltsstoffe stammen? Wir blenden in unserem Alltag auch die Frage aus, welche Kinderarbeit, welche Fabriken und welche Umweltbelastungen wir irgendwo auf der Welt mit unserem Konsumverhalten unterstützen. In einer Welt voller Konsum möchte ich persönlich und mit NKM, Naturkosmetik München, nicht mehr Konsum, sondern bewussteren und besseren Konsum fördern: mit der Produktion im europäischen Mittelstand, mit kurzen Transportwegen und mit transparenten Produktionsketten. Es bedeutet mir sehr viel, dass ich für die Art

und Weise, wie wir bei NKM alles neu denken, sogar von Forbes als eine von den »30 under 30« Europas ausgezeichnet wurde. Es ist mein Anliegen, mit diesem Buch ebenso wie mit NKM, Naturkosmetik München, das Wissen um Naturkosmetik zu verbreiten.