

Winterspecial für die Füße

WEISSE WELLNESS

In den Wintermonaten benötigen nicht nur **kalte Füße** intensive Pflege. Auch die Seele friert – und freut sich über **Streicheleinheiten**. Schenken Sie **Wärme** und Zuwendung

Viele Menschen sehen den kalten, grauen Wintertagen mit gemischten Gefühlen entgegen. Die Sonne lässt sich nur selten sehen und statt Schnee gibt es vielerorts nur Schmuddelwetter.

Der Mangel an Licht und Wärme drückt auf die Stimmung. Verwöhnprogramme stehen daher in den kommenden Wochen besonders hoch im Kurs.

Laden Sie Ihre Kunden ein, die schönen Aspekte des Winters in Ihren Räumlichkeiten zu entdecken. Wärmernde Fußbäder und entspannende Fußmassagen wirken sich wohltuend auf den gesamten Organismus aus. So bieten Sie zugleich kleine Auszeiten für die Seele an.

Farbenspiel

Weiß ist hell und rein. Es ist die Farbe des Winters und passt auch wunderbar zu Behandlungsangeboten, die die Seele umschmeicheln. Mit der Farbe Weiß und ergänzenden Farbtupfern können Sie schnell und ein-

fach ein ansprechendes Ambiente schaffen. Für Winterprogramme eignet sich z.B. eine Kombination mit Gold und Silber. Das unterstreicht den edlen Charakter Ihres Angebotes und stellt die Exklusivität in den Vordergrund. Die Kombination Weiß/Silber bestätigt sich selbst in ihrer Klarheit mit einem Hauch von Kälte. Das Farbdoppel Weiß/Gold vermittelt schlichte Eleganz mit weicher Komponente.

Spielen Sie mit diesen Farbkombinationen bei Kerzen, Kissen, Bademänteln und Handtüchern sowie bei Tabletts und Glasschalen zum Anrichten von Masken und Packungen. Auch Dekorationselemente, wie Blumenarrangements, Spiegel im Eingangsbereich und was Ihnen sonst noch so alles einfällt, können Sie farblich aufeinander abstimmen.

Fußbad mit Milch und Honig

Nachdem Sie Ihre Räumlichkeiten – speziell den Raum, in dem Sie das Pflegepaket anbieten – dekoriert und vorbereitet haben, bitten Sie die Kundin auf einen

PRAXISTIPP: FRISCHEPACKUNG

Empfehlenswert ist die Kombination von weißer Tonerde und Pfefferminz. Diese tiefenwirksame Pflegepackung für beanspruchte Füße auf der Basis von weißer Tonerde und Pfefferminzöl ist ein echter Geheimtipp. Sie ist als fertiges Produkt im Fachhandel erhältlich. Die weiße Tonerde sorgt für eine Beruhigung der beanspruchten Haut und das Pfefferminzöl kühlt und erfrischt angenehm. Tragen Sie die Packung großzügig auf und lassen Sie sie ca. 15 bis 20 Minuten einwirken. Danach können die Reste einmassiert oder mit einem feuchten Tuch abgenommen werden.

einladenden und bequemen Sessel – für den Einstieg in ein weißes Pflegeprogramm.

Den Sessel haben Sie mit einem weißen Laken bedeckt und auf dem Boden davor steht eine silberne Fußbadeschüssel mit ausgefallener Ornamentik. Den Rand der Badeschale (falls sie keinen hat, erfolgt die Platzierung um die Schale herum) haben Sie mit weißen Federn geschmückt. Das Badewasser ist ein Mix aus einem Liter warmer Milch mit etwas Wasser, einem Esslöffel Honig und kleinen getrockneten Rosenblüten, die obenauf schwimmen und die Augen der Kundin verzaubern. Milch, insbesondere Stutenmilch, eignet sich gut für trockene Haut, wie sie durch das Tragen von geschlossenem Strumpf- und Schuhwerk häufig an Fersen und Ballen entsteht. Sie fördert bei äußerlicher Anwendung die Durchblutung.

Foto: Dean Bertonecelj/Shutterstock.com



Fußmasken helfen der strapazierten Haut, sich zu regenerieren



MYKORED®
wirkungsvoller Schutz
vor Fuß- und Nagelpilz



**Schöne Füße,
gute Pflege!**



Fordern Sie Infos und ein kostenloses Originalprodukt an, wenn Sie Mykored noch nicht kennen. (Lieferung erfolgt nur an den Fachhandel.)

Lütticke

Franz Lütticke GmbH
Lortzingstr. 14, 58540 Meinerzhagen
Tel: 0 23 54-9 09 90, Fax: 0 23 54-1 34 34
info@luetticke.de, www.luetticke.de

Honig kann Feuchtigkeit in der Haut binden. Er ist als Honigpackung bei extrem trockener Haut, etwa an Knien, Fersen oder Ellenbogen, hilfreich. Honig verfügt zudem über antibakterielle Eigenschaften.

Mit einem Peeling auf Salz-/Ölbasis tragen Sie Verhornungen sanft ab. Streichen Sie das Peeling mit einem Spezialpinsel auf. Mit dem Stiel des Pinsels verreiben Sie die Salzkörnchen in kreisenden Bewegungen auf der Haut. Die Reste baden Sie ab.

WIRKSTOFFE FÜR WEISSE WELLNESS

Neben den herkömmlichen weißen Cremes und Schäumen aus dem Fachhandel gibt es weitere Wirkstoffe, die sich in weiße Mottoprogramme integrieren lassen. Sie können Ihren Angeboten damit auch einen individuellen, regionalen Charakter verleihen:

- Stutenmilch eignet sich sehr gut für trockene, strapazierte Haut, z.B. bei Psoriasis oder Neurodermitis.
- Milch und die damit in Verbindung stehenden Produkte wie Buttermilch, Joghurt, Molke und Quark wirken, äußerlich angewendet, durchblutungsfördernd und zellregenerierend. Der Hydrolipidmantel der Haut wird durch Milchprodukte geschützt, sie sind feuchtigkeitsregulierend und elastizitätsverbessernd.
- Rügener Heilkreide mit ihren Wirkstoffen aus dem Meer gilt als allergenfreies Mittel. Sie ist eine gute Grundlage für Peelings, Masken und Packungen.
- Edelweißextrakte haben eine entzündungshemmende und gleichzeitig straffende Wirkung.
- Holunderblütenextrakte spenden wertvolle Feuchtigkeit.
- Duftreiche Öle, die die milchigen Substanzen sinnlich bereichern, sind z.B. Rosenöl, Jasminöl, Vanilleöl oder Mandelöl.

Wickel und Rollen

Hüllen Sie die Füße nach dem Bad in vorgewärmte weiße Handtücher und lassen Sie sie in diesen Wickeln kurz nachruhen. Trocknen Sie dann insbesondere die Zehenzwischenräume gut ab.

Es folgt eine kleine Gymnastikübung. Platzieren Sie zwei kleine Rollen auf dem Boden und bitten Sie die Kundin, sie mit den Füßen zu bewegen. Die Rollen können Sie selber machen, z.B. aus zwei kleinen Gästehandtüchern, die sie fest zusammenwickeln. Wichtig

ist, dass die Bewegung entgegengesetzt erfolgt und dass Ferse und Zehenspitzen daran beteiligt sind und immer im Wechsel nach vorn bzw. nach hinten schwingen. Leise Musik im Hintergrund unterstützt und begleitet diese Bewegung.

Pure Pflegepackung

Die Kundin darf bequem im Sessel sitzen bleiben. Mit Hilfe einer mobilen Fußstütze haben Sie die Möglichkeit, die Füße im Handumdrehen mit purer Pflege zu verpacken. Hierfür bietet die Industrie eine breite Auswahl an fertigen Masken, Packungen oder Pflegeschäumen. Arrangieren Sie die benötigte Menge in einer weißen Schale und tragen Sie das Produkt Ihrer Wahl satt auf die Haut auf. Um die Wirkung zu intensivieren, wickeln Sie die Füße erst in Folie und dann in warme weiße Handtücher. Durch den Okklusiveneffekt dringen die Wirkstoffe tief in die Haut ein. Lassen Sie die Kundin ca. 15 Minuten bei leiser Hintergrundmusik relaxen. Nach der Ruhephase entfernen Sie die Produktreste mit einer feuchten Kompresse oder spülen sie mit kristallklarem Wasser ab.

Federleichte Energiemassage

Den krönenden Abschluss bildet eine energetisierende Fuß- und Beinmassage. Um den Füßen wieder Leichtigkeit zu schenken, bietet es sich an, das Programm durch federleichte Streicheleinheiten abzurunden. Führen Sie zum Abschluss der klassischen Massage sanfte Streichungen mit einer weißen Feder wellenartig vom Fußrücken bis zum Oberschenkel durch. Üben Sie hierbei einen leichten Druck aus. Sofern Sie die Feder auch an der Ferse einsetzen möchten, achten Sie darauf, hier mit dem Stiel der Feder anzusetzen und die Feder nur leicht im Ausstreichen mitzuführen, sonst könnte für die Kundin ein unangenehmer Kitzeleffekt entstehen.

Beschwingt durch dieses federleichte Winterspecial, werden Ihre Kunden in der Lage sein, die Freuden des Winters leichtfüßig zu genießen. ■



URSULA MARIA SCHNEIDER

Die Wellnessberaterin (IHK) und Entspannungstrainerin ist Inhaberin von „Drehpunkt Fuß“. Sie bietet Ausbildungen für innovative Fußmassagetechniken an und entwickelt Konzepte für gesunde Schritte. Des Weiteren schreibt sie für Fachmagazine, berät Firmen und referiert auf Messen.