

# 10 Basics für schöne Haut

Meine Essentials für deine tägliche ...

## Hautpflegeroutine

Skinlights Beauty & Books by Katja Junius



### 1. Verwende Pflegeprodukte, die zu deinem Hauttyp passen



- **Trockene Haut** - lipidhaltige Formulierungen mit Sheabutter oder Jojobaöl
- **Fettige Haut** - wasserbasierte Gel-Cremes mit Niacinamid oder Zink
- **Normale Haut** - leichte, feuchtigkeitsspendende Emulsionen



### 2. Feuchtigkeit ist Pflicht – für alle Hauttypen

Wasser spendet Feuchtigkeit / Öl pflegt – auch fettige Haut braucht **leichte** Feuchtigkeit.



### 3. Reinigung ist der Anfang von allem

Sanfte Reinigung – morgens & abends. Sie stärkt deine Hautbarriere und bereitet auf Pflege vor.



#### Tipp

#### Wirkstoffe ...

wie Retinol erfordern eine individuelle Beratung – sie sollten nur gezielt und gut informiert angewendet werden.



### 4. Seren & Spezialpflege gezielt einsetzen

- **Trockene Haut** - Hyaluron, Ceramide
- **Fettige Haut** - Niacinamid, Zink
- **Normale Haut** - Hyaluron



#### Tipp

#### Wichtig!

Ein schönes Hautbild kommt von innen ...

- tägliche Gewohnheiten
- ausreichend Schlaf
- gesunde Ernährung
- viel Wasser trinken



### 5. Sonnenschutz nicht vergessen – täglich!

SPF 30+ täglich! Auch bei Wolken – nach der Pflege.



### 6. Morgen- & Abendroutine konsequent einhalten

Reinigung, Schutz & Feuchtigkeit - morgens und abends

*Neugierig auf mehr?*

Entdecke bald meine ausführlichen Hautpflegeroutinen ...  
... abgestimmt auf deinen Hauttyp.



### 7. Schlaf & Bewegung – Regeneration & Frische

Guter Schlaf & Bewegung – dein Haut-Glow-Duo.



### 8. Bleib dran – Konstanz schlägt Produktvielfalt

Bestes Glow Ergebnis 🌟 Hautpflegeroutine - Einfach! Regelmäßig! Passend!

*Deine perfekte Hautpflegeroutine!*

**SKINlights**  
Beauty and More

© 2025 Skinlights Beauty & Books by Katja Junius | [www.skinlights.de](http://www.skinlights.de)  
Nur zur privaten Nutzung. Kein Weiterverkauf, keine gewerbliche Nutzung.

Skinlights Beauty & Books  
by Katja Junius