



Total Wellness



VAKKRANT VOOR DE TOTALE WELLNESS BRANCHE • EDITIE NR. **2** - 2012 • WWW.TOTAL-WELLNESS.NL • WWW.TOTAL-WELLNESS-PROF.NL

Spatrends voor 2012

In deze editie vindt u de volgende vijf trends om dit jaar rekening mee te houden. Editie 1 van Total Wellness beschreef de eerste vijf trends: Voetenbehandelingen, Koude en IJs, Coaching, Online Wellness Gaming en de combinatie van lekker eten en wellness. Deze trends worden jaarlijks samengesteld door het Amerikaanse SpaFinder. Het invloedrijke verslag is gebaseerd op de analyse door een team van experts bij honderden spa- en wellnessbedrijven. Deze worden wereldwijd bezocht. Daarnaast worden toonaangevende analisten geïnterviewd en wordt feedback verzameld bij meer dan 15.000 wellnessbedrijven.



1 Trilling, geluid, muziek, licht en kleur

Spa's maakten altijd al gebruik van geluid, muziek, kleur en licht, maar meestal als bijzaak. Nu zijn deze onderdelen steeds vaker hoofdzaak. Nieuwe wetenschappelijke gegevens tonen de fysieke en emotionele voordelen aan van vibraties en frequenties op ons lichaam. Hierdoor ontspant de cliënt veel sneller en pijn wordt verlicht. Wellnessbedrijven prikkelden al ons gevoel van aanraking via massage en onze reukzin met aromatherapie. Nu is er een explosie van 'good vibrations' te verwachten op onze oren, ogen en lichamen. We weten al hoe groot de invloed van deze krachten kan zijn. Geluiden uit de natuur helpen ons ontspannen, kleuren kunnen ons humeur beïnvloeden. Zonlicht geeft ons energie. Op muziekgebied is de innovatieve software MUUSA uit Italië een uitvinding. Deze software maakt met tonen, beats, het ruisen van de wind, stromende rivieren en andere natuurgeluiden nieuwe wellness-muziek door de handbewegingen van de therapeut en de lichamelijke reacties bij de cliënt. Deze laatste ver-

trekt vervolgens met zijn persoonlijke wellness-cd die hij samen met de therapeut gecomponeerd heeft. Er zal een explosie komen van nieuwe sauna's, stoombaden, loungestoelen, massagetafels, enz. die licht, kleur, geluid en muziek combineren voor zintuiglijk geluk. Let op de multisensorische, multidimensionale fauteuil van de Weense kunstenaar sha. Wolke7 Cloud 9 wordt op de markt gebracht door Klafs en is al in vele top-spa's te bewonderen. Er is meer belangstelling voor Ayurveda die chakra onevenwichtigheden corrigeert met kleurtherapie. Vibratie geneeskunde wordt een nieuwe term en klankmassage en hydrotherapie worden nog populairder.



2 Glitter en glamour

Schoonheidsinstituten krijgen steeds meer klanten die op zoek zijn naar een glamour look. Glitter en glamour is inmiddels niet meer alleen bestemd voor beroemdheden op de rode loper. Onder deze cliëntele opvallend veel tieners. Voor deze jonge doelgroep was een mooie, gezonde huid en een hippe uitstraling altijd al erg belangrijk, maar ze willen meer. Extra lange wimpers, flashy make-up en opvallende kapsels. Funky en flitsende manicures met Swarovski kristallen of gel hologrammen. Deze trend is in gang gezet door populaire stijliconen van vandaag de dag als Lady Gaga en Katy Perry. De industrie maakt overuren om uit te vinden hoe men sneller, goedkoper en vaker van uiterlijk kan veranderen. Creatief met haar, ingewikkelde vlechten, sierlijke veren, linten, kristallen en kleurrijke extensions bepalen het modebeeld. Snelheid en gemak spelen eveneens een grote rol. Er zijn speciale drybar's om het haar te drogen. Walk-in professionele make-up bij Blushingtong. De 10 Minuut manicure salons op luchthavens. Een wenkbrauwbar in Londen. Het is er allemaal. Veel cosmeticamerken anticiperen hier op met hun



make-up collecties voor 2012. Voor de minder haastigen onder ons bieden steeds meer wellnessbedrijven na de behandeling een (gratis) professionele look. Bij Guerlain Spa in New York zien de gasten er bij vertrek zelfs uit als een model uit een Frans modeblad. Hollywood glamour voor iedereen.



3 De Wellness Wetenschap

Verleden jaar al stond deze in de top 10. SpaFinder voorspelt een nieuw tijdperk waarbij er steeds meer vragen beantwoord worden over de bewezen medische effecten van therapieën. Dit leidt tot meer bewijs voor de effectiviteit van massage, meditatie of acupunctuur. Dit jaar is zelfs een nieuwe website gelanceerd: SpaEvidence.com. 's Werelds eerste portal naar de geaggregeerde medische studies die er zijn voor 21 wellnessbehandelingen. Gelanceerd door de Global Spa top eind 2011, een

Vervolg op pagina 3

Verkooppunt worden?

Behaal meer omzet bij uw huidige én nieuwe klanten

- Direct en simpel starten zonder investering.
- Goede verdienen zonder voorraad.
- Uw krijgt uw eigen beschermde regio.
- Stabiel prijsbeleid, daardoor margebehoud.
- Eenvoudig, betaalbaar en deelt.
- Extra aanloop van nieuwe klanten.
- Naamsvermelding op de site.

TimFit SX-5
AFSLANKFORMULE

TimFit
PROTEINEDEET

www.timfit.nl • www.timfit.be

BEAUTY
LEVERANCIER.NL

Volledig assortiment harsproducten, voor- en nabehandelsproducten, harsapparaten en verkoopproducten.

www.beautyleverancier.nl

POWER SLIM.
gezond afslanken

Leverancier eiwitdieet
Bekend van TV **beauty+**

Starten als Power Slim Center?
Bel naar 040 222 2289 of kijk op www.powerslim.nl

Laat de kracht van de natuur
jouw kracht zijn!

Kies voor SeaStem!

Innovatieve innovatieve ontwikkeling in cosmetica
Stamcellen uit zoete melk

a Jol beauty Business BV
www.a-jol.nl 040 222 34 88

OSAINE
SEA CARE

Gelezen...

“ Bij belangrijke mededelingen buigen vrouwen voorover en verheffen hun stem, terwijl mannen achterover leunen met de duimen tussen hun broekriem, en zo zacht fluisteren dat je op hun broekriem moet plaatsnemen om hun grote boodschap op te vangen.

Hedy D'Ancona

Beleefdheid betekent meestal dat je tegen mensen niet zegt wat je denkt.

Katharine Hepburn

Wie mooie benen wil hebben, moet ze door de blikken van mannen laten masseren.

Marlene Dietrich

Mannen zijn kleinzerig, altijd moe, alles is altijd zwaar en in discussies kunnen ze nooit tegen je op.

Katja Schuurman

Belangrijk in je leven is dat je net zo veel probeert te lachen als dat je moet huilen.

Maya Angelou

Ik houd nog steeds veel van mannen, maar ik kan niet met hen samenleven, omdat ik alleen maar de lusten en niet de lasten wil.

Adèle Bloemendaal

Verslaving is een vriendschap zonder vriend.

Connie Palmen

Mannen zijn zo oud als ze zich voelen, vrouwen zo jong als ze eruitzien.

Barbara Cartland

Als het erom gaat de ogen van een vrouw te lezen, zijn de meeste mannen analfabeten.

Heidelinde Weiss

Ik kan in twaalf talen 'nee' zeggen, dat is genoeg voor een vrouw.

Sophia Loren

Niemand kan je een minderwaardig gevoel geven zonder jouw toestemming.

Eleanor Roosevelt

Op een minnaar wachten is veel beter voor je teint dan een echtgenoot verwelkomen.

Benoîte Groult

Uit: Mannen? Citaten van sterke vrouwen, verschenen bij Uitgeverij Het Spectrum
ISBN: 9027479208

Happy recessie

Ondanks de onrust in de wereld blijven we kalm en genieten van wat we wél hebben. De economische teloorgang maakt ons niet meer angstig, maar we zien de recessie als een positieve uitdaging. We worden creatief en bewust. We gaan sober leven en kijken naar de positieve punten. We komen niet langer in opstand. We blijven trouw in alle opzichten. Het wordt het jaar van de mobiliteit.

We verhuizen naar een kleinere woning met een flexibel interieur. En we gaan wandelen en traplopen. We komen volop in beweging. Overgewicht gaan we te lijf. We verhogen de levenskwaliteit, gaan lezen en koekjes bakken. We kleden ons elegant en sober, zijn rijk in eenvoud. Sharing is everyting! Kleding, huizen, meubels en huisdieren.

Originaliteit boven alles. We koken uitgebreid thuis. We eten puur en herontdekken de oude-wereldwijn. Gin is de nieuwe wodka en intense ontmoetingen worden belangrijk in 2012.

We keren terug naar naastenliefde, we mixen spiritualiteit met wetenschap & kwantumfysica, de ziel wordt puur en onvoorwaardelijk en we beseffen waar het leven om draait. Een greep uit de trendlist van SOHBMEO voor 2012.

Lifestyle

- PUUR & ECHT
- WELZIJN BOVEN WELSTAAT
- BOEKEN LEZEN VAN PAPIER
- KWALITEIT BOVEN MERKNAAM OF KWANTITEIT
- ZOMAAR HALLO ZEGGEN
- PET-SHARING
- RIJK IN EENVOUD
- VERHOGEN LEVENSKWALITEIT
- BEWUSTERE VRIJETIJD-BESTEDING
- ONVOORWAARDELIJKE LIEFDE
- SPIRITUALITEIT MEETS KWANTUMFYSICA
- LIVE TAGGING
- STIJLICOON: JOHN MALKOVICH
- LICHAMELIJK CONTACT
- TRAPLOPEN
- KLASSIEK THEATER
- SOCIAAL NETWERKEN ZONDER INTERNET
- WE GAAN MET DE BUS/FIETS
- ETIQUETTE
- GELD IS UIT
- HUILEN MAG
- NASTENLIEFDE
- ZELF ZEEP MAKEN
- MEER WAARDERING VOOR HETGEEN WE HEBBEN
- TWITTER VERSLAAT FACEBOOK
- BLOGGEN WORDT QUALITY BLOGGEN
- SNELKOOKPAN
- CARL JUNG
- CRISIS WORDT UITDAGING
- DE VIJFDE DIMENSIE
- CONCEPT-SHIFTS

- RESERVEREN WORDT IN DE RIJ STAAN
- CREATIVITEIT VERSUS EENHEIDSWORST
- GEVOELSGENIEËN (EINSTEIN, HAWKING)
- SCHETSEN & ETSEN
- LANGE WANDELINGEN VERSUS JOGGEN
- SOBERE LEVENSTIJL WORDT STATEMENT
- PERSOONLIJK VERSUS MASSA
- MENSEN HERONTDEKKEN HUN INNERLIJKE VUUR
- OPRECHT JEZELF ZIJN
- KLEINSCHALIGHEID
- TROUW ZIJN AAN EIGEN IDENTITEIT
- TV=UIT
- WE ZIJN NIEUWSMOE
- MOBILITEIT
- SCANDINAVIAN
- CREATIVITEIT
- CAR-SHARING
- HUISRUIL
- LICHAMELIJKE BEWEGING
- JEU DE BOULES
- FRANKRIJK
- TULPEN
- INTENSE ONTMOETINGEN
- MYSTERIEUZE ZIEKTES
- DOORDACHT IMPULSIEF
- PRANAYAMA-PARTY'S
- CLAIR-OBSCUR
- SOBER
- IMAGOVRIENDEN KUNNEN NIET MEER
- OPBOUWEND KRITISCH
- OPSTAND IS UIT, GEDWEE IS IN
- CHINA
- TANTRA
- ONTDEK JE ZIEL
- GEDULD

Fashion

- TON SUR TON
- PERSOONLIJKE STIJLMIX
- NATUURLIJKE MATERIALEN
- MOOI & LUXE, MAAR WEL COMFY
- STERKE KLEUREN NAAST EENVOUDIGE BASISSTONEN
- STRAPLESS BRA
- VAN TOP TOT TEEN IN 1 KRACHTIGE KLEUR
- GEHAAKTE (VLINDER)DASSEN
- KLEURSTREPEN

- KWALITEIT BOVEN KWANTITEIT
- TWINSETS VOOR MANNEN
- FASHION SHARING
- GEEN ONDERGOED
- DE BRIL MOET AF
- GEEN OVERKILL AAN ACCESSOIRES
- NO LOGO
- SUBTIEL PUNK & ROCK
- TRUIEN MET NOORSE HERTJES
- FUCK THE UGGS

Make-up

- LOSSE KNOTTEN
- PAARDENSTAARTEN
- NUDE
- PERSOONLIJKE STIJL
- CLASSIC MET EEN TWIST
- FRISSE HUID
- COLOURFUL NAILS
- SHOCKING LIPSTICK
- MATTE HAARTEXTUREN
- DANSENDE LOKKEN
- SUBTIELE BLUSHERS OF EXTRA LANGE
- VLOEIBARE EYELINERS
- KATTENOGEN
- MINIMALISTISCHE LOOK
- KRACHTIGE WENKBRAUWEN
- METALLIC OOGSCHADUW OF JUIST ULTRANATUREL
- EXTREEM SMOKEY EYES VS. SUBTIELE SMOKEY EYES
- DIEPE WIJNKLEURIGE LIPPEN
- KLEUREN VERSUS EXTREEM NATUREL
- OPVALLENDE KLEUR-ACCENTEN IN HET HAAR
- 3D ACCENTEN VERWERKEN IN DE MAKE-UP
- FIFTIES HAARSTIJLEN
- LUXE NATUURLIJKE PRODUCTEN
- MAGNETIC MANICURE
- CONTRASTEN
- GLANZENDE HUID VERSUS MATTE OOGSCHADUW
- GLANZENDE OOGSCHADUW VERSUS MATTE HUID



De complete So HBMEO Trendlist is te vinden op www.bbmeo.com



Informatiekrant voor alle sauna-bedrijven, beautycentra, zonnestudio's, zwembaden, schoonheidssalons, fitnesscentra en aanverwante bedrijven in Nederland en België. Total Wellness verschijnt 12x per jaar en is een uitgave van

- **Uitgeverij TPH bv:**
Esstraat 36
7131 CT Lichtenvoorde
Postbus 137
7130 AC Lichtenvoorde
Tel.: +31 (0)544 370997
Fax: +31 (0)544 370998
info@total-wellness.nl
www.total-wellness.nl

ISSN 1871-3289

- **Uitgever/Hoofredactie:**
Carla Hoogland-Gerrits

- **Redactionele medewerking**
Monique Aerdts, Loes Alfons, Hylke Boelens, Aline Leeftink, Aernout Leezenberg, Mey Liang, Ulla Robbe, Ron Romeijn
redactie@total-wellness.nl

- **Order- en advertentie-behandeling:**
orders@total-wellness.nl

- **Advertentie-verkoop:**
Anneke Keurnfjes-Pieters
verkoop@total-wellness.nl

- **Vormgeving en DTP:**
Addie Thuis,
www.thuis-vormgeving.nl

- **Druk:**
Drukkerij Ten Brink, Meppel

- **Abonnementsprijs:**
 - Nederland
 - € 68,50 inclusief BTW
 - Abonnement incl. vermelding Total Wellness-site € 88,00 excl. BTW
 - Abonnement België € 84,00 excl. BTW

- Abonnementen kunnen op ieder tijdstip ingaan en lopen automatisch door als niet twee maanden voor het einde van de abonnements-periode schriftelijk wordt opgezegd. Abonnementen kunnen uitsluitend aan het einde van de betalingsperiode worden beëindigd. Na ontvangst van de schriftelijke opzegging ontvangt u van ons een ontvangstbevestiging met de einddatum van het abonnement. Deze brief is uw bewijs van opzegging. Abonnementprijs in Nederland incl. BTW. abonnementen@total-wellness.nl

- **Jaargang nummer 12**

- **Auteursrecht:**
Het auteursrecht op deze uitgave en op de daarin gepubliceerde artikelen wordt door de uitgever voorbehouden. Alle orders worden afgesloten en uitgevoerd overeenkomstig de Regelen voor het Advertentiewezen, zoals gedeponneerd ter Griffie van de Arrondissementsrechtbanken en bij alle Kamers van Koophandel. Uitgever en auteurs verklaren dat deze uitgave op zorgvuldige wijze en naar beste weten is samengesteld. Zij kunnen echter op geen enkele wijze instaan voor de juistheid en de volledigheid van de informatie. Zij aanvaarden dan ook geen enkele aansprakelijkheid voor schade, van welke aard ook, die het gevolg is van handelingen of beslissingen die gebaseerd zijn op bedoelde informatie. Lezers wordt daarom geadviseerd deze informatie niet geïsoleerd te gebruiken, maar af te gaan op hun professionele kennis en ervaring.



FOXcosmetics

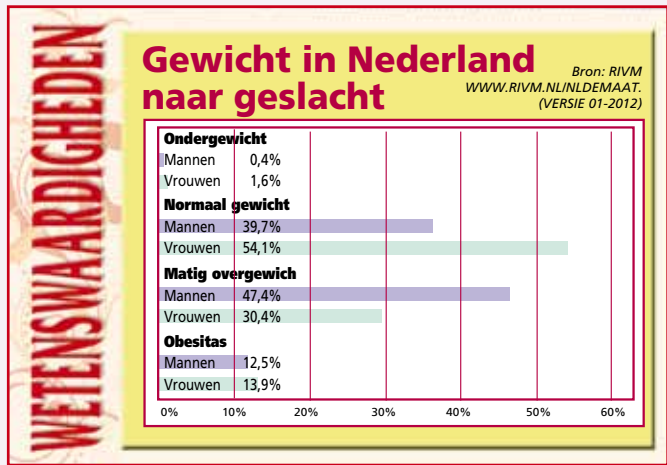
Eve Taylor AROMATHERAPIE

voor gezichts- en lichaamsverzorging

- zeer resultaatgericht
- direct zichtbaar effect
- zéér betaalbaar
- vooral vertrouwd

De lijn bestaat uit een compleet assortiment aromatherapie producten voor gezicht en lichaam, essentiële oliën, diffusers en massagekaarsen.

Tel. +31 (0)416-795158 • www.foxcosmetics.nl





belangengroep voor de wereldwijde wellnessindustrie samen met artsen met een expertise in integrale geneeskunde. Is er wetenschappelijk bewijs dat massage stress vermindert?

Zijn modderbaden en minerale baden medisch bewezen om pijn te verlichten? Het antwoord is 'ja'. SpaEvidence geeft de wereld gemakkelijk toegang tot de "evidence-based medicine" databases die artsen gebruiken.

De scheiding tussen traditionele geneeskunde en therapeutische behandelingen vervaagt. Vooral omdat onderzoeken aantonen dat vele wellnessbehandelingen preventief werken en vooral effectief zijn bij chronische pijn, hart- en vaatziekten, slaapstoornissen en depressies en angsten. Bovendien blijkt uit een nieuwe studie dat het aantal ziekenhuizen dat spa- en wellnessdiensten aanbiedt is verdrievoudigd sinds 2000 (van 14 procent van de ziekenhuizen, tot 42 procent vandaag). Ongeveer twee op de drie van deze ziekenhuizen bieden nu massages, drie op de vijf bieden acupunctuur, muziek- of kunst therapie en één op de vijf geeft reiki. Een andere nieuwe studie constateert dat van de 41 miljoen Amerikanen, die therapieën als yoga of tai chi beoefenen, 6,4 miljoen dit nu doet omdat het "voorgeschreven" is door hun dokter. Omdat de medische bewijzen voor preventie behandelingen en de meer holistische concepten van welzijn alsmaar toenemen geeft dit enorme kansen voor de spa- en wellnessindustrie.



4 Wellnessbezoek wordt familie-uitje

De sauna enkel voorbehouden aan volwassenen? Die tijd is voorbij. Spa's zijn van oudsher plekken voor volwassenen om te ontspannen en te revitaliseren... ver weg van kinderen. Maar er is een snel groeiende vraag om tieners, tweens en

zelfs peuters mee te nemen. In 2004 was deze trend al zichtbaar. Veel centra hebben hun faciliteiten uitgebreid met bubbelbaden met kinderzitjes, speelruimtes en baby- en kindermassages. Jonge ouders hebben geen oppas meer nodig als ze willen ontspannen, de kinderen gaan gewoon mee naar de sauna. Kid-specifieke spa's groeien. Deze nieuwe kiddie spa's hebben gewoonlijk grillige, zeer zoet klinkende behandelingen zoals 'een ijspedicures geserveerd op oversized bananasplit pedi-cure troon' of 'Mini Me Massage' Little Lamb's Kiddie Spa & Clinic (Filippijnen) gaat nog iets verder. Het combineert de pediatrische medische diensten met een scala aan wellness-, beauty- en kapsalon diensten afgestemd op de 0-19 jarige in te stellen. Klafs nieuwe kindvriendelijke spaconcept introduceert zintuiglijke ervaringen als donder, regen en bliksem effecten. Samen met een boom sauna, een koelwatergrot, avontuur douches en een waterval. Schloss Elmau Luxury Spa & Cultural Hideaway's (Duitsland) kent een "Family Spa". Hierin een 24-uurs geopend overdekt zwembad, sauna's en een indoor/outdoor fitness. Kinderen kunnen tijd doorbrengen in de "Nature Spa" alleen of samen met de ouders.



5 De WOW factor

Al jarenlang vonden de meeste mensen dat veel spa's en centra er hetzelfde uitzagen. Hetzelfde beige, Zen, dezelfde behandelingen. Nu richten wellnesscentra zich steeds meer op de WOW-factor. Dit is een soort tegentrend op de sterke franchisingstrend die in 2011 te signaleren was. Cliënten zijn verwend en verlangen naar echt nieuwe 'aha' ervaringen. Daarvan valt op dat er, mede gezien de economische situatie, slimme, minder dure en imponerende behandelingen en ervaringen komen. Door het toevoegen van unieke kleine details, een enkele strategische "wow" voorzieningen en nog veel meer unieke behandelingen imponeert de wellnesswereld voor elk budget. Nieuwe ontwerpen zijn vaak thematisch. Zoals de Banyan Tree Spa in het Marina Bay Sands Hotel's (Singapore). Deze nieuwe 4.000 m² grootte spa in een tropische tuin spa draait om het Tree of Life-Concept. Van de kunst aan de muren tot aan de botanische behandelingen. Of hetzelfde Duitse Schloss Elmau. Zij combineren op unieke wijze wellness en cultuur: Gasten genieten er van klassieke muziek en jazzconcerten in eigen de spa resort concertzaal. Daarnaast valt er nog een heel nieuw concept te ontdekken. "Pretpark" kuuroorden. Deze dynamische, leuke, volwassen speelterreinen zijn vol van zintuiglijke ervaringen. Vaak omarmen ze Disney en hebben attracties als het IJslandse geiser bad, de Caribbean lagunes" en de Amazon watervallen. In Noord-Amerika bestaat Spa Castle, snel gegroeid naar drie vestigingen. Vijf verdiepingen hoog en 100.000 vierkante meter. De Wellness-Efteling voor volwassenen. Er zijn diverse food courts en een groot aantal internationale thema sauna's, stoombaden, zwembaden en hydro-ervaringen.

ZIN EN ONZIN

Feiten zijn feiten

Wat een discussie over telomeren. Wat is een telomeer? Een klok voor de veroudering van de cel. Als de telomeer 'te kort' wordt, wordt dit door de cel gezien als DNA schade. Dit resulteert in cellulaire ouderdom. Er zijn er nog al wat personen met een eigen mening. Echter meningen tellen voor mij niet, en hopelijk voor jullie ook niet. Voor mij is een feit een feit.

Tijdens een discussie waar ik bij was noemde ik het feit. Iemand eens aan kanker gedacht? Daarna vervolgens aan telomerase (ase is altijd 'enzym')? Voor mij is één ding heel duidelijk, alles doen voor een 'gezonde' cel. Een basaalcel waarvan de nucleus (kern met DNA) zich om de achtentwintig dagen kopieert. Het restant van de cel verandert in een dode lamel. Deze dode lamel behoort twaalf dagen op de opperhuid te blijven liggen en er dan af te vallen. Dat is de natuurlijke loop van een basaal-cel. Hoe gezonder een cel hoe sterker een cel. Hoe sterker een cel (de nucleus) hoe beter deze gekopieerd kan worden. En hoe beter deze kopie ook is. Zo is het bestrijden van oxidatieve stress heel erg belangrijk om een cel gezond te houden. Daarop ontstond de volgende vraag: hebben mensen die gezond leven dan langere telomeren dan mensen die ongezond leven? Antwoord/feit: Nee.

Gezond leven leidt niet tot telomerase activatie en/of telomeer verlenging. Gezond leven beschermt de telomeren tegen oxidatieve stress. Dit is zeer belangrijk daar bekend is dat korte telomeren één van de oorzaken tot kanker blijkt te zijn. Om een voorbeeld te geven als je tachtig bent blijkt je kankerrisico bijna tweeduizend maal groter dan als je twintig bent. Hieromtrent bestaat er ook een techniek om de gemiddelde telomeer lengte te meten. Dit noemen ze de Flow-FISH techniek. Het maakt gebruik van een flow cyto (cel) meter.

Vraag?

Wat kan iemand doen als de test aantoont dat telomeren tekort zijn voor de leeftijd van deze persoon? In ieder geval de levensstijl veranderen. Extra bewegen en vooral stress vermijden!! Conclusie; Ga bewust met je cellen (huid en lichaam) om!

Hoe doe je dat?

- Door goede ingrediënten te gebruiken, mijn slagzin; laat je niet lijden door advertenties, maar leiden door science.
- Geen opzettelijke wonden maken in de huid. Geén te sterke fruitzuren gebruiken met een te lage ph, dit laatste is veel belangrijker dan het percentage fruitzuur.
- En vooral neem uw voorzorgen door preventief uw cel te beschermen en niet alleen gezond te eten en te leven, maar ook door voldoende anti-oxydanten tot u te nemen.
- En last but not least zuurstof in de salon is echt geen luxe meer.
- Voorkomen is beter dan genezen.

Monique

Monique Aerdt, woont in België. Na haar opleiding te hebben voltooid in Nederland heeft zij in Munchen een vervolgoopleiding gevolgd. Hier heeft zij veel geleerd over ingrediënten aangaande huidverbetering en huidverjonging. Monique beantwoordt in deze rubriek ook al uw vragen over vitaminen, collageen, fruitzuren, hyaluronzuur of noem het maar op. U kunt uw vragen mailen en Monique geeft u antwoord, betzj persoonlijk, betzj via de rubriek in Total Wellness. Al uw vragen kunt u sturen aan: vraagbetmonique@total-wellness.nl



BERNARD CASSIERE

wellness in optima forma

trendy, speels,
origineel,
modern,
natuurlijk en
betaalbaar



Met **BERNARD CASSIERE** onderscheidt u zich. De producten bevatten o.a. Fairtrade-ingrediënten Een keuze aan behandelingen, met prachtige werkstoffen als chocolade, kruiden, honing, citroen en nog veel meer. Uiteraard met betaalbare producten voor thuisgebruik. Uw cliëntèle zal verrast zijn door de verrukkelijke behandelingen. Zowel voor de huid als het lichaam. Vraag naar de mogelijkheden:



IVOX B.V. 3e industrieweg 11A • 3411 MD Lopik • Tel. 0348-553199 • fax 0348 - 552073 • www.bcparis.com

DIËTEN

Hoe zit het met vet?

Het nieuwe jaar is weer aangebroken en mensen zijn volop in de weer met hun goede voornemens.

Afvallen staat dit jaar bij mannen en vrouwen op nummer 1. Ook bij Power Slim merken we dat er weer een stormloop is met bestellingen.

Veel mensen denken bij afvallen aan het eten van minder vet. Dat is niet zo gek want vet bevat meer calorieën dan koolhydraten en eiwitten. Daarom adviseerden deskundigen jarenlang de inname van vet zoveel mogelijk te beperken. Tegenwoordig weten we echter dat vet niet alleen een leverancier van calorieën is maar ook onmisbare voedingsstoffen bevat.

Wetenschappers ontdekten dat er twee soorten vet in onze voeding voorkomen. Verzadigde vetten en onverzadigde vetten. Verzadigde vetten zijn niet gezond. Deze vetten komen voor in vet vlees, volle zuivelproducten, koek, snacks en vetten die bij kamertemperatuur hard zijn. Zoals margarine in een wikkel en hard frituurvet. Onverzadigde vetten daarentegen zijn erg gezond. Onverzadigde vetten komen voor in vis, avocado, noten en vetten die bij kamertemperatuur vloeibaar zijn.

Zoals olie en vloeibare margarine.

Het eten van verzadigd vet verhoogt het slechte cholesterolgehalte en daarmee de kans op hart- en vaatziekten. Vervang daarom voor bereiding van de maaltijden harde margarine voor olie en vloeibare margarine en smeer halvarine op brood. Kies zoveel mogelijk voor magere vleessoorten, vleeswaren en zuivelproducten. Zet vaker vis op het menu en beperk het eten van koek, gebak en snacks. Het eten van onverzadigd vet heeft juist een gunstige invloed op het cholesterolgehalte. Hierdoor wordt het risico op hart- en vaatziekte verminderd.

Maar dat is niet het enige wat het eten van (de juiste) vetten zo gezond maakt. Vet heeft nog veel meer gezondheidsvoordelen.

Vet is een bron van de vitamines A, D, E en K.

- Vitamine A hebben we nodig voor een goede werking van onze ogen, gezonde huid, haren, botten en tanden en een goede weerstand.
- Vitamine D zorgt voor sterke botten en tanden, is nodig voor een goede weerstand en een goede werking van de spieren.
- Vitamine E is belangrijk voor de aanmaak van rode bloedcellen en het in stand houden van spierweefsel en ander weefsel. Vitamine E is ook een antioxidant die ons lichaam en onze huid beschermt voor allerlei schadelijke invloeden van buitenaf, zoals uitlaatgassen en zonlicht. Vitamine E is dus niet alleen gezond, deze vitamine helpt ook mee rimpels te voorkomen.
- Vitamine K speelt een rol bij de botstofwisseling en is belangrijk voor de bloedstolling.

Deze vitamines komen voor in onze voeding maar omdat de kans groot is dat we er te weinig van binnenkrijgen worden ze in Nederland toegevoegd aan margarine en halvarine.

Kortom, vet is niet slecht maar kies wel de juiste soorten. En door het vervangen van vet vlees door mager vlees en vis en volle zuivelproducten door magere varianten krijg je automatisch ook nog minder calorieën binnen!

Hylke Boelens is diëtiste bij Power Slim en heeft zich gespecialiseerd op het gebied van proteïnediëten. Zij is verantwoordelijk voor conceptontwikkeling, opleiding en productdevelopment.

GEAVANCEERDE
RESEARCH
SOTHYS

NIEUW

HYDRADVANCE™

Geavanceerd, hydraterend
generator programma

Geeft de huid totale hydratatie,
onmiddellijk en duurzaam.

Geïnspireerd door de genwetenschap, heeft de geavanceerde Research van Sothys een uniek bestanddeel ontwikkeld: het boleetextract 1055. Ontdek de Intensieve Instituutbehandeling Hydradvance™ + de bijbehorende producten voor thuisverzorging in een programma met recordresultaat.

Kent u een ander professioneel merk dat zó innovatief is?



Sothys, topklasse in professionele, optimale huidverbetering en verzorging op maat in meer dan 15.000 instituten en wellnesscentra in 115 landen.

Voor informatie: tel. 0348-554695
e-mail: sothys@xs4all.nl
www.sothys.nl



Wilt u uw klanten ook kennis laten maken met Sothys?
Stuur deze coupon in een gefrankeerde enveloppe naar Sothys Nederland B.V.
3e Industrieweg 11 A, 3411 MD Lopik
U kunt ons ook bereiken op tel. 0348-554695
of per e-mail sothys@xs4all.nl

Instituut
Mevr./Dhr.
Adres
Woonplaats
Tel.
E-mail

MARKETING

Internet marketing is geen optie meer!

- Internet marketing cursus met lezerskorting -

De immense kracht van het Internet heeft weinig uitleg meer nodig, de cijfers zeggen genoeg: iedere minuut wordt er wereldwijd 120.000 dollar uitgegeven aan e-commerce, komen er 460 Internet-gebruikers bij, worden er 38 nieuwe websites gelanceerd en wordt er 35 uur video upgeload op YouTube. Iedere dag worden er 119 miljoen tweets verstuurd en worden er 2 miljard videos gekeken op YouTube. Verder zijn er op dit moment wereldwijd meer dan 850 miljoen Facebook-gebruikers en 152 miljoen blogs; de cijfers gaan het voorstellingsvermogen te boven.

De afgelopen jaren is de grens tussen de online en offline wereld alsnair vager geworden, grotendeels dankzij de immense groei van mobiel Internet. Het is inmiddels bijvoorbeld voor vele mensen doodgewoon om, tussen het WhatsApp en Instagrammen door, via Foursquare in te checken in hun favoriete schoonheidssalon, kapperszaak of kledingboetiek na even online hun banksaldo te hebben gecheckt.

Niet alleen worden er dagelijks nieuwe apps en websites gelanceerd, ook het aantal mensen dat gebruikt maakt van deze apps en websites lijkt exponentieel toe te nemen. Steeds meer ondernemers onderkennen het feit dat Internet geen optie meer is:

als je bedrijf of organisatie niet actief is op internet, loop je een groot deel van je doelgroep(en) simpelweg mis. Of het nu lokale promotie is via affiliate marketing websites als Groupon en Vakantievelingen of directe interactie met klanten via Twitter of Facebook, Internet marketing is ook in de mode- en beauty-industrie steeds vaker 'common practice'; het is een must.

Maar waar begin je? Waar moet je je prioriteiten leggen? Waarom zou je wel actief moeten zijn op Twitter en juist niet LinkedIn? Of andersom? Hoe scoor je in Google? Hoe kan je voor weinig geld effectief adverteren op het web? Wat zijn de voors en tegens van affiliate marketing? Hoe kan je alle resultaten van je online activiteiten (gratis) meten? Er is één simpel antwoord op al deze vragen: wat je ook doet en hoe je ook doet, doe het beter dan je concurrenten!

Om je te helpen dit antwoord in de praktijk te brengen biedt Internet Marketing Nederland speciaal voor ondernemers een Internet marketing strategie cursus aan.

Tijdens deze cursus zul je onder andere leren:

- Hoe je meer (gratis) verkeer naar je website genereert

- Wanneer je welk social media platform moet gebruiken
 - Hoe je überhaupt met social media aan de slag gaat
 - Welke tools er zijn om zo efficiënt en effectief mogelijk je Internet marketing strategie te implementeren
- In het kort: hoe je zoveel mogelijk online én offline output krijgt voor je online input.

Als lezer van TotalWellness, biedt Internet Marketing Nederland (IMNL) je de kans om voor slechts € 79,- (originele prijs € 625,-) deel te nemen aan deze cursus! De cursus duurt 1 dag en wordt op meerdere locaties in Nederland gegeven. Registreer je nu op <http://www.imnl.nl/total-wellness> onder vermelding van kortingscode "totalwellness".

Internet marketing is geen optie meer!

Steven Rooyakkers
www.nederlandinternet.nl



BEDRIJF IN BEELD

Omslag van kuren naar medical wellness

Het is hier groot, heel groot. Dat is de eerste indruk als je binnenkomt in Bad Buchau. Van oorspronkelijk kuuroord is er een omslag gekomen in de bedrijfsvoering. Moor Heilbad Buchau GmbH, de eigenaar van de diverse ondernemingen is een non-profit gezondheidszorg-bedrijf. Aandeelhouders zijn pensioenverzekeraars en de gemeente. Binnen het moederbedrijf is een van de dochters de Federsee kliniek met ongeveer 400 intramurale bedden. Deze kliniek is een revalidatiekliniek voor reumatologie, orthopedie, interne geneeskunde, oncologie en de acute zorg kliniek voor reumatologie. De kliniek werkt nauw samen met het therapiecentrum. Daarnaast is er een viersterren hotel, een immens wellnesscomplex met thermale baden, massageruimtes, zwembaden, De onderneming kent jaarlijks 200.000 gasten in de thermen en rond de 170.000 in de kliniek.

Kuren in Duitsland

Jaren geleden, toen de Duitse Krankenkasse besloot het jaarlijkse kuren niet meer te vergoeden, kwam er voor vele centra een acuut probleem. Van het ene op het andere jaar moest de bedrijfsvoering drastisch om. Dit is in Bad Buchau goed gelukt. Van kuren ging men naar revalidatie en wellness. Wat is er nu anders dan in Nederland? Welke therapieën zijn er zo al en wat vindt men belangrijk? Tijdens de studiereis preventie wellness bezochten we Bad Buchau twee dagen en waren we onder de indruk van het gebodene.

Samenwerking bedrijfsleven

In zijn presentatie vertelt Prof. Dr. Huonker dat het therapiecentrum veel samenwerkt met grote bedrijven die in het Zuiden van Duitsland te vinden zijn. Onder ander Boehringer, Daimler, Audi. Dit laatste bedrijf stuurt bijvoorbeeld iedere drie weken vijf medewerkers op afspraak van de bedrijfsarts. Hetzij voor revalidatie, begeleiding van psychische problemen, conditietraining of rugklachten. Deze medewerkers verblijven drie weken in het complex en kunnen daarna weer bij hun werkgever aan de slag. Deze werkgever voorkomt hiermee hogere kosten door langere uitval van de medewerker. De werkgever betaalt alle kosten voor dit drie weken durende verblijf. Voor revalidatie kent de Duitse Krankenkasse nog wel een vergoeding. Individuele patiënten krijgen een vergoeding van 110 euro per dag van de ziektekostenverzekeraar en betalen een eigen bijdrage van 19 euro per dag. Voor ons gevoel liggen de behandel-prijzen erg laag ten opzichte van Nederland. Maar hierover later meer.

Buikomvang belangrijker dan BMI

Natuurlijk zijn er diverse restaurants in het complex. Het menu past daarvan nog lang niet bij gezondheid. Op het menu staat veel vlees, weinig groente en de

traditionele Duitse keuken. Het voedingsconcept gaat wel dit jaar nog veranderen. Er komt een apart restaurant waar cliënten dan terecht kunnen die bijvoorbeeld in behandeling zijn voor gewichtsverlies. Maar vooral de Zuid-Duitser schijnt erg gehecht te zijn aan de traditionele keuken. Dr. Huonker legt ons uit dat voor hem BMI minder belangrijk is dan de buikomvang. Bij BMI moet volgens hem meer naar de leeftijd worden gekeken. Voor 20-29 jaar is 21.4 BMI prima, maar bij 60-69 jaar 26.6 BMI. Inmiddels begint in medische kringen namelijk duidelijk te worden dat overgewicht niet in alle gevallen een risico vormt voor de gezondheid, maar vooral als het wordt veroorzaakt door een overmaat aan vetcellen diep in de buik. Op die plek doen vetcellen veel meer kwaad dan wanneer ze zich vlak onder de huid van billen en heupen bevinden. Hoe zit dat? Al meer dan zestig jaar is bekend dat er een sterk verband bestaat tussen een dikke 'bierbuik' en het ontwikkelen van ouderdomsdiabetes. Een meerderheid van de patiënten met diabetes mellitus type 2 heeft zo'n dikke buik. Ook is al lang bekend dat veel mensen lijden aan een ongezonde combinatie van overgewicht, hoge bloeddruk, een verkeerde cholesterolspiegel en te hoge gehalten aan suiker en vet in het bloed. In 1998 introduceerde de Wereldgezondheidsorganisatie de term 'metabool syndroom' om duidelijk te maken dat het probleem iets te maken heeft met het metabolisme, ofwel de stofwisseling. Het wordt volgens Dr. Huonker link als de taille van de vrouw boven de 80 cm komt en van de man boven de 94 cm. Daarnaast mag de verhouding omvang taille/heup bij vrouwen niet boven de 0,85 komen en bij mannen boven de 1.

Therapeutische behandelingen

De aanpak in de kliniek is aan het verschuiven, meer actief (bewegen) en minder passief (massage). Dit op wens van de klant, maar ook door de zorgverzekeraar. Er zijn vele behandelingen en evenzoveel therapeuten en masseurs (rond de 120). Elektrotherapie in bad voor pijnvermindering. Koude

Bedrijfsgegevens:

Gesundheits- Bad Buchau am Federsee
Gesundheits- Bad Buchau am Federsee
Freihofgasse 14 • 88422 Bad Buchau
Tel.: + 49 (0)7582-8001968
www.gesundheitsbad.de

Directeur: Walter Hummler
Medisch Directeur: Prof. Dr. med. Martin Huonker
Jaar van oprichting: 1986
Activiteiten: Thermale Baden, Revalidatie, Kliniek, Spa, Sauna, Beauty, Fitness, Coaching, Modderpakkingen, enz, enz



Walter Hummler



Prof. Dr. med. Martin Huonker

modder van 8 graden tegen reumatische en orthopedische klachten. Kneipp baden. Modderbaden van 39 tot 41 graden om het afweersysteem een boost te geven. Daarnaast wordt er veel getest, bloedtesten, ECG, inspanningstesten, enz. De cliënt die drie weken intensief begeleid wordt, komt na een half jaar weer terug om zijn lichamelijke gesteldheid nogmaals te beoordelen. Mensen die komen om bijvoorbeeld af te vallen, zien dit als een stok achter de deur om zich thuis ook netjes aan de voorschriften te houden. De slogan van het bedrijf was vroeger: Your health is our job, maar is inmiddels aangepast tot: Together for your health. Van de cliënt wordt immers ook iets verwacht.

Wellness

Het thermale water wordt gewonnen op 800 m diepte en heeft een temperatuur van 47 graden. De baden worden druk bezocht en naast de toegang tot deze baden kan de bezoeker kiezen om het apart gelegen sauna-complex te bezoeken. Dit gedeelte is net verbouwd en geopend in de crisistijd. Prachtige sauna's, zelfs de sauna met het grootste glazen dak van Europa. De toegang tot het complete complex is 13 euro per dag. Een koopje vinden wij. Maar er is veel concurrentie in het zuiden van Duitsland. Alleen hier in de omgeving zijn 10 thermale spa's in straal van 80 km. De huidige gasten komen over het algemeen van rond een straal van 200 km. Men heeft als doel het bezoekersaantal te vergroten en de inzet van de twee marketingdames is nu voor 70% gericht op het thermaalbad en het hotel. Bad Buchau onderscheidt zich in de markt met medical wellness. De omgeving is een pre en wordt ingezet in het wellnessprogramma. Wandelen naar het meer, ook voor de mentale wellness. Nordic Walking, Fietsen. Er is veel mogelijk. Over prijzen gesproken, deze zijn voor Nederlandse begrippen aan de lage kant. Een week Bad Buchau, inclusief overnachtingen, half pension, behandelingen en toegang tot de thermale baden en de thermen is er al vanaf 419 euro per persoon.



U bent bij ons in goede handen

Zonnevlecht Opleidingen Massage & Wellness

Massage Opleidingen - Trainingen en Workshops
www.zonnevlechtopleidingen.nl



Beauty Trade special
Focus op schoonheid

24~26 maart 2012
Jaarbeurs Utrecht

www.beautybeurzen.nl

Koop nu online uw toegangsbewijs met korting!

Als lezer van dit magazine profiteert u van een korting op de toegangsprijs. Als u vóór 19 maart 2012 uw kaarten bestelt, dan betaalt u slechts € 11,- per persoon. Vanaf 19 maart betaalt u € 16,-. Gebruik bij het registreren de onderstaande registratiecode*.

1051001

* Deze kortingscode is alleen geldig tijdens de voorverkoop. Aan de kassa betaalt u € 20,-.



Vakbeurs voor
de schoonheids-
verzorging

beauty vakbeurs.nl

btsea



vnu exhibitions
europe

NEOVITA™
HerbaCeuticals

Bescherm uw huid
tegen milieu-invloeden
Regeneert het
afweersysteem van uw huid
100% zonder enige conserveringsstoffen
Pure ontspanning

Pharao's Secret
De Anti-Stress Behandeling



Overtuig uzelf. Bel meteen 024-3971786 • Els Ottens Cosmetic • www.neovita-cosmetic.nl



"LAAT U NIET LIJDEN DOOR
BELOFTE, MAAR LAAT U
LEIDEN DOOR WETENSCHAP!"



EUROTRADE COSMETICS ANTI-AGING OPLEIDINGSCENTRUM

Maak kennis met Eurotrade Cosmetics, een wondere schoonheidswereld die werkt met de medisch onderseiden kwaliteitsproducten van !QMS MEDICOSMETICS'. In dit opleidingseentrum ervaart u uit eerste hand de unieke werking en de verbluffende resultaten van de producten.

!QSMEDICOSMETICS

De doeltreffende anti-aging-producten van !QMS MEDICOSMETICS' zijn het resultaat van doorgedreven wetenschappelijk onderzoek op het hoogste niveau.



Chirurg, biochemicus en internationaal erkend esthetisch specialist Dr. Med. Erich Schulte is de ontwikkelaar van !QMS MEDICOSMETICS'.



Heeft u Interesse om kennis te maken met de doeltreffendheid van !QSMEDICOSMETICS'?
Neem dan vrijblijvend contact met ons op.

eurotrade
cosmetics

Distributor !QMS Medicosmetics
Rijksweg 959 | 3650 Elen-Dilsen | T +32(0)89 86 50 55

www.eurotrade-cosmetics.eu

Huidverbetering

Een grauwe huid kan weer stralen, een verslachte huid kan haar stevigheid terugvinden, pigmentvlekken of couperose kunnen vervagen of verdwijnen. Om precies te weten van welke behandelingen de huid van uw cliëntèle het meeste profijt heeft is een uitgebreide huidanalyse belangrijk. Daarna natuurlijk een goed behandelplan met een goed product. Ontwikkelingen staan niet stil. Daarom stelden we een aantal leveranciers onderstaande vragen.

- Zijn er nieuwe ingrediënten die niet alleen resultaten beloven, maar ook waarmaken. Zo ja, welke?
- Wat adviseert u als beginleeftijd om te starten met behandelingen tegen huidveroudering?
- Adviseert u tevens het gebruik van apparatuur, zo ja welke?

C.V.R. Cosmétique N.V.

www.cvr-cosmetique.com

Vragen beantwoord door: Mevrouw van Rumund, mede-directrice en schoonheidsspecialiste



Ja, er zijn wel degelijk nieuwe ingrediënten. Zoals van de laatst ontwikkelde lijn Derm Acte van Académie Scientifique de Beauté Paris. Liposomen (positief geladen) dragen een saxifraga sarmentosa-extract rond dat wordt rondgeleid tot in de celkern. Dit extract bezit anit-vrije-radicalen vermogen, herstelt en beschermt DNA. De huid is zo beschermd tegen de negatieve invloed van vrije radicalen, UV stralen. Deze bescherming gaat tot in het hart van de cellen. Beschermt de omgeving van stamcellen tegen oxidatie en garanderen optimaal onderhoud. Als beginleeftijd valt er geen leeftijd op te plakken. Dit dient per huid bekeken te worden. Het is wel aangeraden zo vroeg mogelijk te beginnen en indien nodig apparatuur in te zetten.

Plus Products International BV

www.revebel.it/nl

Vragen beantwoord door: Aly van Plateringen, Eigenaar



Jazeker er zijn nieuwe ingrediënten die niet alleen resultaten beloven, maar ook waarmaken. Zoals de stamcellen van Edelweiss. Deze bieden fantastische resultaten, zeker in combinatie met hyaluron. Vanaf 25 jaar kan het voor een aantal cliënten al wenselijk zijn, normaal gesproken wordt het starten met huidverbetering een actueel onderwerp rond de 30e verjaardag. Apparatuur die bijdraagt tot goede resultaten is bijvoorbeeld Microdermabrasie en Echo2 zuurstofbehandelingen.

De Valois Cosmetics BV

www.devalois cosmetics.nl

Vragen beantwoord door: Saskia de Valois, Eigenaar



Dermophysiologique heeft zich gespecialiseerd op cosmetisch chemisch onderzoek en biochemie om nieuwe werkstoffen en actieve moleculen te vinden die de kwaliteit van onze producten verbeteren en daarmee de werkzaamheden van de schoonheidsspecialist op een hoger niveau brengen. Het gaat daarbij niet om het volgen van de laatste mode of een trend, maar om met voortdurend enthousiasme en toegewijde research naar succes te streven. Dermophysiologique kent specifieke patenten. Heel speciaal is DERMOMAGNETIC. Deze behandeling maakt gebruik van een crème masker waaraan speciale

ijzerdeeltjes zijn toegevoegd. Een magneet en een speciaal tonicum. De verschillende onderdelen werken samen en veroorzaken een dieptereiniging en een versterkend effect van de huid. Het patent omvat de gehele behandeling.

Vanaf 25 jaar willen wij daarmee beginnen. Maar soms zijn behandelingen om de huid te verbeteren nodig na een stressvolle periode of zware acne e.d..

Wij werken voornamelijk manueel en zeker het ijzer-masker geeft d.m.v. de magneet en de werkstoffen een directe stimulatie.

FlorintBV imp.Dr. Spiller

www.florint.nl

Vragen beantwoord door: Conne van Groningen, Directeur



Dr. Spiller gebruikt nieuwe ingrediënten die resultaten geven. Denk daarbij bijvoorbeeld aan FCC-Rugacin. Dit wordt uit verschillende granen gewonnen en is een gist. Dit ingrediënt verbetert niet alleen de glycosamine van het bindweefsel, maar verbetert ook de verbinding tussen epidermis en de dermis. Dit zorgt voor een diepere opname van de werkstoffen. UV Tutamenarin wordt gewonnen uit de sapp van de bladeren van de kersenboom. Dit ingrediënt heeft een natuurlijke UV factor en voorkomt vroegtijdige veroudering. Oligopeptide (zit ook in Botox) geeft direct resultaat. Miniplooitjes verdwijnen direct. Tijgergras bevat hoogwaardige werkstoffen zoals Aminozyuren en mineralen en vitamines die de collageenbinding bevorderen. Hibiscusextracten verbeteren de huidstructuur en verhogen het vochtigheidsgehalte. Una de Gato=katenklauwen verbetert het immuunsysteem en verdikt de epidermis en voorkomt daardoor de huidveroudering. Een beginleeftijd is moeilijk te zeggen want dat is afhankelijk van het huidtype. Men kan als 30plusser beginnen met een vitaliserende behandeling ter voorkoming van huidveroudering. Het gebruik van producten ter stimulering van de celdeling is aan te bevelen. Bv Sauerstoffserum. Met veertigplus en vooral bij de overgang is het gebruik van volle crèmes op basis van huidgelijkende oliën zeker aan te bevelen. Bv Q10 Sauerstoff-complex en de Seidencomplex. Een kuur van ampullen werkt erg stimulerend bv vitamine Cplus serums.

Zolang er goede en mooie crèmes op de markt zijn die echt werken, bv Celebration Reactivating Cream, is het gebruik van apparatuur niet nodig.

Foxcosmetics

www.foxcosmetics.nl

Vragen beantwoord door: Astrid Vos, Eigenaar



In de nieuwe Advanced lijn van Eve Taylor hebben we bijvoorbeeld een Telomere DNA. Dit helpt bij het voorkomen van veroudering en het behoud van de lengte van de telomeren. Hierdoor heeft de cel een langere levensduur met o.a. als ingrediënt Teprenone. Dit remt de cross-linking van de vorming van de chemische bruggen tussen eiwitten en andere grote molu-

culen. Cross-linking draagt bij aan het verouderingsproces.

Je kunt niet vroeg genoeg binnen, voorkomen is altijd beter dan genezen en vanaf 20 jaar begint eigenlijk alweer het afbouwproces. Maar om echt met anti-aging producten te gaan beginnen ligt ook aan de toestand van de huid. De één zal eerder met deze producten moeten beginnen dan een ander.

Er is tegenwoordig veel goede cosmetica die prima werken zonder apparatuur, maar met apparatuur kun je in bepaalde gevallen net iets verder in de huid komen. Zoals bv de ION WAND van Eve Taylor. Een handzaam apparaatje met een lichte current stroom die ervoor zorgt dat een product beter en sneller wordt opgenomen.

KORT NIEUWS

Zeewier, het voedsel van de toekomst

Zeewier was 20 jaar geleden nog een exotisch ingrediënt uit de Japanse keuken. Het bedrijf Libra Import & Export begon toen met het merk ATLANTICA aan de ontwikkeling van zeewierproducten als onderdeel van de Europese eetcultuur. Met haar nieuwe productlijn voor een breed publiek van 17 verse zeewierproducten, presenteert Libra het resultaat van 20 jaar gezonde gastronomie. Voor Agnes van Dijk en Bert Baanders, de verantwoordelijken van Libra, is de toekomst van zeewier als voeding al lang begonnen. Zij presenteren verse zeewieren als basisvoeding met hoog eiwitgehalte en grote diversiteit aan nutriënten, als moderne delicatessen en als effectieve voeding voor een gezonde leefstijl. Met hun deelname aan eetprojecten van de universiteit van Wageningen en aan de kookshows tijdens de groene weken van het Europe Parlement, steken zij dat niet onder stoelen of banken. De Atlantica producten worden in Nederland en België verdeeld door Udea, Kroon B.V. en Biofresh. Zie: www.alguesatlantica.com



Blijven adverteren loont

Binnen het scala van traditionele advertentiemogelijkheden biedt print de hoogste ROI. (Return on Investment) Dat blijkt uit de rapportage van het Media Efficiency Panel van GfK. De analyse is gebaseerd op een benchmark van 98 studies.

Uit de op het INMA European Congres gepresenteerde studie blijkt dat print binnen de traditionele media de hoogste ROI genereren. Hoewel TV hoog scoort leveren advertenties in vakbladen, kranten en tijdschriften 2,5 keer zo veel op. Ook online campagnes zijn geanalyseerd. Presentatie op sites van (vak)tijdschriften is effectief, maar ook youtube. Uitkomsten van het MEP tonen verder een aantal succesfactoren voor printcampagnes;

- Uitingen met direct respons karakter leveren meer op
- Campagnes gericht op merkkliefhebbers zijn het meest effectief
- Print is van grote toegevoegde waarde bij andere campagnes als on-line en tv
- Print bereikt net als online relatief veel innovators and early adopters



NAGELS

Kan iedereen Nail Art leren?

Iedereen kan nail arten! Zelfs als je onvoldoendes had voor tekenen op school: nail art is te leren. Je moet trouwens wel, want een professionele studio kan niet meer zonder nail art.

Sinds enige tijd zit nail art in onze Magnetic basisopleiding nagelstylist. De klant van 2012 verwacht namelijk dat haar nagelstylist nail art aanbiedt. Nail art is geen 'extra' service meer, het is een onmisbaar onderdeel van het vak. Net als manicure of gel polish hoort nail art gewoon op je prijslijst te staan.

Nail art is voor professionals

Natuurlijk is er wel niveaoverschil. Hand painted nail art met levensechte tijgers is niet voor iedereen weggelegd. Dat vraagt veel tijd en energie. Maar slim streepjes zetten op een nagel zodat je een tijgervelletje suggereert, dat kan iedereen leren. Marmeren kan bijna niet 'fout' gaan en is erg leuk om te doen. Wil je het nog simpeler: er is zoveel keus in kant-en-klare stickers, dat je klanten iedere maand met een nieuwe nail art de deur uitgaan. Hoe eenvoudig de methode ook, de klant kan het meestal niet zelf.

Ten eerste omdat ze niet de handigheid heeft haar dominante hand te bewerken.

Ten tweede omdat ze niet over professionele producten beschikt.

Ten derde omdat ze geen basisopleiding heeft gehad.

Zo'n cursus heb je wel nodig om de basis van kleurcombinaties, technieken en materialen onder de knie te krijgen.



Varieer met kleur

Als je niet echt handig bent met nail art, kun je je het beste beperken tot een paar eenvoudige designs. Je kunt beter een paar designs echt goed in je vingers hebben, dan heel veel printjes nét niet perfect. Oefen favoriete prints in verschillende kleurcombinaties. Door handig materialen te combineren, kun je je klanten toch veel variatie aanbieden. Zet streepjes of stippeltjes met glitter Stripe It in plaats van verf en het effect is al anders. Zorg voor een groot assortiment steentjes in allerlei vormen en maten. De techniek van het steentjes plakken is identiek, maar door het materiaal te variëren, krijg je toch een nieuwe print. Als je stickers met steentjes combineert, heb je er zo weer een leuk design erbij.

Stijl

Mijn ervaring is dat veel nagelstylisten zichzelf blijven ontwikkelen in nail art. Daarom biedt mijn Magnetic Nail Academy cursussen aan in opklimmende niveaus. Want hoe méér je leert, hoe verder je wilt komen. Veel collega's hebben een eigen, unieke stijl ontwikkeld. Klanten herkennen hun designs uit duizenden. Dat topniveau bereik je vooral door het combineren van technieken zoals airbrush, handgeschilderde motieven en driedimensionaal acrylwerk. Op ons Magnetic You Tube Channel laten we daar veel voorbeelden van zien. Maar omdat niet iedereen de tijd en de klanten voor zulke dure nail art heeft, hebben we in ons Magazine ook altijd een paar superleuke 'ten-minute-designs'.

Etaleren is begeren

Of je nu echte nail artist bent of een beginner: laat in je studio zien welke nail art prints je kunt maken. Met behulp van color pops of speciale tips maak je eenvoudig een leuke presentatie. Maak eventueel een fotoboekje. Laat alleen de prints zien die je ook daadwerkelijk kunt en wilt maken. Geef aan wat elke nail art kost, zodat je klant zelf kan bepalen wat ze wil uitgeven. Bereken je kostprijs door je werktijd en je materiaalkosten op te tellen. Elk steentje extra moet je laten betalen, dan kan de klant kiezen of ze die extra luxe wil. Zorg dat je goedkope teenslippers in voorraad hebt. Als een klant spontaan besluit ook haar teennagels te laten decoreren, kan ze zo de deur uit zonder de print te beschadigen.

Mey Liang - info@meyliang.nl



Mey Liang

Energiebesparende technologie voor LED

EVA Optic introduceert in januari 2012 de eerste kleurwisselende RGBW LED onderwaterlamp met voldoende lichtopbrengst om 400W halogeen onderwaterlampen 1 op 1 te kunnen vervangen zonder verlies in lichtopbrengst. Met het unieke, door EVA Optic ontwikkelde Intelligent Power Control (IPC) heeft de EVA Optic A4 RGBW LED onderwaterlamp altijd 100% licht output terwijl het verbruik nooit hoger is dan 50W. Andere RGB(W) LED onderwaterlampen hebben 200W LED kracht nodig om deze lichtopbrengst te kunnen evenaren. Bij het vervangen van halogeen onderwaterverlichting door EVA Optic LED onderwaterverlichting met een vergelijkbare lichtopbrengst zijn de investeringskosten al na 1,5 jaar terugverdiend. Nadat de investering in de LED onderwaterlamp is terugverdiend, wordt nog jarenlang tot wel 90% meer energie bespaart dan voorheen. Bij het vervangen van een 400W halogeenlamp door een EVA Optic A4 RGBW 4x50W LED lamp kom je op de volgende besparing:

- Besparing per lamp per jaar: € 463,55
- Besparing per lamp na 5 jaar: € 2.317,75

www.evaoptic.nl



(Sport)Massage?

Beauty & Care

Zoete Amandel olie!

plus
Lavendel
Duizend Bloemen
Bamboe
Magnolia
Ylang Ylang
Sport mix

www.benc.nl

**GUN UW CLIËNTÈLE
DE SUPERIEURE
KWALITEIT VAN GOUD**

**MEER INFO.: LA VITA DISTRIBUTION | TEL: +32(0)3/257.37.80
INFO@LAVITA-DISTRIBUTION.BE | WWW.LAVITA-DISTRIBUTION.BE**

**Huidverzorging op basis
van pre- en probiotica**

Probioxi Expert System geeft waar de huid om vraagt

Consumenten kiezen een huidverzorging die zij prettig vinden in gebruik of kiezen puur op wat hen, al dan niet door de reclame beïnvloed, aanspreekt. Wat de consument zich te weinig realiseert is dat de gekozen huidverzorging niet altijd geschikt is voor haar huid.

Voor Probioxi, toonaangevend producent van met pre- & probiotica verrijkte producten voor huidverzorging en persoonlijke hygiëne, reden om een nieuw systeem te ontwikkelen: het Probioxi Expert System.

Huidanalyse
De gedachte achter het systeem is dat elke huid uniek is en elke huid behoefte heeft aan verzorging die voldoet aan de eisen van dat specifieke huidtype. Het begint met een analyse van de huid door middel van een meetsysteem met een speciale camera. Deze meet huidgevoeligheid, rimpeldiepte, talgsecretie, vochtgehalte, huidstructuur, oliegehalte op de huid, poriën en pigmentvorming. Op basis van deze analyse wordt vervolgens een volledig op de persoonlijke (huid)conditie afgestemde selectie van producten gemaakt.

Drie productniveaus, verschillende combinaties
Door het modulaire systeem van 13 op elkaar afgestemde producten kan de meest optimale combinatie samengesteld worden en 99% van de cosmetische behoefte worden afgedekt.

Pure zijn de zacht reinigende lotions en ex foliërende scrub. Dit is het niveau waar de huid gezuiverd en klaargemaakt wordt voor de behandeling.
Balance bestaat uit vijf beschermende crèmes die zijn afgestemd op het specifieke huidtype. Ze brengen comfort en helpen de huid terug in balans te komen.
Cure zijn de sterk geconcentreerde serums om de 'sporen van het leven' te wissen en de gemeten huidproblemen aan te pakken.

Waarom Probioxi?
De Probioxi cosmetica compenseren de gevolgen van externe factoren op de huid. De huidconditie is afhankelijk van diverse factoren zoals leeftijd en levensstijl maar ook van seizoenen, ziekten of medicatie. Probioxi streeft er naar om het verschil tussen de actuele huidleeftijd en de biologische leeftijd te verkleinen en adviseert dan ook om regelmatig de huidconditie te meten en op basis daarvan aangepaste huidverzorging te gebruiken.

Probioxi wil met deze geheel nieuwe werkwijze teleurstellingen van niet werkende en vaak dure producten voorkomen. Alle producten zijn vrij van parabenen, siliconen en kleurstoffen.

Wilt u meer weten
Neem contact op met BlooMEDical Benelux NV te Breda op
T 076 524 5353 of stuur een
e-mail naar info@bloomedical.com

**BLOOMEDICAL
BENELUX NV**

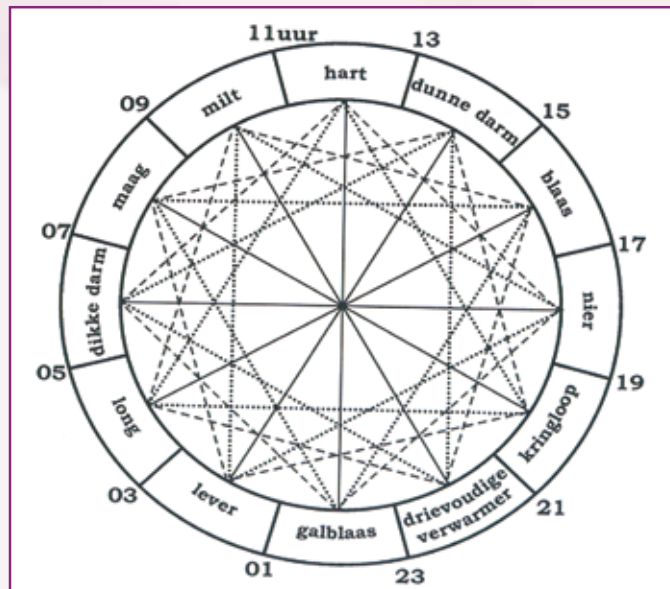
www.probioxi.nl

Energie en meridianen

Het overzicht van hoe de energie gedurende de dag door de meridianen stroomt, wordt ook wel het meridiaanwiel of de orgaanklok genoemd. Veel therapieën werken met energiebanen. Denk bijvoorbeeld aan Shiatsu, Tocu for Health, Thaise massage en accupunctuur. Waarom moeten we overdag veel en 's nachts meestal niet naar het toilet? Waarom is ons redeneringsvermogen optimaal tegen de middag en zijn onze spieren het sterkst in de namiddag? Waarom voelt u zich na een trans-Atlantische vliegreis zo ellendig? Er is daarop maar één antwoord mogelijk: onze biologische klok. Iedere meridiaan kent een tijd van de dag waarop ze het meest actief is.

Het kan van belang rekening te houden met de tijden waarop energieën actief zijn in ons lijf. De voetbalclub AC Milan traint bijvoorbeeld tegenwoordig op de tijden waarop de spieren het actiefst zijn en dit heeft als positief gevolg dat het aantal blessures met tientallen procenten is gedaald.

Het Meridiaanwiel kent onderstaande meridianen en tijden. Dit is een korte uitleg van de aspecten die kunnen spelen bij de betreffende meridianen.



Wanneer u meer wilt weten over meridianen kunt u daarvoor een cursus volgen. Er zijn er vele, ook bijvoorbeeld specifiek voor beautybehandelingen. a Ja! beauty business (www.a-ja.nl) kent een cursus Japanse facelift massage die werkt op onze meridianen.

1. Centrale meridiaan 19-21 uur

Deze meridiaan reguleert de hersenen en wordt beïnvloed door emotionele stress, angsten en leerproblemen. Deze bevindt zich midden op de romp aan de voorkant. Ons denken en vormgeven.

2. Gouverneur meridiaan 11-13 uur

Deze meridiaan reguleert de lichaamsfuncties en is betrokken bij problemen met de wervelkolom en de suiker- en stofwisseling. Hij bevindt zich midden op de romp aan de achterkant. Hoe sta je in de wereld.

3. Maagmeridiaan 7-9 uur

Reguleert vooral de maag en de spijsvertering. Bij een blokkade kunnen vervelende zaken optreden als oprispingen, winderigheid, allergieën, astma, problemen met knieën, enkels en kaakgewricht, pijn in de lies en kiespijn. Op emotioneel gebied zijn er tevens effecten



waarneembaar. Nerveuze spanningen, ergernis, prikkelbaarheid, teleurstelling en een gebrekkige innerlijke harmonie ontstaan. Het beginpunt van de maagmeridiaan ligt onder het oog en het eindpunt op de voeten op de tweede teen.

4. Miltmeridiaan 9-11 uur

Regelt bloedvaten, bloed en het transport hiervan en de spiertonus. Bij blokkades kunnen er problemen met de bloedsuikerspiegel, diabetes, bloedafwijkingen, allergieën, gebrek aan eetlust, winderigheid, diarree, pijn in de wervelkolom en gewrichten, zwakke of traag bewegende ledematen, bindweefselzwakte, aambeien of spataderen ontstaan. Op emotioneel gebied: verdriet en gebrek aan waardering. Het beginpunt ligt op de mediale nagelhoek van de grote teen en het eindpunt ligt onder de oksel.

5. Hartmeridiaan 11-13 uur

Reguleert bloed, bloedvaten en bloedsomloop. Bij blokkades kunnen problemen met hart en bloedvaten, onregelmatige pols en hartslag, bloedend tandvles, spraakstoornissen, pijn in de schouders en problemen met het buigen van de onderarm en hand ontstaan. Op emotioneel gebied: liefdesproblemen, plankenkoorts, onredelijk gedrag, histerie, opwinding, slapeloosheid en buitensporige dromen. Het beginpunt ligt onder de oksel en het eindpunt op de top van de pink aan de binnenzijde.

6. Dunne darm meridiaan 13-15 uur

Reguleert de lichaamssappen. Bij blokkades kunnen een pijnlijke en rommelende buik, spijsverteringsproblemen (diarree, constipatie), darmschimmels, allergieën, problemen met de mond, gebit en ogen, hoofdpijn, oorpijn, tinnitus (oorsuizen), tenniselleboog, pijn in de schouders, problemen met het strekken van de arm en het draaien van de nek ontstaan. Op emotioneel gebied: gebrek aan eigenwaarde, gebrek aan vreugde, verdriet, somberheid en haat. Het beginpunt ligt op de top van de pink aan de buitenzijde en het eindpunt voor de gehoorgang.

7. Blaasmeridiaan 15-17 uur

Activeert alle andere meridianen, reguleert de blaas. Bij blokkades kunnen urineretentie, incontinentie, moeilijkheden bij urineren, gevoel van slapte, problemen met het onderlichaam en prostaat, spit, klachten van de wervelkolom, beperkte beweging van de heupen en pijn bij het buigen van de knieën ontstaan. Op emotioneel gebied: rusteloosheid, problemen met zelforiëntatie, zelfbewustzijn, innerlijke rust en uithoudingsvermogen. Het beginpunt ligt naast het oog, aan de binnenkant, en het eindpunt ligt bij de kleine teennagel aan de buitenkant.

8. Niermeridiaan 17-19 uur

Reguleert de waterhuishouding in het lichaam. Bij blokkades kunnen nierinfecties, oedeem, seksuele problemen, problemen met de urinewegen, ademhaling, huid, hart, zenuwen en beenderen, slechte tanden, slaapstoornissen ontstaan. Op emotioneel gebied: seksuele onzekerheid, angst en problemen met trouw. Het beginpunt ligt onder de voet en het eindpunt bevindt zich bij de knobbel van het sleutelbeen.

9. Kringloopmeridiaan 19-21 uur

Reguleert het hart- en bloedsomloopfuncties. Bij blok-

kades kunnen bloeddrukproblemen, pijn op de borst, menstruatieproblemen, vermoeidheid, concentratie- en geheugenzwakte ontstaan. Op emotioneel gebied: problemen met vergeving, jaloezie en berouw. Het beginpunt ligt op de tepel en het eindpunt bevindt zich op het puntje van de middelvinger.

10. Drievoudige Verwarmer meridiaan 21-23 uur

Deze meridiaan heeft geen bijbehorend orgaan, maar zijn functies beïnvloeden alle 11 andere meridianen. Hij functioneert als thermostaat en past onze lichaamstemperatuur aan als de temperatuur buiten verandert. Geeft een psychisch en fysiek evenwicht. Bij blokkades kunnen klier- en hormoonstoornissen, weergevoeligheid, oorsuizingen, gevoeligheid voor infecties en vermoeidheid ontstaan. Hij is ook betrokken bij schouderproblemen en tennisarmen. Op emotioneel gebied: depressie, problemen met innerlijke balans en nonchalance. Het beginpunt ligt op de ringvinger aan de buitenkant en het eindpunt bevindt zich aan het eind van de wenkbrauw.

11. Galblaasmeridiaan 23-1 uur

Reguleert de galblaas (werkt nauw samen met de lever) en spijsverteringsklieren. Bij blokkades kunnen gal- en spijsverteringsstoornissen, storingen in de leverfuncties, allergieën en/of toxines, bloedarmoede en hoofdpijn tengevolge van verkeerde voeding ontstaan. Op emotioneel gebied: boosheid, problemen met besluitvaardigheid en doelbewust handelen, doelloosheid. Het beginpunt ligt naast het oog aan de buitenkant en het eindpunt ligt op de 4e teen aan de buitenkant.

12. Levermeridiaan 1-3 uur

Reguleert de lever en de stofwisseling. Bij blokkades kunnen spijsverteringsproblemen, allergieën, verzwakt immuunsysteem, menstruatie problemen, problemen met pezen, spierkrampen, gezicht- en nagelproblemen ontstaan. Op emotioneel gebied: geïrriteerdheid, boosheid, frustratie, woede en depressie, onevenwichtigheid en ongelukkigheid. Het beginpunt ligt op de grote teen aan de buitenkant en het eindpunt ligt onder de tepel.

13. Longmeridiaan 3-5 uur

Reguleert de longen, de bovenste luchtwegen, bloedcirculatie en waterhuishouding. Bij blokkades kunnen griepinfecties, lage weerstand, vermoeidheid, oedeem, astma, ademhalingsproblemen, problemen met de zweetafscheiding, pijn in armen en schouders ontstaan. Op emotioneel gebied: verdriet, zorgen en intolerantie. Het beginpunt ligt bij het kuiltje van de schouder en het eindpunt aan de binnenkant van de duimnagel.

14. Dikke darm meridiaan 5-7 uur

Reguleert de dikke darm, slijmvliezen van de bovenste luchtwegen, helpt bij het uitscheiden van slakken. Bij blokkades kunnen darmstoornissen, pijnlijke rommelende buik, diarree en verstopping, verkoudheid, amandelontsteking en hoofdpijn ontstaan. Op emotioneel gebied: problemen met het kunnen loslaten, schuldgevoelens, geen eigenwaarde. Het beginpunt ligt aan de buitenkant van de nagelhoek van de wijsvinger en het eindpunt ligt op de hoek van neusvleugels.

Met dank aan Cora Kirkels

van Appeven, da's pas sap!

FLES 0,7 L | 0,25 L | APPELTAPPEN

Gun

uw klanten pure beleving met van Appevens Pure Vruchtensappen.

Wilt U deze gekoeld kunnen serveren dan kan dat met onze **Appeltap-Cooler.**

VERSE SAPPEN | MILIEUBEWUST | GEEN TOEVOEGINGEN | EIGEN PRODUCTIE

APPEVEN

FRUITELERS SINDS 1830

Groeneweg 1, 6049 CE Herten (L)
t 0475 334810
www.appeven.nl

PRODUCTINFO

Deze rubriek is gewijd aan nieuwe producten voor de wellnessbranche, die binnenkort op de markt komen of daar niet eerder dan drie maanden geleden werden geïntroduceerd.

De gegevens dienen in ieder geval te bevatten: productnaam, herkomst, gebruiksdoel, producteigenschappen, verkrijgbaarheid en zo mogelijk de (advies-)prijs.

De berichten worden door de redactie samengesteld aan de hand van de gegevens die door de fabrikant/leverancier zijn verstrekt.

Voor plaatsing in deze rubriek wordt voor tekst en foto een bedrag in rekening gebracht van € 250,- (excl. BTW).

Voor contractadvertiseerders geldt een korting.

Kopij voor deze rubriek kan worden gestuurd aan:

Redactie Total Wellness,
Postbus 137
7130 AC Lichtenvoorde

Berichten kunnen ook worden gefaxt naar nummer +31 (0)544 370998

of per mail worden verzonden naar info@total-wellness.nl

Producten met geweldig resultaat

Voor een groot assortiment Mesoproducten moet u bij Beauty Trading BV zijn. Zij leveren de producten van het merk SalonnePro. Naast verschillende DermaRollers en DermaStamps leveren zij ook Bio Serums. Deze serums zijn speciaal ontwikkeld voor gebruik in combinatie met de DermaRoller.

De vijf serums bevatten verschillende vitaminen en andere natuurlijke werkstoffen. Elk serum is ontwikkeld om een specifiek proces te ondersteunen.

Zo is er een serum om de collageenaanmaak te stimuleren, om pigmentvlekken te behandelen en om littekencollageen te helpen afbreken. Binnenkort worden twee nieuwe Mesotherapie serums geïntroduceerd voor het behandelen van striae en cellulite.

De serums bevatten geen synthetische ingrediënten. Hierdoor zijn de serums veilig te gebruiken en wordt de kans op een allergische reactie geminimaliseerd. Om de Mesobehandeling af te sluiten en de huid extra te beschermen zijn er verschillende speciale producten zoals een lotionmasker, een natuurlijke zonnefactor en talc-vrije minerale poederfoundations.



Na het volgen van de Training Mesotherapie kunt u deze behandeling op een veilige en effectieve manier toepassen in uw salon.

Om een idee te krijgen van de effectiviteit van deze geweldige behandeling

kunt u op de website voor en na foto's bekijken van de geweldige resultaten bij klanten.
www.beauty-trading.com

**Meer info: info@beauty-trading.com of
Tel: +31 (0)26-4822775**

Zijden kussensloop tegen droge huid en rimpels

Een droge huid krijgt eerder gezichtsrimpels. Het is daarom belangrijk om het vochtgehalte van je huid op peil te houden. Een goede gezichtscrème gebruiken, is niet het enige wat je kunt doen. Silk Haven introduceert als eerste in Nederland onderzoeksresultaten over de zijden kussensloop als element tegen een droge huid en het te vroeg ontstaan van gezichtsrimpels: Slapen op een zijden kussensloop als onderdeel van de dagelijkse gezichtsverzorging.

Mirna Boomaerts, zijdespecialist en slaapadviseur: "In vele wetenschappelijke onderzoeken en publicaties in Amerika en Engeland is bewezen dat slapen op een zijden kussensloop een belangrijk element kan zijn in de strijd tegen het ontstaan van gezichtsrimpels." Mirna brengt als eerste deze bewijzen naar Nederland. Zijde is opgebouwd uit snaren van aminozuren (proteïnen) met dezelfde pH-waarde als je huid en haar. Deze eiwitten kunnen helpen om "bed haar", kroezen en gespleten haarpunten te voorkomen. Uit onderzoek blijkt ook dat zijde helpt om het vochtgehalte van de huid op peil te houden en het ontstaan van gezichtsrimpels kan helpen minimaliseren (Silk Sericin as a moisturizer: an in vivo study: Journal of Cosmetic Dermatology)

Er zijn 5 belangrijke oorzaken voor veroudering van de huid aan te wijzen: intrinsieke veroudering (verlies van vet, spierkracht en structuur); slaapproblemen; blootstelling van de huid aan de zon; zwaartekracht; expressie rimpels. Het eerste waar je zelf invloed op hebt, is de zonneschade verminderen: gebruik een Sunblock of dagcrème met UVA filter. En ten tweede het voorkomen van slaapproblemen door te slapen op een zijden kussensloop (American Academy of Dermatology)

Met bovenstaande conclusies is het duidelijk dat een zijden kussensloop het ontstaan van gezichtsrimpels kan helpen vertragen, een droge huid verzorgt en is goed voor je haar.



**Meer info: info@silkhaven.nl of
www.silkhaven.nl**

Professioneel aromatherapie-merk Eve Taylor

Fox Cosmetics is er trots op een nieuw merk te presenteren in Nederland. En niet zo maar een merk. Ontwikkeld door Eve Taylor. Ze wordt wel de moeder van de moderne aromatherapie genoemd en een visionair in de beauty industrie. Vele collega's over de hele wereld zien haar als de pionier op het gebied van de professionele aromatherapie voor het gezicht en het lichaam. Vandaag de dag worden haar manier van opleiding en technieken wereldwijd gebruikt. Ze heeft in Engeland een koninklijke onderscheiding gekregen voor haar verdiensten voor de beauty industrie.



Inmiddels is Eve Taylor al meer dan 40 jaar werkzaam en nog steeds bezig met het ontwikkelen van nieuwe producten en trainingstechnieken. Eve Taylor heeft een nieuwe techniek ontwikkeld om uit te zoeken wat voor effect de fysieke en emotionele toestand van een persoon heeft op de behandeling van huidaandoeningen. Deze "System of Analysis", is een driedimensionale benadering en wordt gebruikt om de oorzaak van een probleem op te sporen. Elk deel van het lichaam beïnvloedt de andere en als je de oorzaak van een probleem vindt, helpt dit de balans te herstellen.

Eve Taylor Aromatherapie voor gezichts- en lichaamsverzorging, is zeer resultaatgericht, direct zichtbaar effect, zeer betaalbaar en vooral vertrouwd.

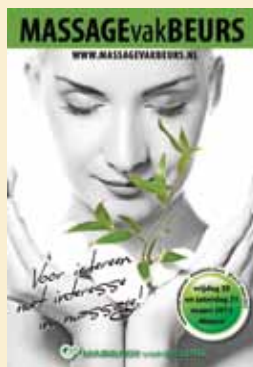
De lijn bestaat uit een compleet assortiment aromatherapie producten voor gezicht en lichaam, essentiële oliën, diffusers en massagekaarsen.

**Meer info.: Tel.: +31 (0)416-795158,
info@foxcosmetics.nl of
www.foxcosmetics.nl**

Zorg ervoor dat u die extra service waar klanten om vragen kunt bieden!

"Ontdek hét platform voor masserend Nederland" tijdens de MASSAGEvakBEURS op 30 en 31 maart 2012 in Brandboxx Almere.

- vernieuwend, de laatste noviteiten
- aanvullend, geef die extra service in uw praktijk
- zelf ervaren, behandelingen ondergaan
- inspirerend, demonstraties en introductiewerkshops
- netwerken, uitwisseling van ervaringen



Welke introducties/kennismakingsworkshops zijn er voor jou als wellnessprofessional:

- Communiceren in de praktijk op basis van NLP
- Social Media voor Starters
- De kracht van geurfrequenties en energetisch werk
- Magneten ook voor jou als professioneel masseur
- Nek- en schedelreflexologie
- Adem en Onstpanningstherapie methode Van Dixhoorn
- Ceramic Wonder
- Voetreflex en Meridianen
- Spiritueel Ondernemen
- Natural Face Lifting: een nieuwe kijk op anti-aging
- Gezichtsreflexologie/Cosmolift/Cosmofacial workshop
- Aromatherapie en Do-IN: Ademhaling en Geurbeleving
- Aromatherapie en Voetreflexmassage
- Afrikaanse Hoofd Massage
- TouchPro Stoelmassage
- Shiatsu Stoelmassage
- Verhoog je vitaliteit met voeding
- Ceramic Wonder
- Kleur- en lichttherapie op het gezicht
- Thaise Massage leren in Thailand

Lezers van Total Wellness kunnen kaarten via de site www.massagevakbeurs.nl bestellen met 23% korting, wanneer ze de code TotalW11 gebruiken. Je betaalt dan € 10,20 in plaats van de € 15,- aan de kassa.

Electroporatie met speciaal ontwikkelde productlijn

Sinds de introductie van de Beauty Lab in 2010 hebben ze bij Body Equipe niet stil gezeten. Er wordt continue gekeken met welke behandeltechnieken of producten de behandelingen verbeterd kunnen worden. Arent Meppelder, eigenaar van Body Equipe: "We hebben erg veel contact met onze producent in Italië zodat geluiden van onze klanten en uit de markt meteen te vertaald kunnen worden om onze producten te optimaliseren en aan te passen. Onze producent is een klein bedrijf in Italië."



Dat heeft als groot voordeel dat we direct contact hebben met de technici en professoren. De Beauty Lab is vernuftig ontwikkeld. Elke verbetering of update kan direct bij onze klanten in de Beauty Lab geïnstalleerd worden. Zo blijven onze klanten altijd met de laatste technieken werken."

Geïnteresseerden die met de Beauty Lab willen werken kunnen profiteren van het unieke verhuursysteem. Het Beauty Smart Concept. Hier betaalt u alleen wanneer u de Beauty Lab gebruikt. Dus geen vaste maandlasten. Bovendien wordt uw Beauty Lab altijd met de laatste technologieën bijgewerkt.

Helmaal nieuw is Electroporatie en een prachtige complete productlijn. De laatste is speciaal ontwikkeld voor de Beauty Lab. Electroporatie is de perfecte methode om de actieve bestanddelen van producten in te sluiten. De techniek zorgt voor vorming en verdwijning van de microporiën. Dit zorgt vervolgens voor een aanzienlijke verhoging van de huiddoorlaatbaarheid.

De nieuwe lijn van producten heeft een uitermate hoog gehalte aan actieve werkstoffen. De Beauty Lab en de producten zijn uitstekend te combineren met uw bestaande behandelingen en producten voor huidverbetering, huidverstrakking en anti-aging. Voor het lichaam is er een speciale lijn.

Wilt u meer weten, of zou u graag een demonstratie willen, neem dan gerust contact op met

**Body Equipe Benelux via 0416-795127
of per mail info@body-equipe.eu**

Total Wellness Tekstservice

Doe waar u goed in bent en besteedt andere dingen uit aan professionals. Soms simpeler gezegd dan gedaan. Die specialist moet je maar net weten. Voor het schrijven van uw persberichten, brochures, advertentieteksten, mailingen, redactionele artikelen, enz. kunt u sinds kort bij Total Wellness terecht. Op verzoek is Total Wellness namelijk gestart met een nieuw bedrijfs onderdeel. Total Wellness Tekstservice. Als vakman of vakvrouw ontbreekt het u soms simpelweg aan tijd of expertise om een goed en pakkend bericht over uw product of dienst te maken. Total Wellness Tekstservice neemt u dit uit handen. Ook kunt u er voor kiezen uw bericht te laten versturen naar de Nederlandse pers. Total Wellness beschikt over een database van vakpers, consumentenpers, tv, webmedia, enz. in diverse branches. Het tarief voor deze service bedraagt € 275,- excl. BTW inclusief schrijven en vormgeven van uw nieuwsbericht.

**Meer info.: Tel.: +31 (0)544 - 370997
of info@total-wellness.nl**



Pro & Pre Biotica brengt balans in de huidflora

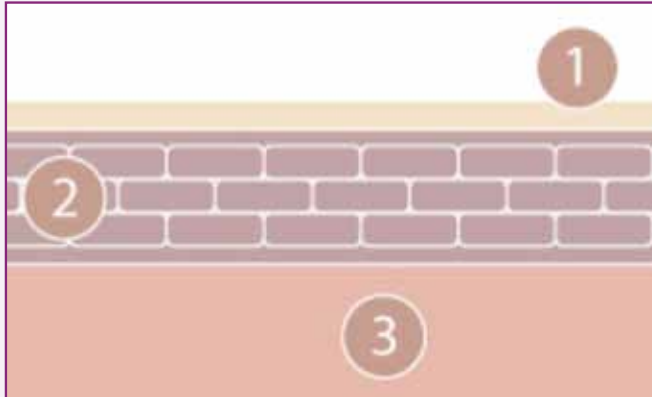
Zelfs als u denkt dat u alleen bent, wordt u omringd door biljoenen onzichtbare bacteriën. Ze zijn zeer dichtbij. Ze zitten op uw huid, uw volledige huidoppervlakte is ermee bedekt. Ze voeden zich met zweet, talg en dode huidcellen. In ruil beschermen ze u tegen externe vijandige organismen. Deze goede bacteriën vormen een antibacterieel schild. Ze leven echter in een delicate balans.

Vele dagelijkse activiteiten brengen ernstige schade toe aan deze harmonieuze samenleving.

Het staat vast dat wij als wereldburger er ons van bewust worden dat het noodzakelijk is om de natuur en ons lichaam in evenwicht te houden.

Blootgesteld aan de dagelijkse aanvallen van onze moderne wereld, ziet de huid zijn eco-flora steeds meer verstoord worden. Het is essentieel om deze onbalans tegen te gaan en de eco-flora te herstellen.

De huid heeft een drievoudige bescherming:



1. Microbiële barrière, bestaande uit met elkaar communicerende micro organismen wordt ook wel de eco-flora genoemd. De belangrijkste functie van deze barrière is de huid beschermen tegen pathogene en non pathogene opportunistische bacteriën en tegelijkertijd het immuunsysteem op peil houden.
2. Een fysieke barrière – de stratum corneum
3. Een biologische barrière bestaande uit de epidermis en dermis.

Maar net als ieder verdedigingssysteem zal dit multi-beschermende systeem over tijd zwakheden vertonen en externe steeds toenemende agressieve factoren zullen hoe dan ook vragen om externe topische interventie om de balans weer te herstellen.

De huid is volledig beschermt als ook de eco-flora intact is.

Mary Marples (The Ecology of the Human Skin, 1965) was de eerst bacterioloog die het volgende constateerde: *The skin covering does not form a homogeneous unit and can be compared to the coat of a harlequin, comprising contrasting and juxtaposed sections that are characterised not only by the pH and humidity, but also by their bacterial flora.*

EEN MOOIE HUID BEGINT BIJ EEN EVENWICHTIGE STABIELE MICROFLORA

Als de goede bacteriën in de minderheid komen en hun plaats ingenomen wordt door vijandige organismen, zal de huid oncomfortabel aanvoelen en zijn natuurlijke schoonheid verliezen.

Probiotica zijn bacteriën

Als we over bacteriën praten dan denken we meteen aan infecties die de gezondheid in gevaar brengen. Maar er zijn ook bacteriën die juist samenwerken met het lichaam om de gezondheid te bevorderen. De Russische wetenschapper Elie Metchnikoff was een



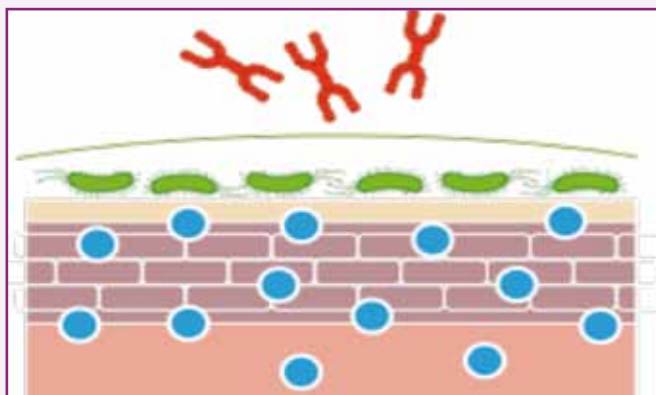
van de eerste personen die de voordelen voor de gezondheid van melkzuurbacteriën, met name in yoghurt, beschreef. Deze bacteriën vormden volgens hem een ware jeugdelixir. Sindsdien hebben talrijke studies wereldwijd de positieve effecten van probiotica aangetoond.

Stimulatie van het natuurlijke afweermechanisme van de huid

De huid is één van de meest complexe organen van het lichaam. Het is een verdedigingsgordel tegen de vaak vijandige, externe omgeving. De huid wordt bewoond door een krachtig netwerk van met elkaar communicerende micro-organismen.

Hoe kunnen wij het afweermechanisme stimuleren:

1. **Door Prebiotica** Prebiotica worden gedefinieerd als niet verteerbare substraten die een voordelig effect hebben op de gezondheid van een individu door selectief de groei en/of activiteit van een gelimiteerd aantal bacteriën selectief te stimuleren (vooral de ecoflora cellen). Fructo-oligosacchariden even als gluco-oligosacchariden zijn bewezen substanties met een grote capaciteit in prebiotische activiteiten. Deze sachariden zijn in eerste instantie gebruikt in voeding en zijn recent ook te gebruiken in cosmetica.
2. **Door Probiotica** Probiotica (Grieks pro bios "ten gunste van het leven") worden gedefinieerd als levende micro-organismen (bijv. Bifidobacterien, Lactobacilli, etc.). Probiotica helpen het lichaam om zijn darm- en cutane ecoflora aan te vullen, en stimuleert op het zelfde moment het immuunsysteem.



3. Door stimulatie van het Bèta-defensines

Bèta-defensines zijn lichaamseigen eiwitten met ontstekingsbevorderende eigenschappen. Ze worden door de huid, longen en darmen afgescheiden als bescherming tegen ongewenste indringers, zoals bacteriën en schimmels. Zijn ze eenmaal in actie gekomen, dan kunnen ze ook het immuunsysteem inschakelen. Probiotica stimuleren de aanmaak van bèta-defensines.

Verbetering van het comfort en de uitstraling van de huid

50% van de vrouwen en 30% van de mannen in onze ontwikkelde landen hebben huidproblemen veroorzaakt door de verstoring van hun huidecosysteem. Dit discomfort manifesteert zich door een trekkerig en tintelend gevoel vaak gepaard gaand met roodheid en jeuk.

Het comfort van de huid is een zeer subjectief begrip maar het spreekt voor zich dat als de huid beter beschermd wordt en haar ecosysteem verbeterd dan zal de huid stralen en comfortabel aan voelen.

Pre & probiotica in uw dagelijkse verzorging draagt bij aan:

- Optimalisatie van de huidflora
- Versterking van de biologische verdedigingsgordel
- Verbetering van de uitstraling dankzij de herstructureerde en verzachtende werking

Wachter Muller - Moondance on • Maud Kas - BlooMEDical Benelux NV

www.slinc.nl

Verantwoord afslanken

1 tot 2 kg gemiddeld per week

Uitgebalanceerd voedingsprogramma

Wilt u reseller worden of meer informatie over de mogelijkheden van Sinc. in uw praktijk? Stuur een mail naar info@slinc.nl of kijk op onze site:

www.slinc.nl



Ontdek hét platform voor masserend Nederland!

Tijdens de MASSAGEvakBEURS op 30 en 31 maart 2012 in Brandboxx Almere



Een beurs voor iedereen met interesse in massage, die zich wil onderscheiden en net dat beetje extra service wil bieden. Volg een van de introductie/kennismakingsworkshops en u krijgt een goed beeld of deze vorm van massage een mogelijke voorbereiding van uw praktijk is.

Speciale entreeprijs! Ontvang 32% korting op de entreeprijs bij inschrijving via de site met de code **Totalw11**

en betaal € 10,20 in plaats € 15,- aan de kassa. Wanneer je ingeschreven bent dan krijg je een uitnodiging (zodra de tijden en dagen bekend zijn) om jezelf in te schrijven voor de kennismakingsworkshops.

Wilt u informatie over deelname aan de beurs als exposant of bezoeker en over de mogelijkheden voor het houden of volgen van een workshop of lezing? Ga naar de website www.massagevakbeurs.nl of neem contact met ons op tel. 038 76 000 88. Wij zijn tevens de organisator van de landelijk uit te rollen GENEESwijzerBEURS.

OPENINGSTIJDEN:
vrijdag 10.00 - 19.00 uur
zaterdag 10.00 - 16.00 uur

Brandboxx
Veluwezoom 5-7
1327 AA Almere
Tel 038 76 000 88
info@sooner.nl
www.sooner.nl



- Vernieuwend, de laatste noviteiten
- Aanvullend, geef die extra service in uw praktijk
- Zelf ervaren, behandelingen ondergaan
- Inspirerend, demonstraties en introductieworkshops, met accreditatiepunten voor nascholing
- Netwerken, uitwisseling van ervaringen
- Geen parkeergeld en makkelijk bereikbaar

**Direct winst
vanaf de eerste
klant!**

De **BeautyLab**

Één
compact
apparaat
3 BEHANDEL
TECHNIEKEN / 5 BEHANDEL
METHODES



**Maak nu kennis met de BeautyLab,
vraag vandaag een demo aan!**

Huidverbetering - Huidverjonging - Insluizen
Huidverstrakking - Plaatselijk vet verwijderen

**Radiofrequentie
behandelingen hebben
grote voordelen op en
onder de huid.**

Erg goed te behandelen zijn:

- Couperose
- Cellulitis
- Striae
- Rosacea
- Rimpelvermindering
- Acne en acne littekens
- Oedemen
- Verslachte huid
- Vocht ophopingen onder de ogen

**Electroporatie /
Microcurrentie**

De perfecte methode om ingrediënten in producten te sluizen. De vorming en verdwijning van de micro-poriën zorgen voor een aanzienlijke verhoging van de huiddoorlaatbaarheid. Het kan worden toegepast op alle celtypes en is een hele doeltreffende techniek voor het binnendringen van eenvoudige molecules en de macro molecules zoals DNA of Hyaluronzuur.

**Ultra Sound:
Velverwijdering met
een pijnloze en
100% veilige methode!**

Voelbaar en direct zichtbaar resultaat voor o.a.:

- Oedemen
- Zedeltassen
- Cellulitis
- Buikje
- Zwembandjes
- Binnen- en buitenkant benen

**BeautySmart
Concept**
P A Y B Y U S E

Huur hem nu!

- Geen vast contract
- Geen vaste maandlasten
- Geen vaste looptijd van het huurcontract
- Inclusief compleet marketingpakket
- GRATIS opleiding tot BeautyLab specialist
- Geen hoge investeringen

**BODY
EQUIP^e
BENELUX**

HUREN - LEASEN - KOPEN



geen vast
contract



geen hoge
investering



uniek
huurconcept



behandeltijd
kopen