



MAKE
Gloss
UP
GUIDE 60+

rancoon

Dora Borostyan
Dr. med. Alexander Fuchs
Dagmar Nitsche
Regula Zürrer

MAKE
UP
Gloss
GUIDE 60+

Alle Rechte vorbehalten
© 2019 Rancoon Verlag, Basel
EBOOK ISBN 978-3-03884-005-3

Gestaltungskonzept: Dora Borostyan
Gestaltung: Magnus Zophoniasson
Lektorat: Andrea Elmiger
Fotos und Bildbearbeitung: Laurids Jensen

www.rancoonbooks.com



IN
HALTS
VER
ZEICH
NIS

EINLEITUNG		Vorwort..... 13
		Das Team..... 14
		Grundlagen20
		Gesichtsreinigung24
		Gesichtspflege.....30
		Sonnenbräune36
		Schönheitsbehandlungen 42
HAUT	1	
		Ernährung54
		Ausgewogener Lebensstil.....60
LEBENSSTIL	2	
		Die Farben66
		Farbtypen68
		Welcher Lidschatten passt zu mir?72
FARBENLEHRE	3	
		Der Pinsel78
		Weiteres Zubehör84
		Utensilienreinigung88
GRUNDAUSSTATTUNG	4	

GESICHT

5

Grundlagen	92
Vorbereitung der Haut.....	96
Grundierung	98
Concealer	102
Puder	104
Wangenrouge	108
Highlights und Schatten	112
Formen & Korrekturen	116

AUGEN

6

Überblick	122
Lidschatten	126
Wimpernkranz.....	130
Lidfalte.....	134
Augenwinkel	138
Wimpern	142
Brauen.....	146
Formen & Korrekturen	150

LIPPEN

7

Grundlagen	158
Formen & Korrekturen	162

MAKE-UP TYPEN

8

Natürliches Make-up.....	169
Business-Make-up	173
Glanz-Make-up	179
Klassisches Make-up.....	183
Modernes Make-up	187
Rockiges Make-up	191
Glamour Make-up	195
Hollywood Make-up.....	199
Stichwortverzeichnis.....	204
Bildnachweis	208



EIN
LEI
TUNG

«Das Make-up soll die Schönheit des Gesichts unterstreichen, dessen Vorzüge hervorheben und Frische verleihen. Es soll eine Stimmung ausdrücken, einen Look vollenden und vor allem Spass machen. In der Kunst des Schminkens und des Stylings ist alles erlaubt, auch Permanent-Make-up, falsche Wimpern, -Nägel oder -Haare. Vorausgesetzt, es sieht nicht künstlich aus und passt zum jeweiligen Typ. Ob Jung oder Alt – Schönheit kennt keine Altersgrenzen»



DORA BOROSTYAN

Weshalb sollten sich Damen ab 60 Jahren nicht mehr präsentieren, sich wohlfühlen und das auch zum Ausdruck bringen? Natürlich gibt es auf diese Frage keine logische Antwort, denn jede Frau, ungeachtet ihres Alters, kann und soll sich wohlfühlen in ihrer Haut. Und die Nachfrage ist gross, denn die heutigen 60plus-Frauen sind selbstbewusster und fitter denn je zuvor, und dies möchten sie auch durch ihr äusseres Erscheinungsbild unterstreichen. Sie stehen voll im Leben, kleiden sich modern und stylisch, reisen viel und möchten Abenteuer erleben. Und genau solche starke Frauen präsentieren wir Ihnen in unserer Fortsetzung des 2013 erschienenen und erfolgreichen «GLOSS Make-up Guides».

Wie auch der erste Guide ist auch dieser gut strukturiert, verständlich und mit wunderschönen Bildern illustriert. Es ist ein Werk mit übersichtlichem Aufbau und einer klaren Schreibweise, so dass auch Laien schnell Zugang zur Materie finden. Die Themen, speziell an die Frau ab 60 gerichtet, sind kurz und prägnant erklärt und werden anhand vieler Bilder und Skizzen dargestellt, damit das Nachschminken allen einfach von der Hand geht. Wieder stehen nicht Marken, sondern die Techniken des Schminkens im Vordergrund.

Im «GLOSS Make-up Guide 60+» geht es um reife Frauen und ihre individuelle Schönheit. Schritt für Schritt werden Make-up-Techniken für jeden Typ und Anlass vorgestellt. Sie erfahren, welche Make-up-Ausstattung Sie wirklich benötigen und welche Produkte zu Ihrem

Hauttyp, zu Ihren Gesichtsproportionen oder zu Ihrer Augen- und Lippenform passen. Anhand vieler Beispiele können Sie sehen, wie Sie Ihre Vorzüge gekonnt in Szene setzen können, ohne dabei «angemalt» zu wirken.

Mein Team, das Sie auf den nächsten Seiten kennenlernen werden, hat wieder sensationelle Arbeit geleistet und ein wunderschönes und alltagstaugliches Werk auf die Beine gestellt. Und meine Models – echte, aufgestellte und schöne Frauen – erzählen, was sie fit hält und was ihnen wichtig ist im Leben. Überzeugen Sie sich selbst!



DR. ALEXANDER FUCHS
Ästhetischer Chirurg

Nach dem Studium der Humanmedizin spezialisierte sich Dr. Fuchs auf das Fachgebiet der Plastischen, Rekonstruktiven und Ästhetischen Chirurgie. Die langjährige Spezialausbildung in Deutschland und der Schweiz wurde durch zahlreiche Auslandsaufenthalte u.a. in China und England erweitert. Neben seiner operativen Tätigkeit sind auch Faltenbehandlungen mit Botulinum oder Hyaluronsäure von besonderer Wichtigkeit. Er absolviert im In- und Ausland stetig Weiterbildungen, bei denen sowohl die neusten Operations- wie auch Unterspritzungstechniken auf höchstem Niveau diskutiert werden. «Immer im Trend der Zeit sein» heisst sein Motto. Zuletzt stellte Dr. Fuchs sein Können in der Schönheitssendung «Extrem Schön» live unter Beweis.



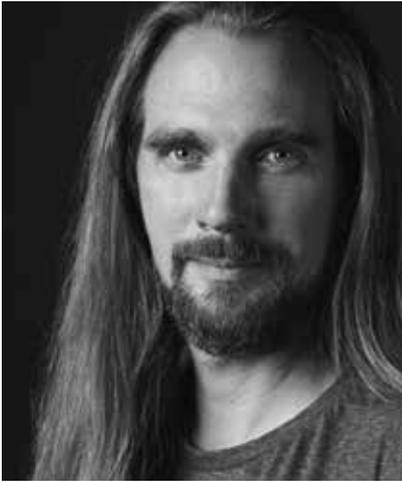
LAURIDS JENSEN
Fotograf

Der in der Schweiz lebende deutsch-dänische Fotograf und Director hat sich vor allem auf die Fashion- und Beautyfotografie spezialisiert. Viele seiner Arbeiten finden sich international in Büchern, Katalogen, Magazinen und auf Plakaten wieder. Auffallend sind seine Liebe zum Detail und sein Feingefühl für einzigartige Bildkompositionen. Sein präziser Umgang mit Licht verleiht seinen Fotografien Tiefe und Emotion. Inspiration findet er sowohl im Alltäglichen als auch auf Reisen nach Afrika und Asien. Eines der wichtigsten Faktoren seines fotografischen Schaffens ist das kreative Team hinter der Kamera. Die Zusammenarbeit mit den besten Talenten im Bereich Styling, Hair und Make-up ist ein substantieller Teil seiner Arbeit.



DAGMAR NITSCHÉ
Make-up Artist

Nach ihrer Ausbildung an einer renommierten Kosmetikfachschole in Zürich arbeitete sie für ein international bekanntes Kosmetikunternehmen. Sie schminkte an der Pariser «Fashion Week» für Designer wie Emanuel Ungaro und war bei einem Schweizer TV-Sender unter Vertrag. Heute ist sie als freischaffende Make-up Artist tätig und setzt ihre Erfahrung an Fotoshootings für Magazine und Werbung im In- und Ausland ein. Grosse Freude bereitet ihr auch, Kundinnen zu beraten, verschönern und ihnen ihr Wissen über Schminktechniken weiterzugeben. Deshalb hat sie speziell für die Frau ab 60 Jahren zugeschnittene Schminkkurse entwickelt, in denen sie einfach umzusetzende und effektvolle Tricks verrät.



MAGNUS ZOPHONIASSEN
Grafiker

Als Sohn eines Architekten und einer Schriftstellerin/Journalistin hat Magnus Zophoniasson schon als Kind die Freude an der Kunst, am Design und an allem Kreativen entdeckt. Nach seiner Ausbildung als Grafiker und dem Studium zum Signaletiker hat er sich selbständig gemacht und 2011 das Designbüro ZP Kommunikation in Basel gegründet. Seither entwickelt er erfolgreich Corporate Designs sowie Marketing- und Verkaufsunterlagen, gestaltet Bücher und Magazine in den Bereichen Design, Architektur, Kunst und Lifestyle. Sein Verständnis und Gespür für den Kunden ermöglichen ihm, dessen Charakter und Einzigartigkeit auf kreative Weise grafisch zu widerspiegeln und gestalterisch auf den Punkt zu bringen.



REGULA ZÜRRER
Hair & Make-up Artist

Die freischaffende Hair & Make-up Artist verfügt über jahrelange Erfahrung im In- und Ausland. Sie arbeitet vorwiegend an Beauty-, Fashion- und Werbefotoshootings für Magazine, Kataloge, Bücher sowie für Werbefilme und Fashionshows. Zahlreiche nationale und internationale Künstler gehören zu ihrem Kundenstamm. Sie alle schätzen ihr Einfühlungsvermögen, ihre Kreativität und Erfahrung. Für sie ist Arbeit Passion, und ihre Liebe zum Detail manifestiert sich in der Art und Weise, wie sie den verschiedenen Looks ihre ganz individuelle Note verleiht. Das Spiel mit Farben, Formen und Texturen fasziniert sie, dabei verschiebt sie gerne auch Grenzen und entwickelt daraus ihren eigenen Stil.



SARA KÜHNI (1948)

«Mit meinen 69 Jahren geniesse ich das Leben mit meinem Ehemann und bin eine passionierte Grossmutter meiner vier Enkeln. Meine Modelkarriere hat vor neun Jahren begonnen, als meine Tochter in einer Zeitung sah, dass eine Agentur «Models mit weissem Haar» suchte. Ich wurde von der Agentur eingeladen, fotografiert und für immer mehr Shootings gebucht. Die Jobs als Model bringen mir den Ausgleich und halten mich jung. Mit regelmässigem Sport wie Fahrradfahren, Schwimmen, Walken und einer gesunden Ernährung mit viel Salat, Gemüse und Fisch halte ich meinen Körper fit. Meine Schönheitstipps: viel Schlaf, die richtige Gesichtspflege und positive Gedanken. Wichtig ist, dass man sich nicht nur jung fühlt, sondern dies auch auslebt. Ich bin eindeutig zu jung für mein Alter!»



BARBARA LUTZ (1952)

«Mit dem Modeln begann ich 2007 im Alter von 55 Jahren. Ich wurde ganz klassisch auf der Strasse von einem Modelagenten angesprochen. In letzter Zeit konzentriere ich mich auf Beauty- und Fashion-Shootings. Bestes Schönheitsmittel sind für mich Entspannung und Zufriedenheit, dazu gesundes Essen, jedoch ohne jegliche Dogmen. Oft werde ich gefragt, was mich denn so fasziniert am Modeln. Das ist ganz klar die Vielseitigkeit und die grossartige Teamarbeit, bei der in kurzer Zeit alle Ihre Fähigkeiten in ein Projekt packen, damit am Ende des Tages hervorragende Bilder entstehen. Ich bin auch immer wieder begeistert von der Bedeutung von Mimik und Körpersprache und der Wichtigkeit auch eines kleinsten Details. Ich liebe diese konzentrierte und produktive Arbeit.»



LUCIE REDIES (1943)

«Mit dem Modeln habe ich vor sechs Jahren begonnen, also im stolzen Alter von 67 Jahren, und es war eine der besten Entscheidungen meines Lebens. Ich habe mit vielen interessanten Menschen zusammengearbeitet und viel von ihnen gelernt. Ich bin nicht der übliche Modeltyp: Ich ernähre mich ganz nach Lust und Laune, mache keine Diäten und bin nicht sonderlich diszipliniert. Ich glaube, dass es besonders wichtig ist, sich mit Mode und Aussehen auseinander zu setzen und andere zu motivieren. Ich bin überzeugt, dass man schon mit kleinen optischen Veränderungen die Lebensfreude und das Selbstbewusstsein steigern kann. Ich jedenfalls freue mich immer über ein ehrliches und aufrichtiges Kompliment zu einem schönen Make-up.»







KAPITEL

1

HAUT



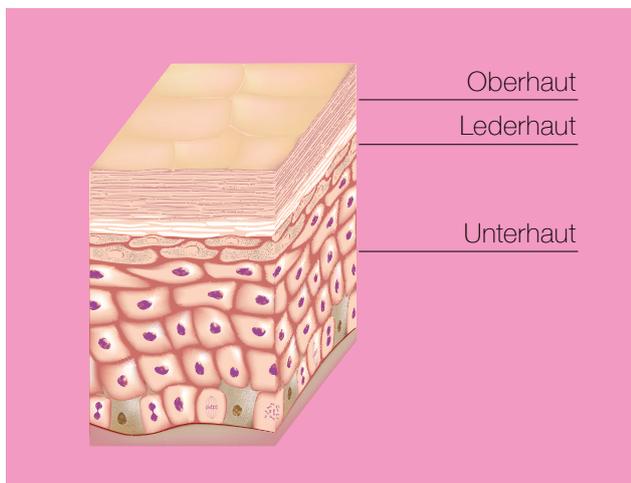
Was bedeutet, eine Haut ab 60 Jahren zu haben? Diese Haut hat gelacht, sie hat geweint, sich bewegt, sie war erstarrt – kurzum, sie hat gelebt. Die Haut, auch «Spiegel der Seele» bezeichnet, reagiert sehr sensibel auf äussere und innere Einflüsse, auf Gefühle, Stimmungen, Alltagsbelastungen, Gewohnheiten und Ernährung. All diese Faktoren sowie die Gene prägen unsere Haut auf besondere Weise.

GRUNDLAGEN

AUFBAU DER HAUT

Die Haut als zweitgrösstes Organ nach dem Darm bedeckt unseren ganzen Körper und schützt unseren Organismus vor äusseren Einflüssen. Die Haut ist auch unser grösstes Sinnesorgan. Über sie spüren wir unsere Umwelt und unsere Umwelt spürt uns. Wir nehmen Vibration und Schmerz wahr, können tasten und empfinden Druck- und Temperaturreize. Auch Gefühle können wir durch unsere Haut ausdrücken. So geschieht es, wenn wir eine Gänsehaut kriegen oder erröten.

Rechnet man die unterste Hautschicht, die sogenannte Unterhaut oder Unterhautfettgewebe nicht mit, ist sie nur wenige Millimeter dünn. Doch diese Millimeter üben viele lebensnotwendige Funktionen aus. Die Haut schützt uns nicht nur vor Kälte und Sonne, sie ist für den gesamten Stoffwechsel, für das Immun- und Nervensystem des Körpers sowie für die Interaktion mit der Umwelt von grosser Bedeutung.



Die Oberhaut (Epidermis)

Die äusserste Hautschicht ist ein sich ständig erneuerndes Gewebe, das aus mehreren Zellschichten besteht. Da sie einem hohen Verschleiss ausgesetzt ist, werden in der untersten Zellschicht ständig neue Zellen gebildet. In den oberen Schichten verhornen diese Zellen nach und nach, bis sie allmählich als kernlose Hautschüppchen abgeschliffen werden. Dieser Prozess

dauert etwa 28 Tage. Ein wichtiger Bestandteil der Epidermis sind die sogenannten Melanozyten, welche das Pigment Melanin produzieren. Das Melanin sorgt bei Sonneneinstrahlung für die Bräunung der Haut, wodurch gefährliche UV-Strahlen davon abgehalten werden, in tiefere Hautschichten einzudringen.

Die Lederhaut (Dermis/Cutis)

Die Dermis besteht überwiegend aus Bindegewebsfasern, welche der Haut ihre Elastizität geben. Sie enthält zahlreiche Blut- und Lymphgefässe zur Versorgung der Epidermis und zur Temperaturregulierung sowie Muskeln, Sinnesrezeptoren, Talg- und Schweißdrüsen.

Das Unterhaut (Hypodermis/Subcutis)

Die Hypodermis ist von grösseren Blutgefässen und Nerven durchzogen. Sie ist aus Bindegewebsfasern und Fettgewebe zusammengesetzt, welches als Stoss-puffer, Kälteschutz und Energiespeicher fungiert.

DIE HAUTALTERUNG

Mit zunehmendem Alter verliert die Haut an Feuchtigkeit, Elastizität und Fettgewebe, kurzum, sie wird trockener, anfälliger, empfindlicher und verliert an Substanz. Die Haut wird dünner, da sich das Bindegewebe deutlich reduziert und auch dessen Qualität sich verändert. Sowohl die kollagenen Strukturen, als auch die elastischen Strukturen verändern sich derart, dass sie steifer und brüchiger werden. Wie ein Gummiband, der tausende Male belastet wurde, verliert auch die Haut bei ständigem Gebrauch die Elastizität und wird spröde. Die Poren bilden deutlich weniger Talg, und die Schweißproduktion reduziert sich. Die mangelnde Fettproduktion schützt zwar die Haut vor Unreinheiten, lässt sie aber trocken und schuppig werden.

Das Dünnerwerden der Haut hat auch zur Folge, dass sich die Gefässe abzeichnen und kleine Äderchen (Cupero-se) zum Vorschein kommen. Eine weitere Folge der ausdünnenden Haut ist der Stabilitätsverlust. Die Haut verliert an Elastizität und hat keine Möglichkeit mehr, sich gegen die Bewegungen der Muskeln zu stabilisieren. Folglich bricht die Haut, und es zeichnen sich per-