

jolie.de

jolie

Februar/März 2024
DEUTSCHLAND 4,50 €
ÖSTERREICH 4,80 €
SCHWEIZ 8,30 CHF

JETZT NEU!

XXL
EDITION

**Bist du
ein People-
Pleaser?**

Der Drang, immer
nett zu sein – und was
dagegen hilft

**Shopping-
Paradies Berlin**

Die coolsten Stores
und Geheimtipps

**BEST OF
BEAUTY**

Frisuren,
Make-up & Düfte

Zendaya

**DIE
NEUE
MODE**

**DOUBLE DENIM +++ GOLDEN GLAM +++
STATEMENT-TRENCHCOATS +++ SPORTY CHIC**



FRÜHJAHRSPUTZ FÜR DIE SEELE

Wer dauergestresst und unausgeschlafen ist, sollte sein Nervenkostüm jetzt dringend in die Reinigung schicken. **Spa-Treatments** sind sooo eine Wohltat für **Körper und Geist**. Hier sind die besten Behandlungen und Tipps für einen Detox-Abend at home

BRINGT ALLES WIEDER IN FLUSS

Unser Unterbewusstsein kämpft ständig mit einschränkenden Glaubenssätzen, Überzeugungen und aufgestauten unverarbeiteten Gefühlen. Die Folge? Körperliche, geistige und emotionale Blockaden. Bei der „bioenergetischen Meridianbehandlung“ sollen diese wieder gelöst werden, indem die Energieflüsse entlang der Meridiane, also der körpereigenen Leitbahnen, angeregt und harmonisiert werden. Mit Räucherungen und Heilsteinen werden die betroffenen kranialen Synapsen aktiviert und Stress, Anspannung und Schmerz so sanft aufgelöst. Die bei der Räucherung freier werdenden Duftmoleküle unterstützen die Wirkung über das limbische System, den Sitz unserer Gefühlswelt. Durch diese ganzheitliche Verbindung von Körper, Geist und Seele entsteht Raum für tiefe Entspannung und Gelassenheit, hach...

„**Bioenergetische Meridianbehandlung**“ im „**Castel Fragsburg**“ in Südtirol, 90 Minuten ca. 250 Euro, mehr Infos unter fragsburg.com

Bei emotionalen und körperlichen Blockaden hilft eine Reinigung der Meridiane

IT'S WINE O'CLOCK

Dass ausgerechnet ein alkoholisches Getränk wie Wein beim Detoxen helfen soll, klingt erst einmal paradox.

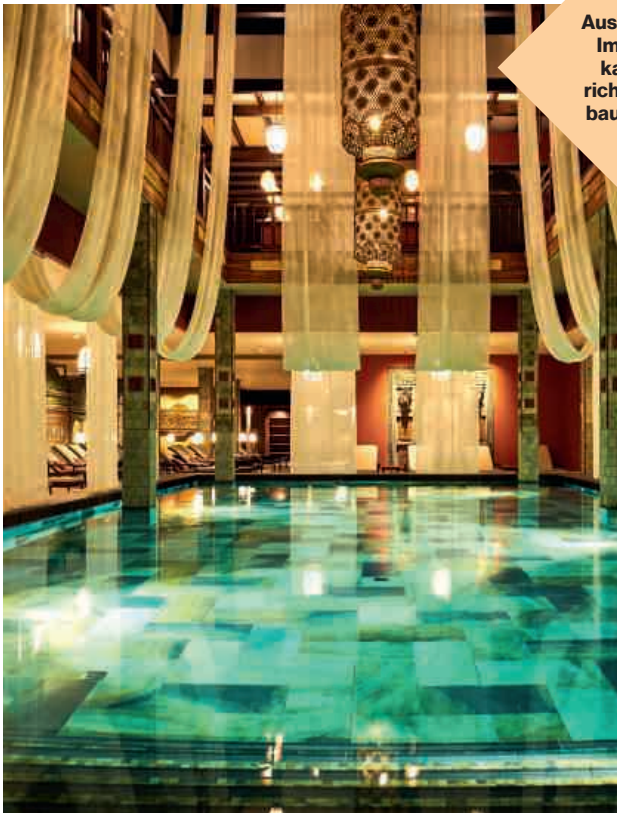
Tatsächlich ist lokaler Wein aus der Region Apulien aber der Protagonist der entgiftenden „Mieru“-Körperbehandlung im „Vair Spa“ im 5-Sterne-Resort „Borgo Egnazia“. Inwiefern? Zum Beispiel mit einer Massage mit Traubenkernöl und einem Peeling, das reich an revitalisierenden Konzentraten ist und eine unglaubliche antioxidative Wirkung hat.

Außerdem aktivieren Trester, Weinblätter und roter Traubensaft neue Energien und beleben Geist und Seele. Cheers!

„Mieru“-Körperbehandlung im „Vair Spa Borgo Egnazia“, Apulien, Italien, 70 Minuten ca. 175 Euro, mehr Infos unter vairspa.borgoegnazia.it

WEIN-MASSAGEN HABEN EINE BELEBENDE WIRKUNG AUF DEN KÖRPER

Auszeit gefällig?
Im Vabali Spa
kannst du so
richtig die Seele
baumeln lassen



ENTGIFTUNGS-MASSAGE

Eine Massage, die dem Körper das Gift rauskneten soll? Das gibt's! Die „DaBei Abhyanga“ ist eine ayurvedische Ölmassage, bei der der ganze Körper mit lauwarmem Sesamöl massiert wird. Mit speziellen Handgriffen wird er so von Giftstoffen befreit, und gleichzeitig werden die Durchblutung und der Stoffwechsel angeregt. Ursprünglich kommt die Massage aus Indien und wird auch als „die große Einölung“ bezeichnet. Und übrigens: Wer sich regelmäßig einölen lässt, stärkt sogar sein Immunsystem und ist stressresistenter im Alltag.

„DaBei Abhyanga“-Massage im Vabali Spa Hamburg, ab 50 Minuten ca. 100 Euro, mehr Infos unter vabali.de



FÜR EINEN DETOX-ABEND ZU HAUSE

1



Green

2

3

4

5

6

7

8

9

10

1 Mit dem Duft von Schafgarbenblüten und Johanniskraut: „Räucherritual-Set“ von **Kruut**, ca. 139 € • 2 Badeöl mit Heublumenextrakt: „Hayflower Bath Oil“ von **Susanne Kaufmann**, 250 ml ca. 66 € • 3 Duftkerze mit holzigen Noten: „Oud For Greatness Candle“ von **Initio**, 180 g ca. 89 € • 4 Revitalisierende Badesalze: „Coastal Cypress & Sea Fennel Badesalz“ von **Molton Brown**, 300 g ca. 28 € • 5 Unterstützt den Körper bei dem natürlichen Entgiftungsprozess: „Detox Foot Patch“ von **Rosental Organics**, 10 Stück ca. 25 € • 6 Fördert die Mundpflege: „188 Mouth Microbiome Care“ von **Oliveda**, 200 ml ca. 40 € • 7 Mischung aus fünf Bio-Pflanzen: „Biologischer Kräutertee“ von **Caudalie**, 30 g ca. 14 € • 8 Muskelentspannende Badekristalle: „Magnesium Bath Crystals“ von **Rituals**, 400 g ca. 16 € • 9 Duftet ohne den Einsatz von Wärme: „Duftstein Basaltton“ von **Pfeiffer-Gerhards Töpferhof**, ca. 20 € über manufactum.de • 10 Sorgt für eine entspannte Atmosphäre: „Meditations-Set“ von **Hess Sound**, ca. 59 €