

## 7 SKØNHEDSBUD



For Caroline er ansigtspleje en så naturlig del af hverdagen som at spise, sove og arbejde.

AF: MARIE BRØDSEN. FOTO: DORTE GRANN. LESESERVICE SIDE 138.

**Caroline Bjerring** (34 år) er kosmetolog med speciale i problemhud. Hun har gennem 10 år drevet klinikken Caroline Bjerring Successful Skin and Body Care i Vejle – og har nu åbnet webshoppen Carolinebjerring.dk.

„Tilpas dit plejeprogram efter årstiden, din hudstilstand, og hvor du er i din hormonelle cyklus“

ation, blush, mascara og lipgloss, så looket ikke bliver for malet.

### 5 GIV HÅRET KUR

Jeg bruger hårkuren Hair Repair fra Sacha Juan (129 kr.) et par gange om ugen. Jeg kan sagtens finde på at putte den i om aftenen og sove med den, så den har god tid til at nære og pleje håret.

### 6 BRUG PERSONLIG DUFT

Jeg bruger parfume som en forlængelse af min personlighed – og jeg er meget glad for nicherduftene Escentric Molecules, hvor den seneste duft The Beautiful Mind (1.350 kr.) er min favorit.

### 7 PRIORITER DIG SELV

Luksusudgaven af selvforkælelse er et weekendophold på spa med en veninde (mens min mand passer vores datter). Budgetudgaven er en hotstone-massage, hvor jeg kan nyde 1½ time for mig selv.

På [ALTFordamerne.dk](http://ALTFordamerne.dk) kan du læse, hvorfor et Balcover fra Karmameju står øverst på Carolines ønskeliste.

1



2



3



Giv din hud en fejlfri og silkeamat overflade.

Hi-Def Perfecting Powder, Youngblood, 375 kr.

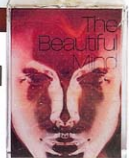
4



5



6



for damerne

Til dig, der forventer lidt mere

CASPER CHRISTENSEN

'Min krise handlede om at blive voksen'

GUIDE:

SÅDAN GØR DU DIN SOFA PERSONLIG

DINE GAVERT IND

sagtens nå det) del med vaniljeis