

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2006)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Zu Besuch bei der Kosmetikerin : Schönheitspflege geniessen  
**Autor:** Joho, Katja  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-819216>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 10.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Zu Besuch bei der Kosmetikerin

# Schönheitspflege geniessen

Wenn sich auch Haut und Haare im Alter verändern: Schönheit und Pflege bleiben genauso wichtig wie in jungen Jahren.



Die Gesichtsmaske aus Erde nimmt aktiv Hautausscheidungen auf und bindet sie. Sie trägt auch zur Harmonisierung der Hautfunktionen bei.

Fotos: kjo

Katja Joho

Schönheit ist wichtig für das Selbstbewusstsein. «Wenn ich mich pflege, fühle ich mich wohl in meiner Haut», begründet Silvia Wyss ihre Besuche bei der Kosmetikerin. Schon seit jungen Jahren geht sie regelmässig zur Gesichtspflege. «Aber Schönheit ist nicht nur im Gesicht. Der ganze Körper will gepflegt sein, und das braucht Zeit. Diese nehme ich mir gern, denn es ist mir wichtig.»

Die Kosmetikerin Gabriela Güttinger kennt ihre Kundin gut. Die Stunde intensiver Arbeit im Gesicht bringt viel Nähe. Da muss die «Chemie» stimmen, und die Kundin muss den Körperkontakt als an-

genehm empfinden. «Oft höre ich auch von Frauen, dass sie es nicht nötig finden, zur Gesichtspflege zu gehen. Sie können es gar nicht verstehen, dass die Pflege bei der Kosmetikerin für viele eine Frage des Lebensgefühls ist.»

## Wichtig für das Selbstwertgefühl

Beim Älterwerden verändern sich Gesicht und Haut. Die Einstellung zum Körper bleibt aber eigentlich die gleiche. Den eigenen Körper zu bejahen, ihn zu pflegen und sich so wohl in der Haut zu fühlen, ist altersunabhängig. Und spielt eine wichtige Rolle für das Selbstwertgefühl.



Ursi Schöpfer, 23

«Ältere Menschen im H&M finde ich cool! Sicher, es soll angemessen sein. Vielleicht nicht gerade mit 80 im Minirock, aber warum nicht mit Jeans ...? Das ist natürlich eine Typfrage. Aber interessant darf sich jeder

Mensch kleiden und geben; mir jedenfalls macht das Freude.»

«Ich mag es, wenn sich – auch ältere! – Menschen speziell, extravagant kleiden. Menschen, die in Frisur, Kleidung und Aufmachung anders sind, nicht wie alle anderen daherkommen, gefallen mir.»

«Ältere Menschen gefallen mir, wenn sie noch tun – und sind! –, was ihnen gefällt, was sie wollen. Sich trauen, danach zu leben.»

Dabei haben gemäss Gabriela Güttinger gerade ältere Frauen Vorteile: Im Lauf des Lebens haben sie ihren individuellen Umgang mit dem Thema Schönheit und Pflege gefunden. Vorbildern nachzueifern bleibt eher den Jungen vorbehalten. «Die Konkurrenz, die Schönste sein zu müssen, haben reifere Frauen nicht mehr nötig», fasst sie ihre Erfahrungen zusammen. «Sie brauchen diese Bestätigung nicht mehr, fühlen sich sonst wohl und sind mit sich selber zufrieden.»

### Zufrieden mit sich selber

Auch eine gewisse Weisheit und die Lebenserfahrung sind da mit im Spiel. Frauen fühlen sich schön, wenn sie mit sich selber und ihrem Leben zufrieden sind. Wenn sie sich nicht daran orientieren, was die Nachbarin hat und tut. Auf diese Weise ersparen sie sich den Stress und die Unzufriedenheit. Nicht von ungefähr gibt es Kulturen, in denen man sich bescheidener gibt, um nicht den Neid der Nachbarn heraufzubeschwören und mit ihm den bösen Blick. Diese Zufriedenheit ist es letztlich auch, die als Schönheit nach aussen strahlt.

### Wenn die Haut reifer wird ...

... gibt es gewisse Pflegeregeln, die Beachtung verdienen:

#### Gesicht

- Gesicht täglich reinigen. Dafür ein Produkt auswählen, dessen Geruch wohl tut.
- Gegen trockene Haut gibt es Crème-packungen, die 1- bis 2-mal wöchentlich angewendet werden.
- Wenn möglich alle acht Wochen die Kosmetikerin besuchen und deren Tipps annehmen.

#### Füsse

- Fusspflege ist sehr wichtig. Nach Fussbädern ist es besonders wichtig, die Füsse überall gut zu trocknen. Wenn die Beweglichkeit die Fusspflege nicht erlaubt, alle 8–10 Wochen eine Fuss-



Eingewickelt: Eine warme Kompresse hilft abzuschalten, die Behandlung zu geniessen und den Alltag draussen zu lassen.



Unter die Lupe genommen: Mit der Pinzette entfernt die Kosmetikerin ungewünschte Brauenhaare.

Dampfbad: In der feuchten Wärme öffnen sich die Poren der Gesichtshaut.



**Elisabeth Müller, 72**

«Ich habe es nicht mehr nötig, mich äusserlich gross zu verändern.»

«Ich habe mir nie grosse Gedanken zu meinem Ausseren gemacht. Früher nicht, heute noch weniger.»

pflege bei einer Podologin des Vertrauens machen lassen.

#### Haut

- Im Sommer eine gute Sonnencreme verwenden und sich nicht der prallen Sonne aussetzen. Am gesündesten ist an heissen Mittagen die bewährte Siesta.
- Für den Winter gibt es Schutzcremen gegen die Kälte. Generell ist es wichtig, die Haut zu schützen.
- Hautkrebs nimmt immer mehr an Bedeutung zu. Eine Kosmetikerin kann frühzeitig gefährdete Stellen erkennen und ihren Kundinnen den Besuch eines Hautarztes / einer Hautärztin empfehlen.

## Vielfältige Kenntnisse auf dem Gebiet von Schönheit und Pflege



Gabriela Güttinger arbeitet seit bald dreissig Jahren als selbstständige Kosmetikerin. Nach einer Grundausbildung

an der Kosmetikfachschole und vier Jahren Praxis absolvierte sie die Lehrabschlussprüfung. Nach weiteren Jahren im Beruf besuchte sie die Meisterschole und bildete anschliessend vier Lernende aus.

Gabriela Güttinger hat auch eine Zusatzausbildung in Lymphdrainage – damit tritt sie in die Fussstapfen ihres Vaters, der schon als Lymphdrainagetherapeut tätig war. Seit fünfzehn Jahren hat sie auf die ganzheitlichen Produkte von Dr. Hauschka umgestellt. Neben ihrem Kosmetiksalon macht sie Hausbesuche und arbeitet als Fusspflegerin in einem Pflegeheim. Sie schätzt diese Arbeit mit älteren, oft dementen Menschen sehr.

*Kontakt und weitere Informationen:*  
**Kosmetiksalon Fürbek**  
**Gabriela Güttinger-Fürbek**  
**Birchstrasse 2**  
**8472 Seuzach**  
**Telefon 052 335 29 42**  
**E-Mail kosmetikgabi@swissonline.ch**

ANZEIGE

Eine Aktion der Stadtpolizei Zürich, Abteilung Prävention

## Prüfung gestern – Fahren heute

Jetzt anmelden unter:  
 Telefon 044 387 75 00  
 Fax 044 387 75 09  
 www.acszh.ch  
 Neu: Spezielles Firmenangebot!

### Fahrkurse mit drei Teilen

- Fragen aus der aktuellen theoretischen Führerprüfung
- richtig bremsen auf verschiedenen Strassenbelägen
- fahren im Verkehr mit einem Instruktor

### Kurshinweise

**Kurskosten** CHF 150.– für BewohnerInnen der Stadt Zürich  
 CHF 170.– für alle übrigen Teilnehmenden

**Preisermässigung** CHF 10.– für ACS Mitglieder  
 für Firmen: der 10. Teilnehmende ist gratis

**Kursort** Antischleuderschule Regensdorf (ASSR)

**Weitere Auskünfte** Kurssekretariat  
 (werktags 8 bis 17.30 Uhr)  
 Tel. 044 387 75 00 und info@acszh.ch  
 oder www.verkehrsunfallpraevention.ch

**Wichtig** Jeder Teilnehmende bringt sein eigenes Auto mit

### Anmeldung für Private und Unternehmen

Gewünschtes Kursdatum ankreuzen und Anzahl Personen angeben

Donnerstag 31. Aug. 2006	<input type="checkbox"/> 8.30–12 Uhr	<input type="checkbox"/> 13.30–17 Uhr	..... Personen
Donnerstag 14. Sept. 2006	<input type="checkbox"/> 8.30–12 Uhr	<input type="checkbox"/> 13.30–17 Uhr	..... Personen
Mittwoch 27. Sept. 2006	<input type="checkbox"/> 8.30–12 Uhr	<input type="checkbox"/> 13.30–17 Uhr	..... Personen

☐ Unternehmen

☐ Privatperson

**Kontaktperson**

**Vorname | Name**

Das Kurssekretariat nimmt mit Ihnen Kontakt auf.

**Strasse**

**PLZ | Ort**

**Telefon (P)**

**Telefon (G)**

**Mobiltelefon**

**E-Mail**

**Datum**

**Unterschrift**

**ACS Mitgliedernummer**

Stadt Zürich  
 Stadtpolizei

ASSR  
 AM STUOR SCHER RENOVIEREN

Tagblatt

ZÜRCHER  
 FAHRLEHRER  
 VERBAND

www.bnggraphics.ch

© Stadtpolizei Zürich, Abteilung Prävention 2006  
 Tadeln ausfüllen und einreichen oder faxen an:  
 Prüfung gestern – Fahren heute  
 Kurssekretariat, Forchstrasse 55, 8032 Zürich, Fax 044 387 75 09