

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 94 (2016)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Schminkschule für reifere Gesichter  
**Autor:** Novak, Martina  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1078674>

### **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:** 05.04.2026

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

# Schminkschule für reifere Gesichter

Ein typgerechtes und natürliches Make-up aufzulegen, ist keine Zauberei und doch eine kleine Kunst. Mit ein paar Tipps der Fachfrau lässt es sich in jedem Alter lernen.

Für Make-up bin ich zu alt! Denken Sie das auch von sich? Das ist schade!», findet Susanne Lamprecht, Stylistin/Visagistin aus Bassersdorf ZH. Es sei Zeit, solche Gedanken zu verwerfen. Es gebe keine Grenze zwischen schön und alt. Jede Frau, egal welchen Alters, dürfe sich attraktiv fühlen. Damit sei aber keineswegs gemeint, dass nur geschminkte Frauen gut aussähen. «Jede Frau kann auch nur mit bewusst gewählten Farben der Bekleidung gut aussehen und Lebensfreude ausstrahlen», sagt die Schönheitsexpertin. «Mit Make-up lassen sich Pluspunkte einfach gezielter unterstreichen und kleine Makel dezent kaschieren.»

Bei Frauen im Seniorinnenalter gilt einerseits: «Mut zur Farbe darf sein», weil die verblassende Haar- und Hautfarbe die natürlichen Kontraste und Konturen im Gesicht verschwinden lässt. Andererseits heisst die Devise aber auch: «Weniger ist mehr», da Damen im fortgeschrittenen Alter in der Regel nicht angemalt aussehen möchten.

Unabhängig davon, ob ein Alltags- oder Abend-Make-up gefragt ist, stützt sich das Vorgehen auf folgende Grundschritte: Abdecken – Hervorheben – Auffrischen. Auf die Frage, welche Produkte für ein Basis-Make-up unabdingbar seien, antwortet Susanne Lamprecht, Autorin des Buches «Make-up für jedefrau – Spass an Make-up von 13 bis 99 Jahre»: «Eine Pflege fürs Gesicht, ein Gel für die Augen und eine Lippenpflege, die viel Feuchtigkeit liefern, sind der erste Schritt zu einem gelungenen Make-up.»

Ein Concealer zum Abdecken von Augenschatten, Rötungen oder tiefer Nasen-Lippen-Falten sowie eine eher leichte Grundierung oder Foundation (Fond de Teint) sorgen für ebenmässigen Teint. Früher hatten solche Produkte die Tendenz,

zu stark aufzutragen und maskenhaft zu wirken, was bei den neuen, leichten Rezepturen nicht mehr der Fall ist. Schliesslich braucht es noch Kajal oder Lidschatten und Wimperntusche zum Betonen der Augenkontur sowie Lipliner und Lippenstift zum Hervorheben der Lippen.»

Das persönliche Sortiment im Schminktäschchen kann nach Belieben ergänzt werden. Ein Augenbrauenstift im Farbton des natürlichen Haaransatzes verleiht der Augenpartie zusätzlich mehr Ausdruck. Ein heller Lidschatten in Kontrastfarbe zur Iris lässt die Augen strahlen. Ein Wangenrouge beziehungsweise «Blush» erfrischt den Teint und modelliert die Wangenpartie. Die Farbe Rosenholz sei ideal für Lippen und Wangen und passe immer, sagt die Schönheitsexpertin.

Wer unsicher ist beim Einmaleins des Schminkens, kann bei einer Kosmetikerin oder Stylistin Rat suchen, die sich mit älteren Gesichtern auskennt. Nebst Einzelberatungen werden an vielen Orten Schminkkurse angeboten, auch in Altersinstitutionen. Damit die Umsetzung des Gelernten zu Hause klappt, braucht es neben den passenden Produkten einen Schminkplatz mit guter Beleuchtung (Tageslicht oder Weisslichtröhre beim Spiegelschrank im Bad) und idealerweise einen vergrössernden Schminkspiegel. «Auch eine Schminkbrille, bei der sich das Glas von einem zum anderen Auge umklappen lässt und die es in verschiedenen Sehstärken gibt, hilft enorm beim Auftragen des Augen-Make-ups», erklärt Susanne Lamprecht.

Martina Novak

**Das Buch** «Make-up für jedefrau – Spass an Make-up von 13 bis 99 Jahre» ist im Buchhandel oder im Internet auf [www.styling4u.ch](http://www.styling4u.ch) erhältlich. Susanne Lamprecht, Beratung und Styling GmbH, Schöllsli am Stiegweg 12, 8303 Bassersdorf, [www.beratung-styling.com](http://www.beratung-styling.com)



## Darauf ist beim Schminken eines reifen Gesichtes zu achten

**Trockene bis schuppige Haut:** Im Alter wird die Haut trockener, vermehrte Faltenbildung ist die Folge. Im Extremfall ist sie schuppig und weist Rötungen auf. Lauter Eigenschaften, die sie älter wirken lassen. Daher ist es wichtig, als Basis täglich eine qualitativ hochwertige Feuchtigkeitscreme mit Lichtschutzfaktor anzuwenden.

**Fältchen und Falten:** «Ich bin stolz auf die Falten. Sie sind das Leben in meinem Gesicht», soll Schönheitsidol Brigitte Bardot gesagt haben. Damit hat sie recht, weil ein Gesicht, dem man seine Jahre ansieht, stets interessanter wirkt als ein makellos glattes. In Sachen Schminken sind Falten allerdings eine Herausforderung; sie werfen Schatten, und die Make-up-Produkte können sich darin absetzen. Tiefe Stellen lassen sich mit trockenem Concealer aufhellen. Darüber mit einem Schwämmchen einen leichten Fond de Teint in der Nuance des eigenen Hauttönen auftragen. Mit der Puderquaste aufgetragener loser Puder fixiert schliesslich die Farbe. Beim Schminken der Augen die Haut nicht spannen, sonst bekommt der Lidstrich Wellen.

**Augenschatten und Altersflecken:** Ob jemand dunkle Augenschatten hat, ist mehrheitlich genetisch bedingt, doch wenn die Haut um die Augen mit den Jahren dünner wird, dann kommen diese eher zum Vorschein. Altersflecken sind Pigmentveränderungen, die zum Altersprozess dazugehören. Verstecken lassen sie sich unter einer dünnen Schicht Creme-Camouflage (Abdeckcreme zum Kaschieren von Feuermalen, Narben, Pigmentveränderungen, Falten, Couperose) oder trockenem Concealer.

**Schlupflider:** Wie die Augenschatten kommen Schlupflider meist in Familien gehäuft vor – und auch schon bei jungen Frauen. Später trägt die nachlassende Spannkraft der Haut dazu bei, dass sie häufiger auftreten. Als Kaschiertrick rät Susanne Lamprecht: «Auf das bewegliche Lid einen hellen und vielleicht sogar leicht schimmernden Kontrast zur Augenfarbe auftragen. Danach einen dunkleren, matten Ton auf die Stelle des Schlupflides platzieren, die am meisten hervorsteht, und gut verwischen. Als Grundsatz gilt: Hell hebt hervor, dunkel setzt optisch zurück.»

**Brille auf der Nase:** Für die meisten Menschen ist die Brille ein Accessoire, welches die Persönlichkeit betont und etwas Farbe ins Gesicht bringt. In Bezug aufs Schminken sollte man Folgendes beachten: Bei Weitsichtigkeit wird durch die Brillengläser alles vergrössert, weswegen beim Augen-Make-up Zurückhaltung geboten ist. Brillengläser für Kurzsichtige lassen umgekehrt alles dahinter kleiner erscheinen, sodass die Augen kräftig betont sein dürfen.

**Spärliche Wimpern und Augenbrauen:** Wimpern und Augenbrauen, welche Augen und Gesicht Ausdruck verleihen, werden mit der Zeit unsichtbarer und teils auch widerspenstiger. Zudem verlieren sie wie die Haare Pigmente und werden heller. Um den Ausdruck zu erhalten, empfiehlt Susanne Lamprecht, die Augenbrauen in Form zu bürsten oder sanft nachzustricheln. Die Wimpern kann man dauerhaft färben lassen oder sie mit Volumenmascara tuschen; Dunkelbraun, Violett oder Dunkelblau wirken weniger hart als Schwarz.

**Schmale Lippen:** Mit vollen Lippen sind die wenigsten gesegnet, und im Laufe des Lebens werden die entsprechenden Fettspeicher noch weniger. Ein Trick der Stylistin, um dünne Lippen voller erscheinen zu lassen: Mit einem hellen Lipliner die Lippenkontur eine Spur überzeichnen. Ausser herum eine zusätzliche Zweitkontur in Hautfarbe ziehen. Schliesslich einen pflegenden Lippenstift in einer dezenten Farbe auftragen. Vorsicht vor dunklen Tönen – sie lassen die Lippen noch schmalere erscheinen.