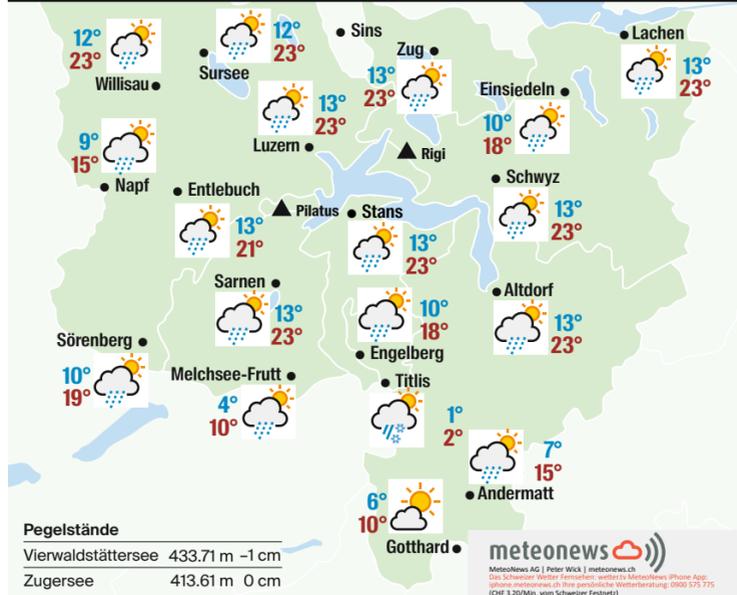
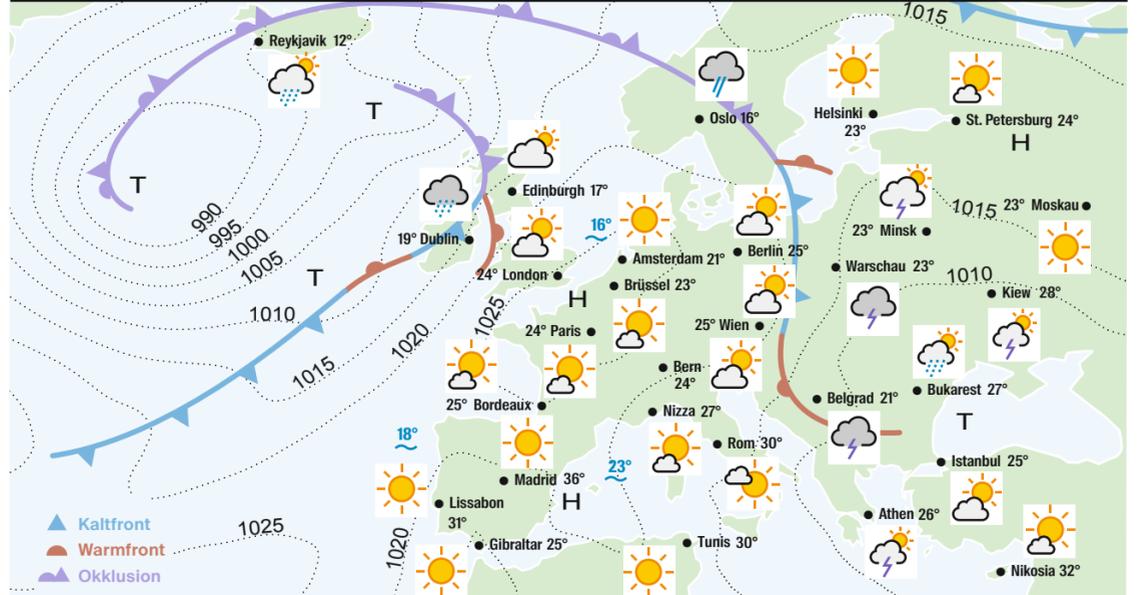


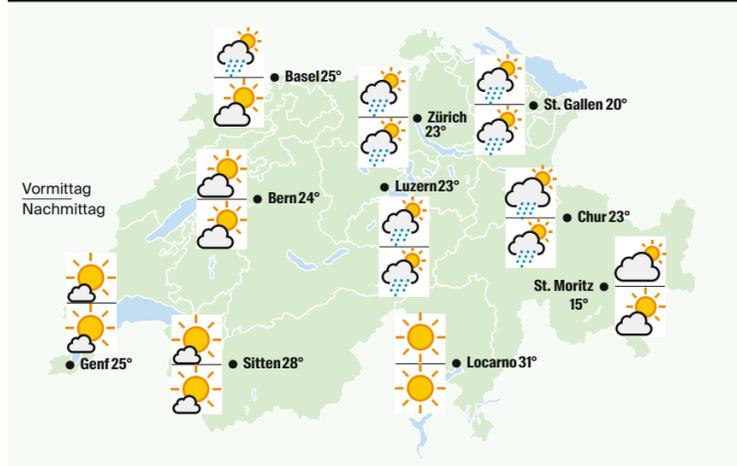
Zentralschweiz



Europa



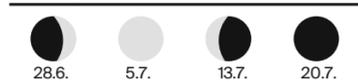
Schweiz



Kalendarium

	Aufgang heute morgen	Untergang heute morgen
Sonne	05.32 05.32	21.26 21.26
Mond	06.22 07.24	22.45 23.31

Mondphasen



Städte Wetter International

Johannesburg	☀️	16°
Kairo	☀️	37°
Mexiko-Stadt	☁️	23°
New York	☀️	30°
Peking	☁️	34°
Rio de Janeiro	☀️	28°
San Francisco	☀️	21°
Sydney	☁️	16°
Tokio	☁️	20°

Bade- und Segelwetter

	Bft	°C
Ägerisee	var	1-4 17°
Baldeggersee	var	1-4 19°
Sarnersee	NO	1-4 16°
Sempachersee	var	1-4 19°
Vierwaldstättersee	var	1-4 17°
Zugersee	var	1-4 18°

Luzerner Zeitung

Donnerwetter, was für eine treffende Prognose.

luzernerzeitung.ch abo*

Sonnige und sommerliche Woche

Allgemeine Lage: Der Rücken eines Azorenhochs baut sich über Westeuropa mehr und mehr auf. Eine von Tief Quiola ausgehende Kaltfront hat dagegen keine Chance und löst sich zunehmend auf. Im Westen und Süden bekommt man von dieser Störung kaum etwas mit. Im weiteren Wochenverlauf zeigt sich das Wetter überall hochdruckbestimmt und sommerlich.

Region: Der Montag startet mit einigen Wolkenfeldern und zwischendurch etwas Sonne, zudem sind einzelne Tropfen möglich. Am Nachmittag geht es mit einer Mischung aus Sonne, Wolken und lokalen Platzregen weiter. Die Höchstwerte erreichen dabei etwa 22 bis 23 Grad. Tagsüber dreht der Wind von West auf Bise.

Aussichten: Am Dienstag und in den folgenden Tagen dominiert klar die Sonne, abgesehen von Wolkenschleieren und meist harmlosen Quellwolken über den Bergen ist der Himmel oft blau. Die Temperaturen steigen auf ein hochsommerliches Niveau an.

Tendenzen

	Di	Mi	Do	Fr
Zentralschweiz	☀️ 12° 27°	☀️ 12° 28°	☁️ 13° 29°	☁️ 16° 30°
Westschweiz	☀️ 14° 28°	☀️ 16° 29°	☁️ 17° 30°	☁️ 18° 30°
Südschweiz	☀️ 15° 30°	☀️ 15° 30°	☁️ 18° 29°	☁️ 19° 28°

Schadstoffe

Ozon	■ mässig
Feinstaub	■ keine
Stickoxide	■ gering

Pollen

Gräser	■ mässig
Wegerich	■ gering
Edelkastanie	■ gering

Geburtstag

Campino
Meryl Streep

Namenstag

Christina
John
Thomas

Ratgeber

Wie ergraeue ich am schönsten?

Stil Ich (50, w) habe halblange, dunkelbraune Naturlocken. Nun spiele ich mit dem Gedanken, die Haare allmählich grau werden zu lassen. Wie gehe ich dabei am besten vor? Welche Möglichkeiten gibt es diesbezüglich?

Mit Ihrer Frage sind Sie bei mir goldrichtig. Als überzeugte Grauhaarträgerin finde ich es grossartig, dass Sie zu Ihren grauen Haaren stehen wollen. Ich ergraute bereits im «zarten» Alter von 28 Jahren. Eines Tages entdeckte ich im aschbraunen Haar die ersten Silberfäden. Damals galt: Graue Haare gleich graue Maus. Trotzdem wollte ich nicht färben, liess meine grauen Haare gewähren und war damit eine ziemliche Exotin.

In den letzten Jahren allerdings liegen plötzlich sogar grau gefärbte Haare im Trend, und so greifen ganz junge Frauen freiwillig zur grauen Farbe aus der Tube. Das Motto lautet: Granny Look statt Blond gilt.

Haare sind etwas Lebendiges und verändern sich ein Leben lang. Manche erzählen, sie hätten als Kind rötliche oder sehr helle Haare gehabt und seien im Laufe des Lebens immer dunkler geworden. Ab

dem 50. Lebensjahr werden bei den meisten Menschen graue Strähnen sichtbar. Dieser natürliche Prozess hängt mit dem Abbau der Melaninproduktion zusammen. Deshalb bezeichnen Coiffeure graues Haar gerne als farbloses Haar ohne Melanin. Ich nenne graues Haar gerne altersblond.

Wenn ich Ihre Frage richtig interpretiere, sind zwischen

Kurzantwort

Ab dem 50. Lebensjahr werden bei den meisten Menschen graue Strähnen sichtbar. In den letzten Jahren liegen graue Haare sogar im Trend. Für einen sanften Übergang empfiehlt es sich beispielsweise, die Haare in immer heller werdenden Nuancen zu tönen. Top zu grauem Haar: ein roter Lippenstift. (sh)

Ihren dunklen Locken seit einiger Zeit Silberfäden sichtbar, die bis anhin gefärbt wurden. Nun wünschen Sie sich einen sanften Übergang zu naturgrauem Haar.

Mögliche Vorgehensweisen:

- Sie wählen mit Ihrem Coiffeur bei jedem neuen Färben eine immer etwas hellere Nuance. Ihr Auge kann sich so an den Anblick hellerer Haare gewöhnen.

- Sie blondieren Ihre Haare komplett und lassen feine, fast weisse Strähnen setzen. Das graue Haar kann so bis zur gewünschten Länge nachwachsen und dann geschnitten werden.

- Sie lassen die Färbung rauswachsen und gestalten diesen Prozess angenehmer, indem Sie einzelne helle Strähnen setzen lassen.

- Sie lassen den Ansatz drei bis sechs Monate wachsen, bis Ihnen eine ultrakurze Windstossfrisur verpasst werden kann. Nicht die schönste Variante.

Besprechen Sie die Schritte mit Ihrem Coiffeur. Er kennt Ihr Haar und weiss, was zu beachten ist. Jedes Haar verhält sich anders beim Färben, insbesondere graues Haar, das jahrelang gefärbt wurde.

Nur wenigen Frauen stehen lange graue Haare. Bei den meisten sieht ein klassischer Bob oder ein Kurzhaarschnitt pfiffiger aus. Graues Haar kann sich von der Sonne oder von Chlorwasser gelblich verfärben. Ein Silber-Shampoo schafft Abhilfe. Es sollte sparsam angewendet werden. Ansonsten könnte sich das Haar violett verfärben.

Durch den Melaninabbau in Haar und Haut gehen die natürlichen Kontraste im

Gesicht verloren. Frau hat dann eventuell das Gefühl, blass auszusehen. Dunkle Strähnen im Haar schaffen Abhilfe, oder auch ein frisches Make-up. Je nach Typ ist ein knallroter, beeren- oder pinkfarbener Lippenstift eine prima Ergänzung zum grauen Haar.



Doris Pfyl
 Knigge-Trainerin, Farb- und Modestilberaterin, Ausbilderin des Schweizer Fachverbands FSFM, www.imagemodestil.ch

Suchen Sie Rat?

Schreiben Sie an: Ratgeber LZ, Maihofstrasse 76, 6002 Luzern.
 E-Mail: ratgeber@luzernerzeitung.ch
 Bitte geben Sie Ihre Abopass-Nr an.
Lesen Sie alle unsere Beiträge auf
www.luzernerzeitung.ch/ratgeber.

ANZEIGE

Luzerner Zeitung

Wir spielen Ihnen die Information zu, damit Sie mit Ihrer Argumentation immer wieder einen Volltreffer landen.

luzernerzeitung.ch abo*