

MAKE-UP CHECKLISTE

In 5 Schritten zum strahlend frischen Teint





Dein schnelles Make-up um glücklich und selbstbewusst in den Tag zu starten

Hey Du!! Wie schön dass Du da bist! Ich bin Sina, deine Expertin für natürliche und schnelle Make-ups, die du im Alltag zwischen Job und Familie super schnell anwenden kannst ohne dabei "angemalt" auszusehen. In diesem Booklet verrate ich dir, wie du deine perfekte Foundation für ein natürliches und ebenmäßiges Hautbild finden und anwenden kannst - damit du morgens innerhalb von 10 Minuten richtig schön , wach und frisch aussehen wirst!!



5 SCHRITTE

1. Die Haut analysieren
2. Den Hautunterton bestimmen
3. Die richtige Foundation finden
4. Die Foundation richtig auftragen
5. Die richtigen Pinsel kennenlernen

+ Super Bonus: Concealer Know-How

Die richtige Foundation

Die Foundation , auch Grundierung oder einfach Make-up genannt, ist die wichtigste Grundlage für ein schönes Make-up. Mit der richtigen Foundation wird dein Teint ebenmäßiger, Unreinheiten und Rötungen werden kaschiert und deine Haut wirkt frisch und natürlich.



Bei der Wahl des richtigen Make-up's solltest du diese 3 Hauteigenschaften beachten:

- Dein Hautton drückt aus, wie hell oder dunkel dein Teint ist
- Dein Hauttyp gibt an, wie leicht oder starkt deckend deine Foundation sein sollte und ob sie Feuchtigkeit spenden oder mattierend sein sollte
- Dein Hautunterton gibt an, ob es sich um einen warmen, kühlen oder neutralen Ton handelt

Die Hautanalyse

Dein Hautton

Der Hautton wird durch die Helligkeit deiner Haut definiert. Man unterscheidet hier zwischen hell und dunkel und du kannst deinen Hautton mit einem Blick in den Spiegel sofort feststellen. Die Helligkeit deiner Gesichtshaut musst du unbedingt berücksichtigen. Wählst du deine Foundation zu dunkel, wirkt dein Teint unnatürlich, aufgesetzt oder führt zu unschönen Rändern beim Übergang zwischen Gesicht und Hals. Wählst du stattdessen zu hell aus, kann dich das krank wirken lassen und deine Haut sieht fahl aus.

Dein Hauttyp

Schau dir vor dem Kauf die verschiedenen Produkte an und wähle nur die aus, die zu deinem Hauttyp passen: Bei trockener und reifer Haut brauchst du eine Grundierung, die super leicht ist und Feuchtigkeit spendet. Fettige/ölige Haut harmoniert besser mit einer Foundation, die eine festere Konsistenz und einen matten Effekt hat. Kämpfst du mit stärkerer Akne, dann brauchst du ein Produkt mit höherer Deckkraft während du bei einem reinen Hautbild eine ganz leichte Grundierung verwenden kannst.

Es gibt 5 Hauttypen, die alle unterschiedliche Bedürfnisse haben: normale Haut, trockene Haut, fettige Haut, Mischhaut, empfindliche Haut.

Dein Hautunterton

Es gibt 3 Hautuntertöne: den kühlen, den warmen und den neutralen. Damit du deinen Hautunterton ermitteln kannst, habe ich auf der nächsten Seite ein paar wichtige Tipps für dich.

Den Hautundertönen bestimmen

KÜHLER UNTERTON

- Sonnenverträglichkeit: Haut neigt zu Sonnenbrand und wird kaum braun
- häufig blasse Gesichtsfarbe, wirkt rosa bis rötlich, neigt zu Sommersprossen
- Augenfarbe: hellgrün, haselnussbraun, grau oder blau
- Haarfarbe: meist hell- bis mittelbraun, naturblond oder rot
- Silberschmuck steht dir am Besten
- Venen-Test: Deine Äderchen am Handgelenk scheinen bläulich-violett



Verwende als kühler Hauttyp Make-up mit bläulichen und rosafarbenen Unterntönen. Produkte mit kühlen Farbtönen heißen oft "Cool Beige", "Natural Rosé", "Rosé Beige" oder werden mit dem Buchstaben C (= cool) bezeichnet

NEUTRALER UNTERTON

- Sonnenverträglichkeit: Haut wird schnell braun und neigt leicht zu Sonnenbrand
- Gesicht wirkt beige, mit leichten Rosa- und Gelbtönen
- Augenfarbe: alle Augenfarben
- Haarfarbe: blond, braun, dunkelbraun oder schwarz, selten rot
- sowohl Gold- als auch Silberschmuck passen zu diesem Unterton
- Venen-Test: Deine Äderchen am Handgelenk scheinen blau-grün



Du kannst Produkte des kühlen und warmen Hauttönen tragen. Durch einen Vergleich mit den weiteren Merkmalen findest du heraus, welcher Typ am besten passt.

WARMER UNTERTON

- Sonnenverträglichkeit: Haut bräunt schnell und bekommt selten Sonnenbrand
- Gesicht wirkt gelblich oder pfirsichfarben
- Augenfarbe: braun oder grün
- Haarfarbe: goldbraun, dunkelbraun oder schwarz
- Goldschmuck lässt deine Haut strahlen
- Venen-Test: Deine Äderchen am Handgelenk scheinen grünlich oder sind kaum zu sehen



Verwende als warmer Hauttyp eine Foundation mit gelblichem Unterton. Produkte mit warmen Farbtönen heißen oft "Golden Sand", "Honey", "Amber" oder werden mit dem Buchstaben W (= warm) bezeichnet.

Platz für Notizen

Jetzt bist du dran: Was hast du über deinen Hauttyp, deinen Hautton und deinen Hautunterton herausgefunden?

Mein Hauttyp:

Mein Hautton:

Mein Hautunterton:

Der Make-up Kauf

Generell empfehle ich dir immer, dich beim ersten Make-up Kauf von einer professionellen Kosmetikerin beraten zu lassen. Wenn das nicht möglich ist oder du das nicht möchtest, mache vor dem Kauf folgenden Test:

- # 1 Teste dein neues Make-up nie am Handgelenk! Am allerbesten testest du es am Übergang zwischen Gesicht und Hals. Da trägst du es später ja auch auf. Das Gesicht hat meistens eine etwas andere Farbe als dein Handgelenk
- # 2 Immer auf abgeschminkter Haut testen
- # 3 Wähle 3 Farbtöne aus, von denen du glaubst, dass sie am ehesten deinem Hautton entsprechen. Trage sie als super kleine Pünktchen mit etwas Abstand nebeneinander auf deine Wange auf und arbeite sie leicht in deine Haut ein. Die Grundierung mit der perfekten Nuance "verschmilzt" regelrecht mit deiner Haut.
- # 4 Schau dir die 3 Farbtöne unbedingt auch bei Tageslicht an (nimm dir einen Spiegel mit und gehe raus oder an ein Fenster)



Das richtige Auftragen

Damit deine Grundierung gleichmäßig ist und den ganzen Tag hält, ist es wichtig, sie richtig aufzutragen und zu verblenden. Das dauert zwar etwas länger, aber das Ergebnis wird wunderschön sein.

1. Trage die Foundation immer auf die gereinigte Haut auf. Befinden sich noch Fett und Hautschüppchen auf der Haut, wird deine Foundation fleckig und dein Make-up sieht nicht lange schön und frisch aus.
2. Verwende nach der Reinigung eine Feuchtigkeitspflege die zu deinem Hauttyp passt und bereite deine Haut optimal auf die Foundation vor. Deine Haut sollte ausreichend mit Feuchtigkeit versorgt werden und schon vor dem Foundation-Auftrag von innen heraus strahlen. Wenn du ein mattes Ergebnis erzielen möchtest oder du vergrößerte Poren hast, dann empfiehlt es sich zusätzlich, mit einem abgestimmten Primer zu arbeiten.
3. Zum Auftragen einer flüssigen Foundation kannst du einen Foundationpinsel, deine Hände oder einen Beautyblender verwenden. Den Beautyblender solltest du vorher anfeuchten und das überschüssige Wasser ausdrücken.
4. Gib einen kleinen Tropfen deiner Foundation auf deinen Handrücken oder direkt auf den Pinsel. Ein kleiner Pumpstoß oder ein erbesengroßer Klecks ist meistens völlig ausreichend. Für ein schönes und natürliches Ergebnis ist es das ALLER, ALLER WICHTIGSTE, dass du wenig Produkt verwendest!! Solltest du während des Auftragens merken, dass du mehr benötigst, kannst du immer noch nacharbeiten.
5. Arbeite das Produkt gut in deine Haut ein. Grundsätzlich gilt: Make-up immer von innen nach außen verteilen und gut verblenden (dazu eignet sich ein angefeuchter Beautyblender). Vergiss nicht, die Foundation an den Übergängen zum Hals, zu den Ohren und in den Haaransatz ausreichend zu verblenden, damit keine unnatürlichen Ränder entstehen.
6. Nach der Grundierung kannst du mit Concealer, Contouring-Produkten, Highlighter, Blush, Bronzer etc. weiterarbeiten - falls du das möchtest;)

Meine Top 4 - Pinsel



REAL TECHNIQUES - Expert Face Brush

Dieser Drogerie-Markt Pinsel ist mein absoluter Lieblingspinsel und ich benutze ihn jeden Tag! Ich gebe einen Tropfen meiner Foundation direkt auf den Pinsel und verteile sie von da aus in meinem Gesicht. Das Einarbeiten geht super schnell und das Ergebnis ist ebenmäßig und natürlich!



JACKS BEAUTY LINE - #11 Kleiner Foundationpinsel

Der vegane und nachhaltig in Deutschland hergestellte Pinsel fühlt sich unglaublich weich an und verteilt die Foundation makellos im Gesicht. Durch die kleine Größe eignet er sich auch prima zum Auftragen von Concealer und hat die perfekte Reise-Größe!



DIE HÄNDE

Hinterlässt ein Pinsel auf deiner Haut unschöne Streifen oder kommen Hautschüppchen zum Vorschein, dann sind die Hände die beste Möglichkeit für einen ebenmäßigen Foundation-Auftrag. Wenn dir das Auftragen und Verteilen mit den Händen gefällt und du damit gut zurecht kommst, dann bleib gerne dabei und spar dir die Pinsel - das geht völlig in Ordnung!



THE ORIGINAL BEAUTY BLENDER

Die einen lieben ihn - die anderen eher nicht. Aufgrund seines Aussehens macht er auf jeden Fall neugierig und ich empfehle es jedem, dieses Ei-förmige Make-up Schwämmchen zu testen. Das Wichtigste ist, dass du das Schwämmchen vor der Benutzung anfeuchtest. Du kannst Foundation, Concealer und sogar Puder mit diesem Make-up Schwamm auftragen und verblenden!

Bonus: Der Concealer

Mit einem Concealer (für viele auch noch bekannt als "Abdeckstift") lassen sich Augenringe, Pickelchen, Rötungen oder Pigmentstörungen ganz einfach kaschieren. Der Concealer wird nur auf die betroffenen Stellen aufgetragen und sollte dann ganz weich in die Foundation eingearbeitet werden.

- trage erst die Foundation auf und danach den Concealer
- wähle einen Concealer, der perfekt zu deinem Hautton passt, da die betroffenen Hautstellen sonst noch mehr auffallen würden
- trage super wenig Concealer auf damit sich das Produkt nicht in kleine Fältchen absetzen kann
- du trägst den Concealer am Besten mit den Fingern, einem angefeuchtetem Beautyblender oder mit einem speziellen Concealer-Pinsel auf
- achte nicht nur auf die Farbe, sondern auch auf die Textur des Concealers, denn je nach Hauttyp gibt es auch dort wieder einiges zu beachten

So findest du den passenden Concealer

Hier startest du wieder mit der Frage: Welcher Hauttyp bin ich? Bei öliger Haut eignet sich ein Concealer-Puder und für trockene Haut und Mischhaut ein cremiges bis flüssiges Produkt. Es gibt auch spezielle Concealer für unreine Haut. Bei der Farbwahl gilt: Entweder Ton in Ton oder zum Abdecken von Augenringen einen halben Ton heller als der natürliche Hautton.

Dein Concealer deckt deine Rötungen und Augenringe nicht perfekt ab??

Auch für dieses Problem gibt es eine Lösung: Concealer gibt es nicht nur in hautfarben, sondern auch in Gelb, Rot, Grün und Lila und ist ein toller Beauty-Trick, bei dem es darum geht, mit Komplementärfarben zu arbeiten: Farben, die sich im Farbkreis gegenüberstehen, neutralisieren sich gegenseitig. Diese Concealer nennt man *Color Correcting*, oft abgekürzt mit CC.

Dankeschön

Komm in die Community!

Möchtest du noch weitere Tipps für ein schnelles und typgerechtes Make-up? Dann werde Teil der Community und folge mir für noch weiteres wertvolles Expertenwissen rund um das Thema Make-up auf Instagram . Du findest mich dort unter @getreadywithsina.

Ich wünsche dir ganz viel Spaß mit meinem Freebie und alles erdenklich Liebe!

Deine Sina



Jetzt folgen auf @getreadywithsina >>



www.gettingready.de

sina@gettingready.de

