

GRÜßWORT



Dr. med. dent. Nina Prünte, Dr. med. Marcel Himmelmann und
Dr. med. Tino Schulz, Gesellschafter der UNIQAESTHETICS® Privatklinik Unna

Sehr geehrte Patienten, liebe Freunde der Ästhetik,

Sie halten die erste Ausgabe unseres Magazins UNIQ® in Händen – ein Magazin aus der Welt der Ästhetischen Medizin, der Welt von UNIQAESTHETICS®.

Mit UNIQ® bedanken wir uns für Ihr Vertrauen, Ihre Treue und die damit verbundene Wertschätzung, mit der Sie unsere tägliche Arbeit belohnen.

Das Magazin soll Ihnen interessante Einblicke bieten, es soll Sie unterhalten, informieren und überraschen. Und es soll nicht bei einer Ausgabe bleiben. 2022 gehen wir großen Veränderungen entgegen, denn es steht ein Umzug an. Wenn sich die Türen am neuen Standort in der Feldstraße öffnen – der genaue Termin wird noch bekannt gegeben –, wird die renommierte Praxisklinik UNIQAESTHETICS® zur Privatklinik. Im Zuge dessen erfolgt die Integration eines weiteren Behandlungsschwerpunkts: der Ästhetischen Zahnmedizin unter der Leitung von Dr. med. dent. Nina Prünte.

Wir freuen uns darauf, Sie im nächsten Jahr mit einem noch umfangreicheren Behandlungsangebot und in exklusivem Ambiente begrüßen zu dürfen.



*Nina Prünte, Marcel Himmelmann
und Tino Schulz*

INHALT

06

Fett? – Aber sicher doch!

10

Gut zu wissen

14

Click a tree

16

Onboarding Sophie Langen

18

Schöne Aussichten

20

UNIQSMILE®

26

Erfahrungsberichte

30

Uns ist kein Weg zu weit

32

UNIQSPA®

38

UNIQFORYOU®

44

Ernährungstipps

48

Magdalenas Sterneküche

52

Impulsgeber TERRA SPORTS

54

Jungbrunnen
Siruline

58

Trendort Rovinj

62

Humanmed® body-jet®

65

Heimatgefühle

Kosmetik für den Supermodel-Look
Mehr ab Seite 38

66

Alpakas in Schwerte

70

Regionale Spezialitäten

72

Der wilde Westen

76

Rätsel

78

Impressum





FETT? ABER SICHER DOCH!

Fett? Gerne – aber bitte an den richtigen Stellen.

Leider gilt das nicht für die Hände: Der menschliche Körper folgt seiner eigenen Logik. Während einige Körperregionen im Laufe des Lebens immer dicker werden, verlieren die Hände an der Oberseite mit zunehmendem Alter immer mehr an Substanz.

Besonders deutlich zeigt sich das am Handrücken. Kein Wunder, schließlich haben unsere Hände tagein, tagaus jede Menge zu tun und werden zudem etliche Male gewaschen und desinfiziert. Das hinterlässt im Laufe des Lebens unweigerlich Spuren. Die Haut auf dem Handrücken wird dünner, verliert an Volumen und die ersten Fältchen sagen Hallo.

Schenken Sie Ihren Händen neues Volumen – und erteilen Sie diesen Fältchen eine fette Absage.

SCHÖNE HÄNDE ZUM GREIFEN NAH

UNIQAESTHETICS® ist Experte für jugendlich glatte und schöne Haut. Gepflegte straffe Hände tragen wesentlich zu einem jung und vital wirkenden Erscheinungsbild bei. Deshalb sind die Fachärzte von UNIQAESTHETICS® die perfekten Ansprechpartner, wenn Sie sich für eine Handverjüngung interessieren. Mit der Anti-Aging-Behandlung Radiesse® erzielen sie überzeugende Ergebnisse. In der Privatklinik UNIQAESTHETICS® in Unna lässt sich eine Handverjüngung zinsfrei finanzieren.

Handfeste Spuren

Sie kennen keine Freizeit: unsere Hände. Tag für Tag sind sie durch vielfältige Arbeiten, regelmäßige Reinigung und Desinfektion hohen Belastungen ausgesetzt. Da überrascht es nicht, dass diese Dauerbeanspruchung und der natürliche Alterungsprozess irgendwann auch optisch handfeste Spuren hinterlassen. Die Haut auf dem Handrücken wird dünner, büßt an Volumen ein und auch Fältchen sind nicht mehr zu übersehen.

Das muss nicht sein. Dank Radiesse® mit dem einzigartigen Wirkstoff „Kalzium-Hydroxylapatit“ sind schöne Hände wieder zum Greifen nah.

In welchen Fällen empfiehlt sich eine Behandlung mit Radiesse®?

Eine Handverjüngung hilft, wenn

- die zunehmend dünner werdende Haut am Handrücken vermehrt Blutgefäße zeigt,
- die Haut an Volumen verliert,
- erste Fältchen sichtbar werden.

Wer diesen Spuren rechtzeitig entgegenwirken will, der sollte seinen Händen Gutes tun. Am nachhaltigsten gelingt das mit der Anti-Aging-Behandlung Radiesse®. Das Besondere an diesem Filler sind die in einem Trägersgel aufgelösten kugelförmigen Molekülaggregate aus Kalzium-Hydroxylapatit – einer Substanz, die ähnlich wie Hyaluronsäure natürlich im Körper vorkommt.

Wie läuft die Behandlung mit Radiesse® ab?

Die Behandlung zur Handverjüngung dauert insgesamt rund 30 Minuten und verläuft dank einer örtlichen Betäubung ohne Schmerzen. Mittels einer sehr feinen Nadel wird Radiesse® direkt unter die Haut injiziert.

Durch dieses minimalinvasive Verfahren gibt es keine Ausfallzeiten und auch Nebenwirkungen treten, so überhaupt, nur in sehr geringem Umfang auf. So kann es vereinzelt zu Rötungen und kleinen Blutergüssen kommen, die mühelos mit Make-up kaschiert werden können und zudem binnen weniger Tage wieder vollständig verschwinden.

Überzeugende Resultate

Was nach der Anti-Aging-Behandlung bleibt, sind die überzeugenden Resultate, denn Kalzium-Hydroxylapatit stimuliert die Neubildung von körpereigenem Kollagen und Elastin. Dadurch

- werden Falten im Handumdrehen gemildert,
- gewinnt die Haut am Handrücken spürbar an Elastizität,
- wird die Hauterneuerung angeregt, was für ein anhaltend strafferes Hautbild sorgt.

Träumen auch Sie von Händen, denen man ihren unermüdlichen Einsatz nicht ansieht? Dann vertrauen Sie dem Expertenteam von UNIQAESTHETICS®. Wir beraten Sie umfassend und beantworten all Ihre Fragen zur Behandlung mit Radiesse®.





GUT ZU WISSEN

Ein Interview
mit unserem Facharzt
Dr. Tino Schulz zum
Thema Brustimplantate



Herr Dr. Schulz, welche Implantate kommen bei UNIQAESTHETICS® für die Brustvergrößerung zum Einsatz?

Bei UNIQAESTHETICS® verwenden wir die Implantate der Firma Polytech®. Dieser renommierte Hersteller ist bekannt für seine hochwertige Produktqualität.

Welche Implantatformen und -oberflächen gibt es denn?

Ganz allgemein unterscheidet man zwischen runden und anatomischen Implantaten. Das heißt, beim Blick auf die Implantate von der Seite sieht man entweder eine rund anmutende Oberfläche oder eine natürlich anmutende anatomische Form. Die Oberflächen präsentieren sich überaus vielfältig. Die Palette reicht von der eher glatteren Oberfläche über die etwas stärker angeraute Oberfläche bis hin zu einer schaumstoffartig imponierenden tiefen Oberfläche. Diese unterschiedlichen Beschaffenheiten beeinflussen das Risiko, eine sogenannte Kapselfibrose zu entwickeln. Hintergrund: Es gehört nach einer Brustvergrößerung zu den natürlichen Prozessen, dass sich rund um das Implantat herum bindegewebsartiges Narbengewebe bildet. Nur in seltenen Fällen kann daraus eine sogenannte Kapselfibrose entstehen. Das heißt der Körper, reagiert verstärkt auf das vorhandene Implantat und versucht es einzumauern. Dieses Risiko soll mittels verschiedener Implantatoberflächen auf ein Minimum reduziert werden. Bei UNIQAESTHETICS® können wir dank Polytech® auf eine breite Auswahl an Implantatoberflächen zurückgreifen.

Worin liegt die Besonderheit leichtgewichtiger Implantate?

Eine weitere und relativ neue Generation von Brustimplantaten sind leichtgewichtige Implantate, auch bekannt als B-Lite®. Deren Kern besteht aus einem speziell aufbereiteten Silikon und kleinen Lufteinschlüssen. Dadurch sind diese Implantate bis zu 30 Prozent leichter als die Vertreter der herkömmlichen Modelle. Davon profitieren insbesondere Frauen mit einem sehr dünnen Hautweichteilmantel und dem Wunsch nach größeren Implantaten bei UNIQAESTHETICS®.

Für wen eignen sich runde und für wen anatomische Implantate?

Man muss in einem ausführlichen Gespräch mit der Patientin herausfinden, welche Präferenzen und Vorstellungen im Fokus stehen. Soll das Ergebnis natürlich wirken, dann sind anatomische Implantate die bessere Wahl. Wünscht sich die Patientin hingegen ein etwas fülligeres Dekolleté in den oberen Quadranten, dann empfiehlt sich der Einsatz runder Implantate.



Wann werden die Implantate über und wann unter den Brustmuskel gesetzt?

Das hängt neben dem Wunsch der Patientin auch von ihrer körperlichen Konstitution ab. Bei einer sehr schlanken Statur würde ich die Implantate eher unter den Brustmuskel legen. Eine Platzierung über dem Brustmuskel empfiehlt sich hingegen für normalgewichtige oder eher füllige Patientinnen.

Wenn ich bei sehr schlanken Frauen Implantate oberhalb des Brustmuskels platziere, können möglicherweise durch die dünne Haut die Kanten der Implantate zum Vorschein kommen. Das lässt sich verhindern, indem die Implantate unter einer zusätzlichen Abdeckung, sprich in diesem Fall den Brustmuskel, positioniert werden.

Wie finde ich die richtige Implantatgröße?

Um die richtige Implantatgröße zu ermitteln, bedarf es einer exakten Planung im Vorfeld der OP. Man darf sich nicht von irgendwelchen Volumenangaben irritieren lassen oder von dem Wunsch, ein bestimmtes Volumen zu erreichen. Oftmals gibt die körperliche Konstitution die Entscheidung vor. Das heißt, ich muss genau ausmessen, wie viel Volumen denn in die Brust überhaupt reinpasst.

Kann ich trotz Implantaten stillen?

Das ist einfach zu beantworten: Ja, kann man. Wir legen die Implantate entweder auf oder unter den Brustmuskel und haben somit gar keine Berührungspunkte mit der eigentlichen Brustdrüse.

Habe ich eine Garantie auf die Implantate?

Auf die Frage, ob man eine Garantie auf die Implantate hat, diese irgendwann austauschen lassen muss oder ob die Implantate auch kaputtgehen können, lautet die eindeutige Antwort: Seitens des Herstellers gibt es eine solche Garantie. Sind sie einmal im Körper drin, können Implantate in der Regel nicht kaputtgehen. Auch ein Austausch ist heutzutage nicht mehr erforderlich. Oftmals liegen die Probleme nicht bei den Implantaten selbst, sondern bei dem, was der Körper mit den Implantaten macht, also ob sich bei der Patientin eine Kapselfibrose ausgebildet oder nicht. In solchen Fällen ist ein Austausch der Implantate angeraten.

Wie sicher sind die Implantate?

Heutzutage gehört es zum Standard, dass Implantate ein kohäsives quervernetztes Silikon enthalten. Im Vergleich dazu waren sie früher mit einem relativ zähflüssigen Silikon gefüllt, das bei einer Beschädigung der Implantathülle in die Implantathöhle gelangte. Die heute übliche Konsistenz bietet die zusätzliche Sicherheit, dass selbst bei einer Beschädigung der Implantate kein Auslaufen mehr möglich ist. Ich vergleiche das gern mit Gummibärchen. Schneide ich ein Gummibärchen auf, dann sehe ich zwar die Geleefläche, doch das Gelee bleibt dort, wo es ist.

ARZT DES VERTRAUENS DR. MED. TINO SCHULZ



„Arzt des Vertrauens“ ist bei uns keine Floskel.

Dr. Tino Schulz ist Facharzt für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie und Spezialist in den Bereichen Gesichtschirurgie, Brustchirurgie, Fettabsaugung und Körperformung sowie Intimchirurgie.

Es gibt gute Gründe, warum Sie auf seine Expertise vertrauen können. Zu einem der wichtigsten zählt die Mitgliedschaft von Dr. Tino Schulz bei MOOCI – einer Plattform für digitale Qualitätssicherung im Bereich der Plastischen Chirurgie. MOOCI steht für „Medical Objective Online Consultation & Information“ und bietet Patienten die Möglichkeit, kostenlos medizinisch geprüfte Informationen Ihres Arztes abzufragen. Ziel dieser Plattform ist es, den Patienten mehr Sicherheit bei ihren Anliegen und eine Entscheidungshilfe bei der Wahl des passenden Arztes zu bieten. In den Jahren 2020 und 2021 wurde Dr. Schulz von MOOCI für Qualität und Kompetenz ausgezeichnet. Dr. Schulz folgt in seiner beruflichen Aktivität dem Credo „Vorsprung durch Qualität“. Diesen Anspruch unterstreicht er durch seine Mitgliedschaft als zertifizierter Brustchirurg in der Deutschen Gesellschaft der Plastischen, Rekonstruktiven und Ästhetischen Chirurgen (DGPRÄC), und gehört darüber hinaus dem Berufsverband der Deutschen Chirurgen e. V. sowie der Deutschen Gesellschaft für Handchirurgie an. Und nicht nur wir haben die herausragenden Fähigkeiten unseres Experten erkannt: Die FOCUS-GESUNDHEIT-Redaktion hat sowohl 2020 als auch 2021 eine Empfehlung für Dr. Tino Schulz als Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie im Landkreis Unna ausgesprochen. Mehr über den Werdegang von Dr. Tino Schulz erfahren Sie auf unserer Website unter der Rubrik „Team“.





CLICK A TREE

Click A Tree schafft im Rahmen dieses gemeinnützigen Programms langfristige Vollzeit Arbeitsplätze für die afrikanische Gesellschaft.

Ein weiterer Teil des Projekts ist die Förderung einer Unternehmensschule in Ghana für arbeitslose Jugendliche. Junge Menschen sollen damit die Chance bekommen, sich weiterzubilden und den Grundstein zu einer besseren Zukunft zu legen. Wir sind sehr stolz, Teil dieses tollen Projekts zu sein.

Auch wenn Sie noch keinen Beratungstermin bei uns geplant haben, können Sie dieses wunderbare Projekt dennoch unterstützen. Denn pro Newsletter-Anmeldung pflanzt Click A Tree kostenlos einen Baum. Sie können sich dafür ganz einfach mit Ihrem Namen und Ihrer E-Mail-Adresse auf clickatree.com für den Newsletter anmelden – und schon sind Sie Teil des Programms.

MACHEN SIE MIT!



Zusammen mit UNIQAESTHETICS® Bäume in Afrika pflanzen

Sie haben in Kürze einen Termin zur Beratung bei uns? Klasse, dann können Sie dabei sogar noch Gutes tun und eines unserer Herzensprojekte unterstützen.

Seit 1. Juli 2021 arbeitet UNIQAESTHETICS® mit dem Projekt Click A Tree zusammen. Für jedes bei uns in der Praxis geführte Beratungsgespräch pflanzen wir gemeinsam einen Baum in Ghana. Davon profitiert das Land gleich mehrfach: Neben der Erhaltung der Natur

und des Aufbaus eines natürlichen Habitats für Wildtiere kann die nachhaltige Nahrungssicherheit für lokale Farmer gewährleistet werden. Das System dahinter nennt sich „syntropische Wiederaufforstung“ und bedeutet Wiederaufforstung im Sinne der Natur, kombiniert mit nachhaltiger organischer Landwirtschaft. Außerdem werden sowohl für die Pflanzung als auch für die Pflege und Ernte der Bäume Vollzeit Arbeitskräfte benötigt.





ONBOARDING

SOPHIE LANGEN

Bei UNIQAESTHETICS® begegnen Ihnen ausschließlich in Deutschland ausgebildete Fachärzte und Fachpersonal. Mit unserer umfassenden Expertise bieten wir unseren Patienten maximale Qualitäts- und Sicherheitsstandards bei allen Behandlungen. Im Fokus unserer Aktivitäten steht ein vorrangiges Ziel: Wir wollen Ihre Schönheit unterstützen und hervorheben. Das erreichen wir auf möglichst sanfte Art – und legen dabei großen Wert auf Natürlichkeit.

Seit 1. Oktober 2021 haben wir unser kompetentes Team um eine Operationstechnische Assistentin (OTA) erweitert. Ab sofort wird Sophie Langen unseren Facharzt für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie, Dr. Tino Schulz, während seiner Operationen unterstützen.

Im Interview verriet uns die neue Mitarbeiterin, was sie dazu bewogen hat, die Ausbildung zur OTA zu absolvieren und nun in der Plastisch-Ästhetischen Chirurgie zu arbeiten.

Wann und wodurch ist dir bewusst geworden, dass du als OTA arbeiten möchtest?

Meine ältere Schwester brachte mich auf die Idee. Während ihrer Berufsfindungsphase äußerte sie den Wunsch, Ärztin werden zu wollen. Während sie sich dann am Ende für eine ganz andere berufliche Richtung entschieden hat, entdeckte ich meine Leidenschaft für Medizin – und hier insbesondere für alle Themen rund um Operation und Chirurgie.

Welche Unterschiede gibt es bei der Ausbildung zwischen OTA und regulärem OP-Pflegepersonal?

Die OTA-Ausbildung ist relativ neu. Früher war es üblich, zunächst eine Ausbildung in der Krankenpflege zu absolvieren, gefolgt von einer Fachweiterbildung in der OP-Pflege. Inzwischen gibt es für OTA eine eigene Ausbildung, die auf der Empfehlung der Deutschen Krankenhausgesellschaft basiert. Hierbei kann man sich drei Jahre lang spezifisch nur für den OP ausbilden lassen, anstatt wie früher erst auf den Stationen die Krankenpflege durchlaufen zu müssen.

Was sind denn als OTA deine typischen Aufgaben?

Grundsätzlich kümmere ich mich um alles, was mit dem OP-Saal und der geplanten Operation zu tun hat. Das fängt bereits damit an, den Saal vollständig zu kontrollieren und vorzubereiten, mich über den Eingriff und den Patienten zu informieren sowie die für die jeweilige Operation benötigten Materialien bereitzustellen. Zu den weiteren Tätigkeiten gehört neben einer lückenlosen Dokumentation der Vorgänge auch die Nachbereitung. Während des Eingriffs selbst fallen dann speziell Instrumentations- und Springertätigkeiten an. Bin ich beispielsweise für die Instrumentierung eingeteilt, dann besteht meine Aufgabe explizit darin, während der OP zu assistieren, Instrumente anzureichen und zu einem reibungslosen OP-Ablauf beizutragen. Kurzum: OTA sind dafür verantwortlich, dass die Patienten und der Operateur bestens versorgt werden.

Weißt du noch, wie es sich anfühlte, als du das erste Mal im OP standst?

Ja, meine „Premiere“ hatte ich gewissermaßen in einem gynäkologischen OP. Das Team war total nett und überaus herzlich. Ich durfte mich sogar sofort mit hinter das OP-Tuch stellen und von oben das Geschehen mitverfolgen. Und das fand ich vom ersten Moment an unglaublich spannend. An diesem Tag hat die Kamera eines Laparoskopieturms sogar ein Bild von mir aufgenommen, wie ich da hinter dem Tuch stehe. (schmunzelt) Das durfte ich dann behalten.

Und wie war dein erster Eindruck, als du zum Probearbeiten bei uns in der Praxis warst?

Ich war einfach nur begeistert. Besonders beeindruckt bin ich von der Herzlichkeit und der entspannten Atmosphäre bei UNIQAESTHETICS®. Teamgeist wird hier großgeschrieben und genau deshalb fühle ich mich in diesem Team auch bestens aufgehoben.

Weshalb hast du dich nach deiner Ausbildung zur OTA ausgerechnet für die Tätigkeit in der Plastisch-Ästhetischen Chirurgie entschieden?

Die Plastisch-Ästhetische Chirurgie schafft es wie keine andere Fachrichtung, Ästhetik und Medizin harmonisch und fast schon künstlerisch miteinander zu verknüpfen. Und das Wichtigste: Sie macht Menschen selbstbewusst, glücklich und bringt sie zum Strahlen. Einen schöneren Lohn kann man sich für diese Arbeit einfach nicht wünschen!



WILLKOMMEN IM TEAM





Innovatives Klinikkonzept

Unser neuer Standort vereint auf innovative Weise die technische Ausstattung und die Möglichkeiten einer Privatklinik mit dem Charme einer persönlichen Arztpraxis.

Hier entsteht mit UNIQAESTHETICS® die erste behördlich akkreditierte Privatklinik im Kreis Unna mit maximalen Qualifikations- und Zulassungsanforderungen.

Unsere neuen Räumlichkeiten bestechen durch ein modernes und stilvolles Hotelambiente mit besonderem Wohlfühlfaktor. Ein weiterer Wohlfühlfaktor ist die bessere Verkehrsanbindung, die unseren Patienten künftig eine bequemere An- und Abreise garantiert.

Umfangreiches Behandlungsprogramm

Bei UNIQAESTHETICS® profitieren unsere Patienten in Zukunft von einem erweiterten Behandlungsangebot. Dieses umfasst unter anderem ambulante, teil-stationäre und vollstationäre Behandlungen aus den Bereichen Plastisch-Ästhetische Chirurgie, Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie sowie aus der Ästhetischen Zahnheilkunde.

Ebenfalls neu ist UNIQSPA®. Hier bieten wir Ihnen kosmetische Anwendungen wie Fruchtsäurepeelings, Microneedling, Hydrafacial® und Lashbotox.

Über unsere Kanäle in den sozialen Netzwerken können Sie sich schon jetzt einen ersten Eindruck von unseren neuen Räumlichkeiten verschaffen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

SCHÖNE AUSSICHTEN

Ein neuer Standort
mit besonderem Ambiente



2022 hält für uns eine großartige Veränderung bereit. Was in der Wasserstraße in Unna mit der Vision eines „Kompetenzzentrums für Brust- und Gesichtschirurgie“ begonnen hat, soll im kommenden Jahr dank unseres schnellen Wachstums und erfreulich vieler neuer Patienten in unserer neuen, modernen Privatklinik für Plastisch-Ästhetische Chirurgie und Dentalästhetik in der Feldstraße 5 in Unna mit großem Engagement fortgesetzt werden. An unserem neuen Standort erwartet Sie nicht nur eine Privatklinik mit Hotelflair, sondern darüber hinaus ein deutlich erweitertes Behandlungsspektrum.



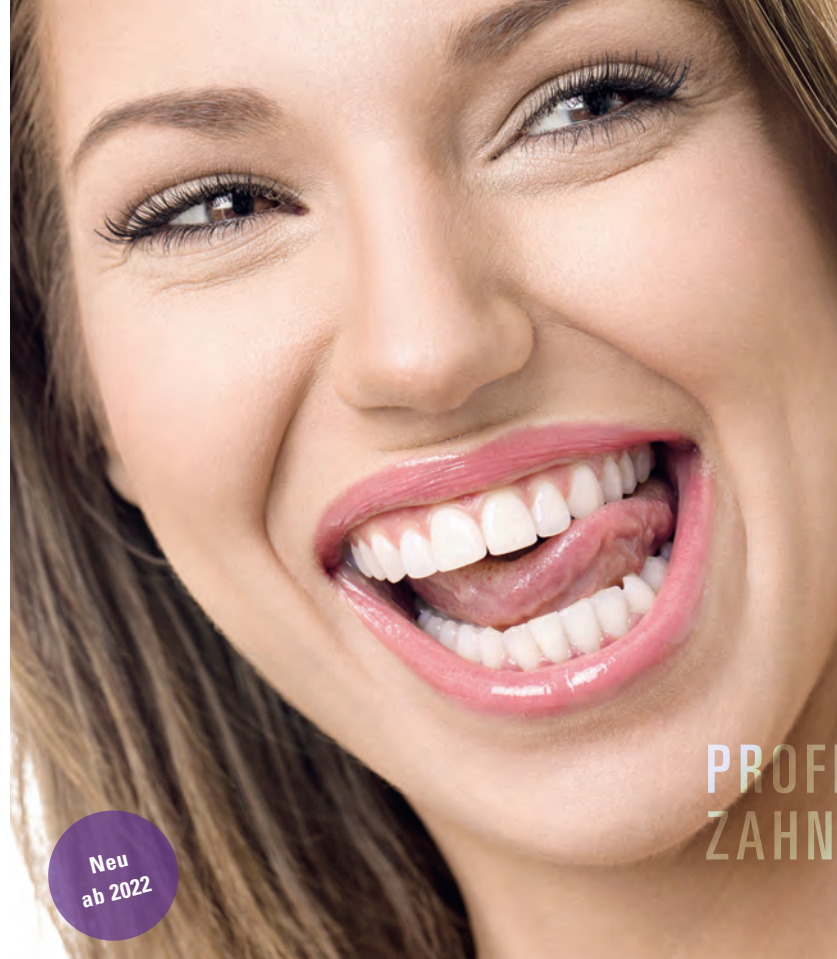
A large, close-up photograph of a man and a woman smiling. The man's face is on the left, and the woman's face is on the right. They are both looking towards the camera with bright, happy expressions. The woman's teeth are particularly prominent and white.

UNIQSMILE®



Mit UNIQSMILE® bieten wir Ihnen ab Frühjahr 2022 in den neuen Räumlichkeiten unserer Privatklinik in der Feldstraße 5 in Unna dentalästhetische Behandlungen an. Hierzu gehört auch der Aufbau eines Zentrums für Ästhetische Zahnmedizin, Kieferorthopädie und Kieferchirurgie unter der Leitung von Frau Dr. med. dent. Nina Prünke.

Nachfolgend informieren wir Sie ausführlich über einige der neuen Behandlungsangebote. Sollten Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich bitte jederzeit an das UNIQAESTHETICS® Team.



Neu
ab 2022

PROFESSIONELLE ZAHNREINIGUNG

Mit der Airflow®-Methode wird die professionelle Zahnreinigung zum Wellnessprogramm

Die gründliche Pflege unserer Zähne und unseres Zahnfleisches ist nicht nur für die Mundhygiene wichtig, sondern hat auch für unsere allgemeine Gesundheit eine große Bedeutung. Auch wenn das tägliche Putzen der Zähne und die Reinigung der Zahnzwischenräume mithilfe von Zahnseide einen essenziellen Baustein in der Zahnhygiene bilden, reicht dies allein nicht aus. Der Zustand Ihrer Zähne sollte regelmäßig von Ihrem Zahnarzt überprüft und diese Kontrolle idealerweise mit einer professionellen Zahnreinigung verknüpft werden.

Mit dem Airflow®-Verfahren bieten wir bei UNIQAESTHETICS® eine sanfte, sichere und effiziente Entfernung von Biofilm und Zahnstein sowohl über als auch unter dem Zahnfleisch. Basis dieses Verfahrens ist die Reinigung der Zähne mit einem Mix aus Wasser und feinen Pulverpartikeln. Der Pulverstrahl entfernt nicht nur den Biofilm und jungen Zahnstein, sondern reinigt und poliert die Zähne in einem Schritt. Die Reinigung gilt als besonders zahnschonend und hilft, die Zahnhelligkeit zu verbessern.

Die gesamte Behandlung erfolgt mit einer regulierten Wassertemperatur und erhöht dadurch erheblich den Komfort des Patienten. Entsprechend wird das Airflow®-Verfahren als äußerst angenehm, schmerzfrei und wohltuend empfunden. Und das Beste: Sie verlassen unsere Privatklinik mit einem wunderbar sauberen und glatten Gefühl auf den Zähnen!

SANFT
SICHER
EFFIZIENT



Neu
ab 2022

WHITESMILE®

Professionelle Zahnaufhellung mit der Fläsh®-Methode WHITESmile®

Ein strahlendes Lächeln gibt uns Selbstvertrauen, denn mit weißen Zähnen wirken wir gesünder und attraktiver. Da die Zähne jedoch nicht immer von Natur aus strahlend weiß erscheinen oder im Laufe der Jahre etwas dunkler und gelblicher werden können, lassen sich immer mehr Menschen die Zähne aufhellen. Der Markt für Zahnbleaching boomt, doch wirklich überzeugende, lang anhaltende und schonende Ergebnisse gelingen nur mit einer professionellen Zahnaufhellung bei einem Experten.

Als eines der ersten Unternehmen in Europa hat sich WHITESmile® bereits 1994 auf die Herstellung von Zahnaufhellungsprodukten spezialisiert und eigene Materialien entwickelt, die medizinisch getestet und zertifiziert sind – made in Germany. Die Erfahrung aus über zwei Jahrzehnten hat zur Entwicklung der Fläsh®-Technologie geführt, deren Wirksamkeit durch zahlreiche Untersuchungen bestätigt wurde und wissenschaftlich belegt ist.

Bei der von unseren Zahnärzten durchgeführten Fläsh®-Methode handelt es sich um eine sichere, bewährte und erfolgreiche Methode. Die Wirkung ist nicht nur wissenschaftlich erwiesen, sondern schont darüber hinaus den Zahnschmelz und hält bei der richtigen Pflege lange an.

BLEACHING
MADE
IN GERMANY

Die Fläsh®-Methode garantiert beste Ergebnisse dank der sogenannten Lichtunterstützung. Die Zahnaufhellung basiert auf einer Kombination aus einem Aufhellungsgel und einer Lichtaktivierung. So erhalten Sie ein rundum strahlend weißes Lächeln in nur einer Stunde.

Besonders zu empfehlen ist das Fläsh®-System im Vorfeld einer Zahnersatzbehandlung, um den anschließend folgenden Zahnersatz der aufgehellten Zahnfarbe anzupassen. Ebenfalls angepasst werden können einzelne verfärbte Zähne. Bewährt hat sich das Fläsh®-System zudem im Anschluss an eine kieferorthopädische Behandlung, um das Gesamtergebnis professionell abzurunden.

PAPILLEN- REKONSTRUKTION MIT HYALURONSÄURE

Neu
ab 2022

Fillerbehandlungen in der Zahnmedizin? Welche Vorteile eine Papillenrekonstruktion mit Hyaluronsäure bietet.

Eine Parodontitis hat durch den Knochenverlust meist zur Folge, dass sich der Abstand zwischen den Zähnen vergrößert. Im Normalfall füllen Interdentaltapillen – kleine Zahnfleischdreiecke zwischen den Zähnen – diese Lücke aus und haben nicht nur einen ästhetischen Vorteil, sondern verhindern auch größtenteils, dass sich Speisereste zwischen den Zähnen ablagern oder dass es beim Sprechen zu phonetischen Veränderungen und Pfeifeffekten kommt. Kann die Papille den Raum zwischen den Zähnen aufgrund einer Parodontitis nicht mehr füllen, entstehen sogenannte „schwarze Dreiecke“, die insbesondere im Bereich der oberen Schneidezähne deutlich sichtbar sind.

Für die Wiederherstellung der Zahnfleischpapille in kleinen bis mittelschweren Fällen eignet sich neben einem chirurgischen Eingriff auch eine Behandlung durch Filler. UNIQAESTHETICS® erachtet Fillerbehandlungen nicht nur im Gesicht als bewährtes Behandlungskonzept, sondern hält sie auch in Bereichen der Zahnmedizin für eine sinnvolle Lösung.

Im Rahmen eines eingehenden Beratungsgesprächs beantworten unsere Fachärzte gerne all Ihre Fragen zur Papillenrekonstruktion.

LÜCKEN EINFACH FÜLLEN



JOLA DENTAL +
UNIQSMILE® = UNIQALIGN®

Neu
ab 2022

Digitale Zahntechnik im Umbruch: Innovative Technologien eröffnen neue Wege in der Zahnästhetik

Die digitale Welt dreht sich schnell. Neue Ideen und Innovationen schießen wie Pilze aus dem Boden. Vieles, was vor 10 oder 20 Jahren noch unvorstellbar war, wie Videotelefonie mit einem Smartphone, ist für uns heute selbstverständlich. Auch die Zahntechnik befindet sich im Umbruch. Ästhetik „State of the Art“ setzt neue Maßstäbe in puncto natürliche Zahnschönheit und trifft damit den Nerv der Zeit, denn immer mehr Menschen wünschen sich ein strahlendes Lächeln mit weißen, ebenmäßigen Zähnen.

Ein modern ausgestattetes Dentallabor ist in der Lage, selbst anspruchsvollste Bedürfnisse zu erfüllen. Kompetent unterstützt wird es dabei unter anderem durch die Software Smile Design – ein Computersystem, bei dem eine ästhetische Optimierung der Zähne digital geplant und simuliert werden kann. Patienten erhalten dank der Anfertigung professioneller Fotoaufnahmen im Labor bereits im Vorfeld einen realistischen Eindruck vom künftigen Ergebnis. Ein Konzept, das ankommt.

Eine bewährte Methode zur Korrektur von Zahnfehlstellungen ist die sogenannte Aligner-Therapie. Sie steht für eine schnelle wie auch diskrete Behandlung mit transparenten Zahnschienen, die individuell für den Patienten erstellt werden und auf den Zähnen nahezu unsichtbar sind. Bei wichtigen Terminen können die Schienen auch eigenständig herausgenommen werden.

DISKRET KOMFORTABEL EFFEKTIV

Je nach Ausgangssituation sind die Zähne bereits nach drei bis neun Monaten begradigt.

Zu den sichtbarsten Komponenten im menschlichen Gebiss zählen die Frontzähne. Entsprechend störend wirken sich verfärbte Schneidezähne oder eine abgebrochene Ecke auf die gesamte Optik aus. Hier bieten Veneers eine ideale Lösung. Die hauchdünnen Verblendschalen aus Keramik werden mit einer speziellen Technik über die Zähne geklebt und die individuelle Form- und Farbanpassung erfolgt in einem Meisterlabor. Das Ergebnis wirkt sehr natürlich und ist von den eigenen Zähnen kaum zu unterscheiden.

Fazit: Eine perfekte Ästhetik 2.0 ist ein Zusammenspiel von adäquater Technik, hervorragenden Ausgangsmaterialien sowie einem innovativem Dentallabor, das zukunftsorientiert arbeitet und sein Handwerk versteht.

ERFAHRUNGS- BERICHTE

Ihr Vertrauen ist unser größter Stolz!

Sich in die Hände eines geeigneten Chirurgen zu begeben ist mit viel Vertrauen verbunden. Nicht nur die Fähigkeiten und Fertigkeiten des Facharztes entscheiden über die Arztwahl unserer Patienten. Auch die zwischenmenschliche Sympathie, die Kommunikationsfähigkeit und Empathie des Arztes haben großen Einfluss auf das Vertrauensverhältnis zwischen Arzt und Patient.

Drei unserer Patienten haben sich dazu bereit erklärt, von ihren Erfahrungen bei UNIQAESTHETICS® zu berichten und diese für uns aufzuschreiben. Wir bedanken uns recht herzlich und freuen uns sehr über das Feedback!



BRUSTVERGRÖßERUNG

Ich bin Mitte 30 und habe mich jetzt endlich für die von mir lang ersehnte Brustvergrößerung entschieden. Meine Operation ist zwar erst wenige Wochen her, aber dennoch möchte ich meine Erfahrung jetzt bereits teilen.

Eine Brustvergrößerung ist auf jeden Fall nichts, was man auf die leichte Schulter nehmen sollte. Man sollte im Vorfeld gut über eine solche Entscheidung nachdenken.

Schon in der Pubertät litt ich unter massiven Komplexen mit meiner kaum vorhandenen Oberweite und hatte den Wunsch, meine Brüste zu verändern. Deshalb fing ich früh damit an, Geld für dieses Vorhaben anzusparen. Vor Kurzem konnte ich es endlich umsetzen. Und: Ich bin mehr als zufrieden! Jede Frau geht mit so einem Thema anders um. Aber ich habe mich einfach mit meiner kleinen Brust nicht wohlfühlt. Ich habe das Internet und wirklich viele Zeitschriften durchforstet, mir Beiträge wie diesen hier durchgelesen und nach einem kompetenten Arzt gesucht. Schließlich ist meine Wahl auf UNIQAESTHETICS® gefallen. Ich hatte von Anfang an Vertrauen zu Dr. Schulz und fühlte mich bei ihm in guten Händen.

Ebenfalls in meinem Vertrauen gestärkt haben mich die moderne Praxis mit ihrem vorbildlichen Hygienestandard und das eingehende Beratungsgespräch.

In der Nacht vor dem Eingriff konnte ich vor Aufregung kaum schlafen, doch in der Praxis selbst legte sich diese Aufregung dank des tollen einfühlsamen Teams fast komplett.

Die Schmerzen nach der OP waren zwar nicht gerade angenehm, aber trotzdem auszuhalten. Jetzt, nach etwa 13 Wochen, trage ich nachts immer noch den Kompressions-BH. Das ist eigentlich nicht nötig, aber mir selbst gibt es einfach ein besseres Gefühl. Im Alltag selbst kann ich längst wieder alles machen und habe nur manchmal noch leichte Schwierigkeiten, Dinge hochzuheben.

Auf jeden Fall entdecke ich jetzt ein ganz neues Lebensgefühl für mich. Ich habe genau die Brüste, die ich immer schon haben wollte. Dr. Schulz hat tolle Arbeit geleistet und mir meinen Wunsch erfüllt!

Katja M., 34 J., Dortmund

FETTABSAUGUNG

Vor etwa einem Dreivierteljahr habe ich mich für eine Fettabsaugung entschieden, nachdem ich dem Thema lange skeptisch gegenüberstand. Ich hatte nämlich einiges über sichtbare Bindegewebsschäden gelesen. Bei meiner Suche im Internet fand ich zufällig heraus, dass UNIQAESTHETICS® eine relativ neue Methode mit dem drolligen Namen WAL anwendet, bei der weniger Komplikationen auftreten können.

Ich habe mir an den Oberschenkeln und den Hüften Fett absaugen lassen. Das hat ungefähr eineinhalb Stunden gedauert. Besonders erfreulich fand ich, dass ich trotz der Vollnarkose nicht über Nacht bleiben musste.

Nach dem Aufwachen wusste ich zwar, dass das Fett weg war, doch so richtig realisieren konnte ich das in dem Moment überhaupt noch nicht. Schmerzen hatte ich danach so gut wie keine, doch als ich wieder zu Hause war, kamen sie dann doch. Zum Glück war ich gut mit Medikamenten versorgt. Und nach kurzer Zeit konnte ich im Alltag schon so gut wie alles wieder problemlos alleine machen. Das hat mich auf jeden Fall positiv überrascht!

Dr. Schulz, die Anästhesisten und das restliche Team von UNIQAESTHETICS® standen mir die ganze Zeit zur Seite. Auch bereits vor der Operation haben sie mich sehr beruhigt und mich nochmals über alles genau aufgeklärt.

Mein Fazit: Ich bin mehr als froh, dass ich diesen Schritt gewagt habe. Besonders froh bin ich aber über meine Entscheidung für UNIQAESTHETICS® und Dr. Schulz. Die war ebenso richtig wie der Eingriff selbst.

Maria L., 27 J., Witten

AUGMENTATIONSMASTOPEXIE

Wegen einer krankheitsbedingten starken Gewichtsabnahme vor zwei Jahren hatten sich mein Körper und auch meine Brüste optisch sehr verändert. Die Brüste waren eindeutig kleiner als vorher und die Haut hing unschön nach unten. Auf meiner manchmal endlos erscheinenden Suche nach einer Lösung bin ich irgendwann auf eine Kombination aus Brustvergrößerung und Bruststraffung gestoßen. Der Name ist ein echter Zungenbrecher: Augmentationsmastopexie.

Jetzt begann der nächste Teil meiner Recherche: die Suche nach einem kompetenten Arzt, der sich mit dieser Methode auskennt. Dr. Schulz von UNIQAESTHETICS® ist ein solcher Experte und hat mich schon im ersten ausführlichen Beratungsgespräch mit seiner umfangreichen Erfahrung beeindruckt. Entschieden habe ich mich letztlich für eine sogenannte „zirkumareolare und vertikale Exzision“, also eine mäßige Bruststraffung inklusive Vergrößerung durch Implantate.

Meine Erwartungen wurden nicht enttäuscht. Die Resultate sprechen für sich: Dank der Kompetenz von Dr. Schulz und seinem Team sind meine Brüste endlich wieder voller und eindeutig straffer. Genau das, was ich mir gewünscht habe.

Deshalb kann ich allen, die unter dem gleichen oder ähnlichen Problemen leiden, wie das bei mir der Fall war, Dr. Schulz nur wärmstens empfehlen!

Bettina D., 38 J., Unna



BEWERTUNGEN DR. TINO SCHULZ

Eine tolle Meisterleistung!

Letzten Monat habe ich mich bei Dr. Schulz an meinen Oberlidern operieren lassen und bin sowohl mit dem vorläufigen Ergebnis als auch mit dem Abheilungsprozess mehr als zufrieden!

Bereits vor etwa 10 Jahren habe ich mich einer Oberlidstraffung unterzogen, aber war das Ergebnis nur wenig zufriedenstellend. Zwar wurde die überschüssige Haut an meinen Augenlidern entfernt, aber der Arzt damals hat leider sehr unsauber gearbeitet. Das Geld hätte ich mir jedenfalls sparen können. Bei Dr. Schulz habe ich genau das Gegenteil erlebt:

Er ist ein sehr professioneller Chirurg, hat sich Zeit für mich genommen und mir alles genau erklärt. Auch nach der Operation wurde ich weiterhin gut betreut.

Die Schmerzen haben schnell nachgelassen und auch die Narben verheilen problemlos. Vielen Dank, Dr. Schulz, für diese Meisterleistung!

Ein kompetenter und empathischer Arzt

Seit einiger Zeit bin ich nun bei UNIQAESTHETICS® und Dr. Tino Schulz in Behandlung. Dr. Schulz nimmt sich jedes Mal sehr viel Zeit für mich und hört sich meine Anliegen und Probleme aufmerksam an.

Ich finde es schön, endlich einen Arzt gefunden zu haben, der seine Patienten ernst nimmt und dem ich auch fachlich gerne mein Vertrauen schenke.

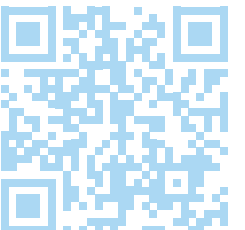
Alles klasse verlaufen!

Meine Brustoperation vor einem Jahr bei Dr. Schulz ist sehr gut verlaufen. Er hat meine Brüste so hinbekommen, wie ich es mir jahrelang gewünscht habe. Mit dem Ergebnis bin ich zufrieden wie am ersten Tag. Ich kann Dr. Schulz mit gutem Gewissen weiterempfehlen!

Dr. Schulz ist ein wahrer Künstler

Meine Bruststraffung liegt nun etwas mehr als 7 Monate zurück. Von dem Ergebnis bin ich heute noch immer sehr angetan. Besser hätte es nicht werden können! Dr. Schulz und das Team von UNIQAESTHETICS® haben mir ein sehr großes Stück Selbstbewusstsein und neue Lebensfreude geschenkt. Ich empfehle Dr. Schulz auf jeden Fall weiter!

Wie haben Sie
UNIQAESTHETICS®
erlebt?



Für uns beginnt Service nicht erst dann, wenn Sie unsere Praxis betreten. Ihre sichere und komfortable An- und Abreise gehört für uns dazu.

Deshalb haben wir einen komfortablen Fahrservice arrangiert. Fehlt Ihnen eine Begleitperson, die Sie nach einem chirurgischen Eingriff und nach einer Narkose sicher an Ihren Wunschort bringt? Möchten Sie eine längere Fahrzeit lieber für andere Dinge nutzen oder sich für den Termin in unserem Haus einfach nicht selbst ans Steuer setzen?

Wir holen Sie ab und bringen Sie sicher wieder zurück. Das gilt für Ziele in der näheren Umgebung ebenso wie für größere Distanzen. Denn wir legen großen Wert darauf, Ihren Aufenthalt bei uns von Anfang an so angenehm wie möglich zu gestalten. Die Preise für Ihren persönlichen Fahrdienst richten sich nach den gefahrenen Kilometern.

Wenn Sie uns rechtzeitig Ihren Wunschtermin nennen, schicken wir Ihnen gerne ein unverbindliches Angebot.



UNS IST KEIN WEG ZU WEIT



Bald
bei uns

UNIQ SPA®

Kosmetische Anwendungen
für Ihre Haut



Unsere Kosmetikserie
HYDRA verwöhnt Ihre Haut
mit Hyaluron und vielen
kostbaren Vitaminen

Mit unserem Konzept UNIQSPA® möchten wir Ihnen
ab Januar 2022 an unserem neuen Standort eine Vielzahl kosmetischer Anwendungen bieten.
Freuen Sie sich auf innovative und besonders wirksame Anwendungen, darunter:



Microneedling

Straffere, jüngere und frische Haut verspricht unsere Microneedling-Anwendung. Ebenfalls bestens bewährt hat sich diese Anwendung bei Aknenarben und dem Wunsch nach einer allgemeinen Hautbildverbesserung.

Kopfhautpigmentierung

Die sogenannte Mikrohaarpigmentierung verdichtet optisch den Haarwuchs und bietet eine ideale Alternative oder Ergänzung zu einer Haartransplantation. Lichter werdendes Haar und kahle Stellen werden optisch aufgefüllt – ganz ohne OP.

Fruchtsäurepeeling

Das auch unter dem Begriff „AHA“ bekannte Peeling wirkt Hautunreinheiten und Pigmentflecken entgegen und klärt die Haut sichtbar.

Hydrafacial®

In mehreren Phasen wird die Haut erst porentief gereinigt und anschließend mit Feuchtigkeit versorgt. Ihre Haut zeigt nach der Hydrafacial®-Anwendung einen einzigartigen Glow-Effekt.



BB Glow

Die BB-Glow-Behandlung bietet eine Lösung für viele unterschiedliche Hautprobleme. Das ist selbst in der erfolgsverwöhnten Kosmetikbranche ein echtes Novum. Das innovative Konzept dahinter: Meso-Needling.

Bei diesem schmerzlosen Verfahren werden der Haut feuchtigkeitsspendende Substanzen sowie auf den persönlichen Hautton abgestimmte natürliche Farbpigmente zugeführt.

Alle Anwendungen werden von ausgebildeten Kosmetikerinnen durchgeführt, die Ihnen mit ihrer Expertise zur Seite stehen und Sie gerne beraten, von welchen Anwendungen Ihre Haut am besten profitiert. Ausführlichere Informationen zu unseren UNIQSPA® Anwendungen finden Sie außerdem auf unserer Website.

Anzeige



JOLA

BEAUTY

Schöne Zähne für Ihr Selbstbewusstsein!

Bei **JOLA BEAUTY** erhalten Sie anspruchsvolle Ästhetik-Lösungen. Unsere Experten aus unserem Dentallabor begleiten Sie mit modernsten Technologien und hochwertigen Materialien auf Ihrem Weg zu neuer und natürlicher Zahnschönheit.

Sie wünschen sich auch ein strahlendes Lächeln? Vereinbaren Sie jetzt einen Termin!

Freecall: 0800 0007986

www.jola.beauty
info@jola-beauty.de



HYDRA HYALURON EXTREME



Unsere exklusive UNIQFORYOU® Pflegeserie zeigt Wirkung

Das Besondere an unserer Pflegeserie HYDRA Hyaluron Extreme ist die gelungene Kombination aus Hyaluron und weiteren hochwertigen Wirkstoffen wie Kollagen, Peptiden, Vitaminen und Hopfen. Für ein optimales Ergebnis und eine strahlende, glatte und gepflegte Haut.

HYDRA HYALURON EXTREME

Die Produkte unserer exklusiven Pflegeserie HYDRA sind erhältlich in unserem neuen Onlineshop **uniquforyou.de**. HYDRA wurde nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und in direkter Zusammenarbeit mit den Fachärzten von UNIQAESTHETICS® entwickelt – den Experten für straffe Haut.



spflege

nel aus Anti-Aging- und Naturkosmetikwirkstoffen RA Hyaluron Extreme ihre regenerierende Wirkung gischen Alterungsprozess der Haut. So glättet se Retinol® die obere Hautschicht und bildet n Hautschichten das Kollagengerüst der Haut, rjüngtes Hautbild sorgt. Hoch- und niedermolekulares Kombination mit ausgewählten Inhaltsstoffen und ilpflanzenölen boostet gezielt sowohl die Zell- uch die Feuchtigkeitsversorgung, wodurch Fältchen emindert werden. Zugleich wirkt die Haut straffer

iron Extreme eignet sich für die Haut von Männern leichermaßen und kann bereits in jungen Jahren angewendet werden.



Hyaluron und Hopfen sind ein unschlagbares Team, wenn es um die Pflege empfindlicher Lippen geht. Zusammen mit feinsten und reichhaltigen Ölen haben sie eine sanft aufpolsternde Wirkung und können das Lippenvolumen bei regelmäßiger Anwendung erhöhen. Die Lippen werden zart und geschmeidig. Durch den Einsatz von Vitamin C und E werden die Lippen geglättet und gestrafft. Zusätzlich stimuliert die Anwendung der HYDRA Hyaluron Extreme-Lippenpflege die hauteigene Kollagenproduktion und lässt dadurch die Lippen voller wirken. Die Lippenpflege eignet sich außerdem hervorragend zur Behandlung kleiner Fältchen rund um Ober- und Unterlippe. Ein weiteres Plus: Sie erhöht die Haltbarkeit von Lippenstift und verhindert, dass dieser aufgrund von Fältchen am Lippenrand optisch „ausläuft“.

Vliesmaske

Die Hyaluron-Kollagen-Vliesmaske wirkt dreidimensional und spendet dem Gesicht intensiv Feuchtigkeit – ein Effekt fast wie ein Kurzurlaub. Das hochfeine Tuch ist getränkt mit erstklassigen multifunktionalen Wirkstoffen, allen voran hoch- und niedermolekulares Hyaluron. Für ein lang anhaltendes und sichtbares Ergebnis sorgen darüber hinaus Kollagen, Peptide sowie Aminosäuren. Das hydrolysierte Kollagen® gelangt bis in die tieferen Hautschichten. Dadurch werden Fältchen reduziert, der Wirkstoff der Rosskastanie verfeinert die Hautporen und die Haut wird insgesamt verjüngt und beruhigt. Die glättenden und verjüngenden Eigenschaften wirken auf die Haut von Damen ebenso wie auf jene der Herren. Von der besonderen Wirkstoffzusammensetzung profitiert zudem jeder Hauttyp – das gilt selbst für durch Akne oder Rosacea beanspruchte Haut.

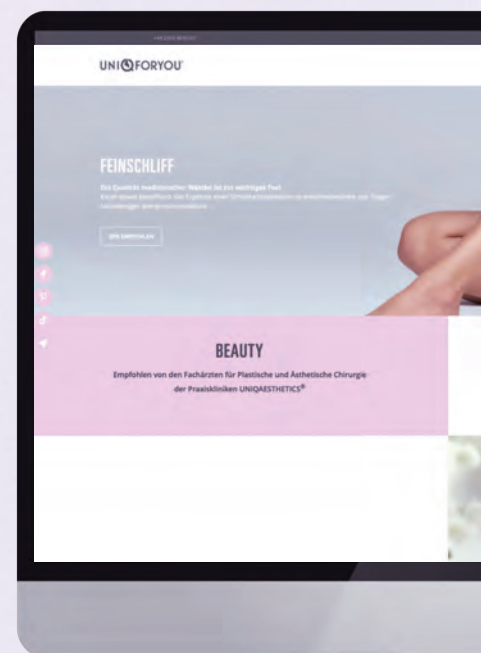


UNIQFORYOU®

Mit UNIQFORYOU® haben wir eine Onlineplattform geschaffen, in deren Zentrum medizinische und kosmetische Produkte stehen.

Als Experten auf diesem Gebiet legen wir großen Wert darauf, unseren Kunden ein Angebot zur Verfügung zu stellen, das unserem hohen Anspruch an Qualität und Sicherheit in vollem Umfang gerecht wird.

Und genau das erreichen wir, indem wir in unserem Onlineshop ausschließlich eigene Produkte rund um Beauty & Lifestyle anbieten.



Diese sind Teil einer lösungsorientierten Hautpflege und auf der Basis wirkungsvoller Beautyceuticals entwickelt worden. Für die Herstellung unserer UNIQFORYOU® Kosmetikprodukte werden ausnahmslos hochwertige, sichere und natürliche Inhaltsstoffe verwendet. Zudem sind unsere Produkte tierversuchsfrei und frei von Mineralöl, Paraben, Paraffin, Nano und PEG. Die aktuelle Forschung in der Hautpflege belegt die enorme Bedeutung der Wirkstoffrezeptur. Dermatologen und Experten der Kosmetikbranche empfehlen deshalb, für eine ideale Hautpflege Produkte mit hautidentischen Wirkstoffen zu verwenden, die der Lipidstruktur unserer Haut gleichen. Damit werden die Reparaturmechanismen der Haut optimal unterstützt.

HYDRA ist eine hochwertige Gesichtspflegeserie, die Ihre Haut mit Feuchtigkeit versorgt und zusammen mit dem Wirkstoff Retinol® einen sichtbaren Anti-Aging-

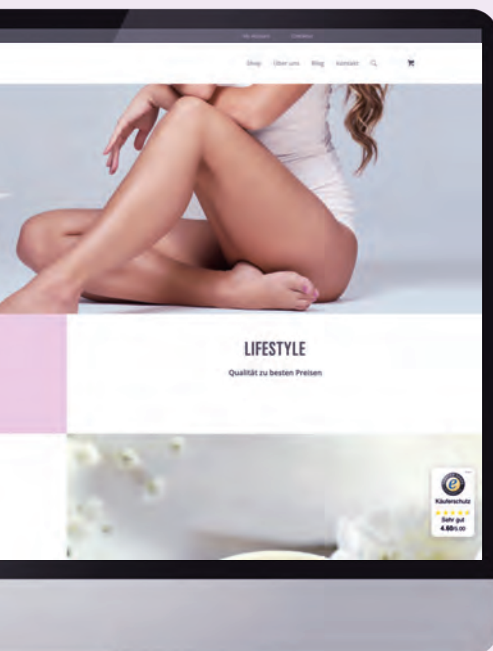
Effekt erzielt. Die HYDRA Hyaluron Extreme-Lippenpflege basiert auf einer innovativen Wirkstoffkombination aus Hyaluron und Hopfen – höchst effektiv gegen trockene und rissige Lippen.

Unser Sortiment werden wir für Sie kontinuierlich um hochwertige Produkte aus den Bereichen Beauty und Lifestyle erweitern. In Zusammenarbeit mit Biogena® erstellt UNIQFORYOU® aktuell ein Nahrungsergänzungsmittel, das aus wertvollen Mikronährstoffen besteht und auf einem speziell für die Hautgesundheit und -schönheit entwickelten Konzept basiert. Die spezielle Zusammensetzung der Nährstoffe wird exklusiv bei UNIQFORYOU® erhältlich sein.

Auf uniqforyou.de finden Sie auch einen Blog mit interessanten Informationen rund um die Themen Kosmetik, kosmetische Wirkstoffe, Beauty und Lifestyle. Klicken Sie doch mal rein:



>> UNIQFORYOU.DE



JOLA BEAUTY

Mehr als ein Beauty-Trend: Schöne Zähne sind Lebensqualität

Mit JOLA BEAUTY zur optimalen Zahnästhetik

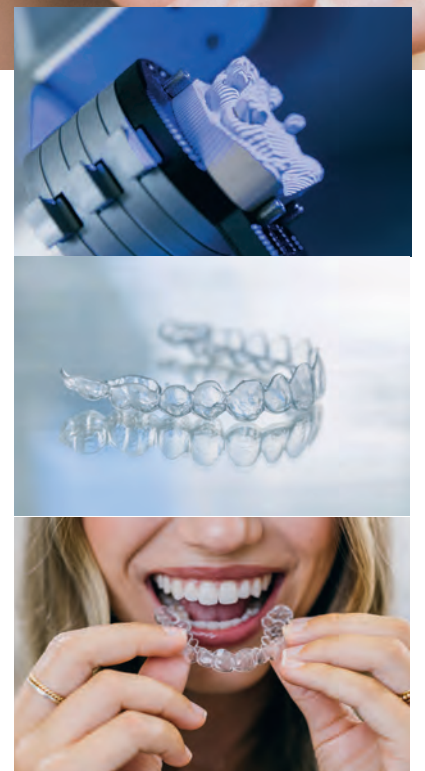
Was ist das Geheimnis eines zauberhaften Lächelns? Die Antwort ist ganz simpel: Schöne, ebenmäßige Zähne lassen uns unbeschwert strahlen und wirken gleichzeitig sympathisch. Kein Wunder, dass der Wunsch nach ästhetischen Zähnen groß ist. Leider haben von Natur aus die wenigsten Menschen ein perfektes Lächeln.

JOLA BEAUTY erfüllt Ihnen den Wunsch nach neuer und natürlicher Zahnschönheit. Das innovative Dentallabor hat sich auf den Bereich der Zahnästhetik spezialisiert. Von hauchdünnen Veneers bis hin zu transparenten Zahnschienen zur Korrektur der Zähne,

verfügen die Experten vor Ort über das Wissen und die Erfahrung, damit unschöne Lücken oder geschädigte Zahnoberflächen verschwinden.

Mit der Schienentherapie können Fehlstellungen in nur 3 – 9 Monaten korrigiert werden. Sie erhalten ein Set von transparenten Zahnschienen, die zu einem schnellen und äußerst diskreten Behandlungsverlauf führen.

Veneers aus Keramik werden auf die Zähne geklebt und wirken sehr natürlich. Das Ergebnis ist atemberaubend! Überzeugen Sie sich selbst.



JOLA BEAUTY befindet sich in der Dortmunder Innenstadt und ist auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen. Es erwartet Sie eine kompetente Beratung in einer angenehmen Atmosphäre.

Vereinbaren Sie jetzt einen Termin!

Freecall: 0800 0007986

info@jola-beauty.de - www.jola.beauty

GESUND
FIT
SCHLANK



5 TIPPS FÜR EINE GESUNDE ERNÄHRUNG

von unserer Expertin
Magdalena Bobkiewicz

Eine nährstoffreiche und ausgewogene Ernährung ist die Grundlage für eine kontinuierliche und gesunde Gewichtsreduktion. Zu schnelles Abnehmen durch zu geringe Kalorien- und Nährstoffaufnahme führt in den meisten Fällen zum sogenannten Jo-Jo-Effekt und eine erneute Gewichtszunahme macht das Abnehmen in der Regel dann noch schwerer. Oftmals sind es die Enttäuschung und das Gefühl, versagt zu haben, die viele Menschen wieder in alte Muster verfallen lassen. Sie haben das Gefühl, die ganze Disziplin der vorherigen Monate sei umsonst gewesen. Aber bei einer Gewichtsreduktion geht es nicht allein um Disziplin. Weitaus wichtiger ist die Mischung aus gesunder Ernährung und regelmäßiger Bewegung!

Magdalena Bobkiewicz ist studierte Pharma- und Ernährungsberaterin. Als geschulte Expertin in diesem Bereich kennt sie sich bestens mit gesundheitsbewusster Gewichtsreduktion aus und hat für Sie die fünf wichtigsten Tipps für das progressive Abnehmen zusammengestellt:



1 Fast Food: so selten wie möglich

Wer es eilig und keine Zeit oder Lust zum Kochen hat, greift oftmals zu Fast Food. Wie der Name schon verrät, ist dieses schnell gekauft und ebenso schnell verzehrt. Das Tückische daran: Man verspürt nach kürzester Zeit erneut Hunger, denn die fürs Abnehmen dringend benötigten Nährstoffe, Vitamine und Ballaststoffe sucht man in Fast Food fast vergeblich. Hinzu kommt der hohe Fett- und Kaloriengehalt.

2 Keine Zwischenmahlzeiten

Wer abnehmen will, sollte möglichst auf Zwischenmahlzeiten oder Snacks verzichten. Beides lässt den Insulin- und Blutzuckerspiegel wieder ansteigen, wodurch die körpereigene Fettverbrennung zum Erliegen gebracht wird und die nicht benötigten Kohlenhydrate wieder im Fettspeicher landen.



3 Liegt auf der Hand: die richtige Portionsgröße

Häufig neigen wir beim Essen dazu, die Portionen eher dem Teller anstatt den Bedürfnissen unseres Körpers anzupassen. Dabei kann es so einfach sein: Ein hilfreicher Richtwert für die Ermittlung der individuellen Portionsgröße ist die eigene Hand. Mit dieser Orientierungshilfe laufen Sie nicht Gefahr, Ihr Verdauungssystem mit allzu großzügigen Portionen zu überfrachten.



4 Essen Sie bunt

Je bunter, desto gesünder! Der Grund: Ihre Farbe verdanken Obst und Gemüse den sogenannten sekundären Pflanzenstoffen, denen ein positiver Einfluss auf zahlreiche Stoffwechselprozesse nachgesagt wird. Umso mehr empfiehlt sich daher, bei der Auswahl von Obst und Gemüse für Abwechslung zu sorgen. In jedem Fall aber gilt: je dunkler die Farbe, desto höher der Gehalt an Vitaminen.



5 Wasser ist Trumpf

Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist essenziell für unseren Organismus, fördert das Wohlbefinden und unterstützt uns vor allem beim Abnehmen. Hungergefühl gehört wohl zu den größten Herausforderungen im Kampf gegen die Pfunde. Wer nicht genügend trinkt, entwickelt ein Hungergefühl, das häufig mit Durst verwechselt wird, weil die Symptome die gleichen sind wie bei einer Unterzuckerung.

Und jetzt die gute Nachricht: Wasser ist ein hervorragender Magenfüller. Wer deshalb darauf achtet, über den Tag verteilt genug zu trinken, kann sich das Abnehmen deutlich erleichtern.

Die Mischung macht's. Der Schlüssel, um langfristig Gewicht zu reduzieren und dann vor allem zu halten, ist eine Mischung aus gesunder Ernährung und regelmäßiger Bewegung. Allerdings empfiehlt sich hier die sogenannte 70-zu-30-Regel: Die zweifellos größte Gewichtung hat mit 70 Prozent die Ernährung, während der Anteil des Sports bei 30 Prozent liegt.



MAGDALENAS STERNEKÜCHE

Superfood Smoothie Bowl

FRÜHSTÜCK – 2 Portionen

Zutaten:

300 g gefrorener Beerenmix

2 gefrorene Bananen (am besten am Vortag einfrieren)

150 ml Hafermilch

1 EL Honig

3 TL blaues Spirulinapulver

Für das Topping:

1 Banane

1 Passionsfrucht

weitere gefrorene Früchte (Himbeeren, Mango etc.)

2 Handvoll Müsli (Crunchy)

1 TL Leinsamen

1 TL Chiasamen

Granatapfelkerne

1 Handvoll Cashewkerne

2 EL Mandelmus (weiß)

Die gefrorenen Früchte in einen Mixer geben. Hafermilch, Honig und das Spirulinapulver hinzugeben und alles miteinander zu Püree verarbeiten. Das Püree auf zwei Schüsseln aufteilen.

Beim Topping kann man seiner Fantasie freien Lauf lassen. Wir haben uns hierfür entschieden: Die Banane in Scheiben schneiden und auf dem Püree verteilen. Die Passionsfrucht gut abwaschen (Schale), dann halbieren und ebenfalls auf dem Püree platzieren. Weitere Früchte (gefrorene Himbeeren und Mangostücke) hinzufügen. Pro Schüssel eine Handvoll Crunchy-Müsli und jeweils einem halben TL Lein- und Chiasamen auf dem Püree verteilen. Anschließend Smoothie Bowl wahlweise mit Granatapfelkernen, jeweils einer halben Handvoll Cashewkernen und 1 EL Mandelmus garnieren.





Lachs auf Bandnudeln mit Kräutersoße

MITTAGESSEN – 2 Portionen

- Zutaten:
 Bandnudeln
 2 Stück Lachs (ca. 180–200 g) ohne Haut
 etwas Öl
 etwas Butter
 gemischte Kräuter (auch TK möglich)
 150 ml Olivenöl
 ½ Zitrone
 ½ Chili (ohne Kerne), wahlweise auch Tabasco oder Sambal Oelek
 1 EL Honig
 Salz, Pfeffer
 Rucola(Rauke)-Salatblätter
 Aceto-balsamico-Creme

Die Bandnudeln in gesalzenem Wasser nach Anweisung kochen. Wenn die Nudeln gar sind, das Wasser abkippen und die Nudeln gut abtropfen lassen.

Eine Grillpfanne mit etwas Öl einpinseln und die Pfanne erhitzen. Den Lachs auf einer Seite ca. 3 Minuten darin braten.

Für die Kräutersoße:
 Die gemischten Kräuter in ein Rührgefäß füllen und Olivenöl, Zitrone, Chili (oder Tabasco/Sambal Oelek), Honig, Salz und Pfeffer dazugeben. Alles gut miteinander vermischen.

Lachs auf den Nudeln anrichten und die Kräutersoße großzügig darauf verteilen. Anschließend noch wahlweise mit Rucola-Salatblättern und Aceto-Balbamico-Creme garnieren.

GUTEN APPETIT!

TIPP:
 Die Kräutersoße ist gekühlt bis zu einer Woche haltbar.

Bulgursalat mit Ofengemüse

ABENDESSEN – 2 Portionen

- Zutaten:
 2 Zucchini
 1 Paprika
 1 rote Zwiebel
 200 g Cocktail-/Datteltomaten
 Gewürze:
 Salz, Pfeffer, Paprika (edelsüß),
 Ingwer (Pulver)
 nach Bedarf Olivenöl
 200 g Bulgur (oder Graupen)
 200 g Fetakäse
 1 EL Honig
 1 Handvoll Walnüsse
 Balsamicocreme
 frische Kräuter (Basilikum, Petersilie)

Den Backofen vorheizen. Zucchini und Paprika in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Zwiebel in kleinere Stücke schneiden und die Tomaten halbieren. Das Gemüse in einer Schüssel mit den Gewürzen nach Bedarf mit Olivenöl vermengen, sodass es gerade überall mit Olivenöl und Gewürzen bedeckt ist. Das Gemüse auf dem Backblech verteilen (möglichst nicht stapeln) und 20 Minuten bei 180 Grad Ober-/Unterhitze backen.

In der Zwischenzeit Bulgur (oder Graupen) nach Rezept auf der Verpackung in Salzwasser kochen und anschließend quellen lassen.

Den Feta mit einer Gabel klein bröseln. Nach 20 Minuten das Gemüse aus dem Ofen holen, den gebröselten Feta darauf verteilen und das Ganze weitere 10 Minuten im Ofen backen.

Das Ofengemüse vorsichtig unter den bereits leicht abgekühlten Bulgur heben und alles dezent mit Honig beträufeln. Walnüsse klein hacken und über das Gericht streuen. Zum Schluss mit Balsamicocreme und frischen Kräutern der Wahl garnieren.



Wussten Sie, dass ein EMS-Training nachgewiesenermaßen 10 bis 20-Mal effektiver ist als ein konventionelles Training im Fitnessstudio? Sparen Sie sich also die Zeit und Mühe und erreichen Sie in nur 20 Minuten pro Woche Ihre Wunschergebnisse.

IMPULSGEBER TERRA SPORTS



terra
sports
YOUR PERSONAL TRAINING

E Elektro
M Muskel
S Stimulation

GANZKÖRPERTRAINING
NUR 20 MINUTEN DIE WOCHE

30 Minuten
Schnell Training
Personal Training
Gesunder
Lebensstil
Leistungssteigerung
in 20 Min
Muskeltonus
steigern
Gewichtreduktion

www.terra-sports.de

Mit effektivem Personal Training in 20 Minuten zur Wunschfigur

Auch wenn wir durch gezielte chirurgische Maßnahmen das Körperbild deutlich verändern können, möchten wir unseren Patienten einen gesunden Lebensstil ans Herz legen, um das Wunschergebnis auch nachhaltig bewahren zu können. Zum einen kann das durch eine gesunde, ausgewogene Ernährung gelingen, zum anderen sollten aber auch Sport und Bewegung immer Teil eines gesunden Alltags sein. Auch wenn sich Letzteres zunächst sehr einfach anhört, erweist sich die Umsetzung im stressigen Berufsalltag als nicht ganz so leicht. Vielleicht kennen Sie das aus eigener Erfahrung: Sie nehmen sich vor, öfter ins Fitnessstudio zu gehen oder zu joggen, damit Sie Ihre Traumfigur erreichen und halten können. Doch schon nach einigen Trainings schwindet entweder die Motivation, wichtige Termine kommen dazwischen und Ihre beruflichen Verpflichtungen lassen zwei bis drei Trainings pro Woche einfach nicht zu.

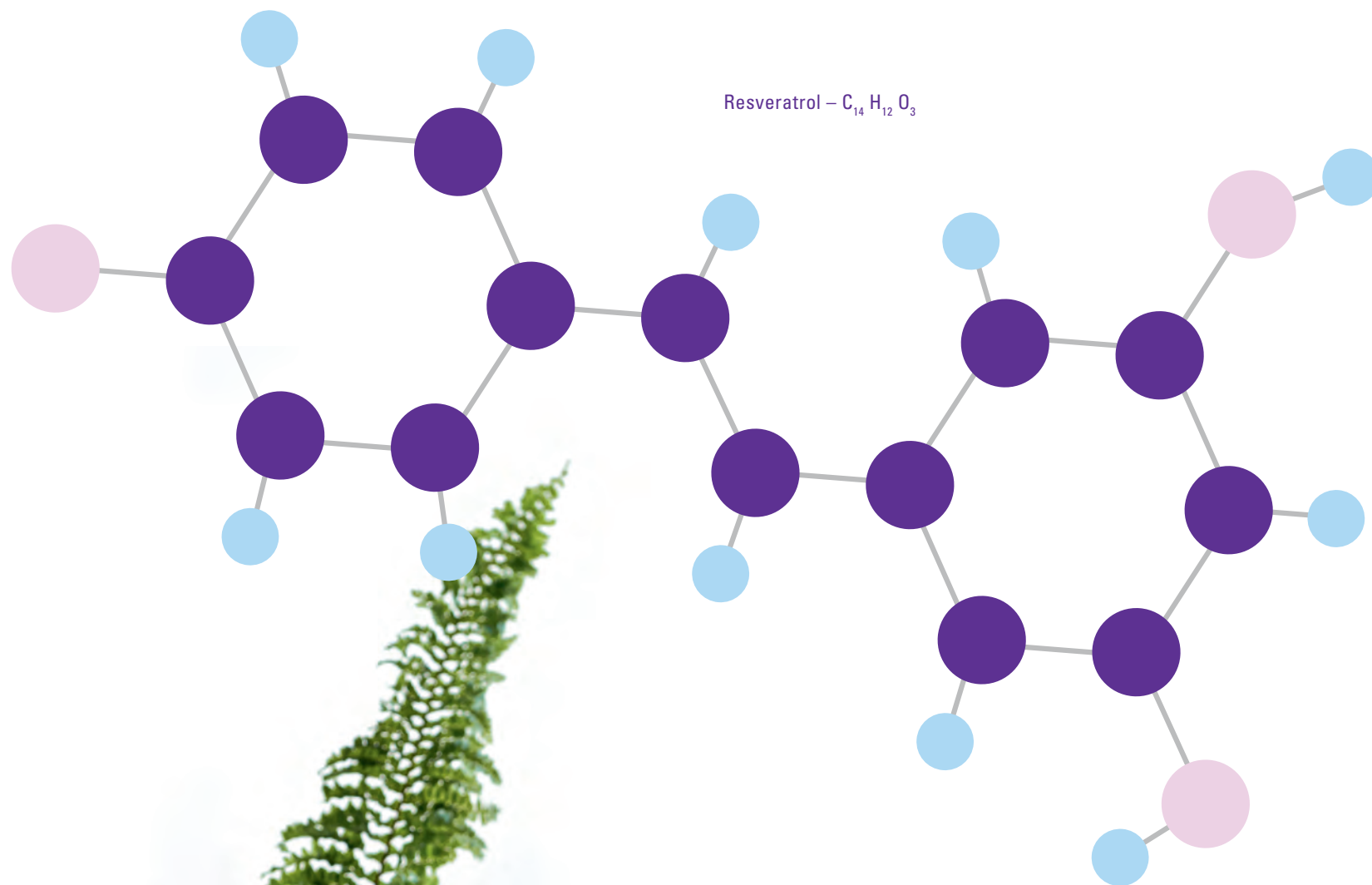
Mit diesen Herausforderungen sind Sie nicht allein. Damit Sie Ihre Ziele dennoch erreichen und einen gesunden Lebensstil verfolgen können, haben wir einen starken Partner an unserer Seite: Terra Sports bietet Personal Training in Form der Elektrischen Muskelstimulation (kurz EMS) an. Dank dieser Methode können Sie mit nur 20 Minuten Training pro Woche Erfolge erzielen. Während Ihres Trainings tragen Sie eine EMS-Weste, die Ihre Muskulatur gezielt mit elektrischen Impulsen zur Kontraktion anregt, während Sie Kraftsportübungen mit eigenem Körpergewicht durchführen.

Ein persönlicher Trainer steht Ihnen mit Know-how zur Seite und unterstützt Sie beim Erreichen Ihrer Ziele. Durch regelmäßige Körpermessungen wird die Zusammensetzung Ihres Körpers ermittelt. Das heißt, Ihre Erfolge werden nicht länger durch Ihr Körpergewicht bestimmt, sondern orientieren sich an Faktoren wie Muskel- und Fettanteil. Das Personal Training bei Terra Sports ist auf Ihren Alltag zugeschnitten und auch für Berufstätige einfach zu integrieren. Für alle wichtigen Dinge im Leben machen wir Termine – warum dann nicht auch für unsere Gesundheit? Terra Sports ist mit über 50 EMS-Studios in Deutschland vertreten – auch in Unna und Dortmund sind sie in zentraler Lage zu finden.

Wir bei UNIQAESTHETICS® haben erkannt, wie komfortabel und wirkungsvoll das Training bei Terra Sports ist. Deshalb unterstützen wir auch unsere eigenen Mitarbeiter darin, sich durch ein EMS-Training fit zu halten. Sprechen Sie uns gerne zu diesem Thema an oder vereinbaren Sie am besten gleich einen Termin für ein kostenloses Probetraining im Terra Sports-Studio in Ihrer Nähe.

Sämtliche Studios finden Sie unter www.terra-sports.de/studios.





DER WAHRE SCHLÜSSEL ZUR EWIGEN JUGEND?

In der Forschung allgemein, aber besonders im Bereich der kosmetisch-medizinischen Forschung gibt es hierzu laufend neue Erkenntnisse und Entdeckungen.

Das Team von UNIQAESTHETICS® verfolgt aktiv die Entwicklungen auf diesem Gebiet und bleibt somit stets auf dem neuesten Stand.

In einer wissenschaftlichen Studie, die von der EU finanziert wurde, fanden nun Forscher aus Frankreich, Ungarn, Großbritannien und den USA heraus, dass einer der vielversprechendsten Wirkstoffe im Anti-Aging-Kosmetikbereich doch nicht die Wirkung hat, die sich Forschung, (Kosmetik-)Konzerne und auch viele Konsumenten Jahre lang davon versprochen hatten. Konkret geht es um Sirtuine. Sie galten bisher als der Schlüssel zur Verlangsamung des Alterungsprozesses.

Was sind Sirtuine?

Anfang der 90er-Jahre entdeckte der renommierte Biologe Dr. David Sinclair von der Harvarduniversität während Forschungsarbeiten an Hefepilzen das erste Sirtuin. Sirtuine sind verschiedene

Enzyme (biologisch wirksame Eiweißstoffe), die unter anderem den Muskelaufbau und die Fettverbrennung beeinflussen, bei der Reparatur von Zellschäden helfen und auch Schutz vor Krankheiten bieten, indem sie die Abwehrkraft der Zellen stärken. Bisher gingen viele Wissenschaftler davon aus, dass Sirtuine der Schlüssel sein könnten, um mit den ihnen zugeschriebenen lebensverlängernden Eigenschaften den Alterungsprozess zu verlangsamen und insbesondere unsere Hautalterung zu verzögern.

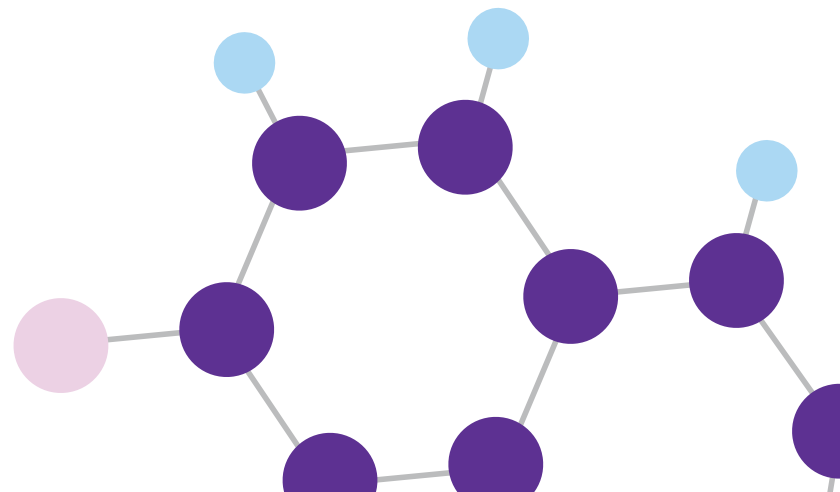
Der menschliche Körper verfügt insgesamt über sieben verschiedene Sirtuine. Während die Sirtuine SIRT1, SIRT6 und SIRT7 für die Reparatur der DNA zuständig sind, kümmern sich SIRT3, SIRT4 und SIRT5 in den Mitochondrien – den Kraftwerken unserer Zellen – um den Energiestoffwechsel. Und SIRT2 verantwortet die Zellteilung.



Obwohl aktuelle Studien die Wirkung von Sirtuinen als Anti-Aging-Wunderwaffe eindeutig widerlegen, verfolgen namhafte High-End-Kosmetikbrands eine andere Strategie. So kündigte einer der weltweit größten Kosmetikkonzerne unlängst an, diese Enzyme als Wirkstoff in Anti-Falten-Cremes einsetzen zu wollen.

Zwar spielen Sirtuine im Bereich der Ernährung und bei körpereigenen Stoffwechselprozessen zweifellos eine signifikante Rolle, aber der Schlüssel zu ewiger Jugend sind sie trotzdem nicht. Wer sich ein frisches, jugendliches Aussehen wünscht, sollte daher auf eine Hautpflege setzen, welche die Haut mit Feuchtigkeit versorgt und hochwertige Substanzen enthält, deren Hautfreundlichkeit wissenschaftlich nachgewiesen ist. Genau aus diesen Erkenntnissen der Wissenschaft heraus haben wir mit „HYDRA Hyaluron Extreme“ eine Pflegelinie entwickelt, die mit den richtigen Wirkstoffen das gewünschte Ergebnis erzielt. Die HYDRA Hyaluron Extreme-Gesichtscreme von UNIQFORYOU® entfaltet ihre Wirkung gegen den biologischen Alterungsprozess der Haut.

Die HYDRA Hyaluron Extreme-Lippenpflege hält dank ihrer Kombination aus feuchtigkeitsspendendem Hyaluron und Hopfen die Lippen nicht nur geschmeidig, sondern hat zudem eine aufpolsternde Wirkung. Und unsere HYDRA Hyaluron Extreme-Vliesmasken sind ein wahrer Kurzurlaub für unsere Haut: Sie spenden intensive Feuchtigkeit, während ideal aufeinander abgestimmte Substanzen wie Aminosäuren, Peptide und Kollagen einen sichtbaren und vor allem lang anhaltenden glättenden Effekt erzeugen. HYDRA Hyaluron Extreme ist Anti-Aging-Pflege, die ihren Namen wirklich verdient.



UNIQ INTERNATIONAL





Trendreiseziel Kroatien

Pandemiebedingt bringt das Reisen, besonders an weiter entfernte Orte, immer noch diverse Einschränkungen mit sich. Noch ist unklar, wann es wieder möglich sein wird, komplett unbeschwert unterwegs zu sein. In einem europäischen Land jedoch konnten Urlauber schon in diesem Jahr, fernab von Corona, etwas Normalität genießen. Somit überrascht es nicht, dass 2021 Kroatien wohl eines der für deutsche Urlauber attraktivsten Urlaubsziele war. Neben prominenten Orten wie Split oder Dubrovnik, die den meisten geläufig sein dürften, möchten wir Ihnen nun einen für viele Leute noch weitgehend unbekannten kroatischen Trendort vorstellen: Rovinj.

In etwas mehr als 12 Stunden Autofahrt oder mit einem Direktflug ins benachbarte Pula erreicht man die malerische Hafenstadt Rovinj an der Westküste der Halbinsel Istrien.

Traumhafte Buchten mit glasklarem Wasser, eine romantische Altstadt mit spannender Geschichte und unzählige Restaurants, die mit ihrem Charme und ihrer Kulinarik nur so zum Schlemmen und Flanieren einladen. Das sollte man sich auf keinen Fall entgehen lassen. Durch die Nähe zur italienischen Grenze kann die charmante Hafenstadt auch ihren italienischen Einfluss nicht verleugnen. Egal, ob Ihnen nach Entspannungsurlaub am Meer oder doch lieber nach Sightseeing zumute ist – Rovinj bietet die perfekte Mischung aus Erholung und Abenteuer.

Rovinjs Altstadt liegt auf einer kleinen Landzunge. Die verwinkelten schmalen Gässchen inmitten der dicht gedrängten Häuser verleihen dieser Stadt ein besonderes historisches Flair. Die wohl bekannteste Sehenswürdigkeit und den Mittelpunkt der Altstadt bildet die Kirche

der heiligen Euphemia. Ihr 60 Meter hoher Kirchturm dominiert das Stadtbild und zieht unweigerlich alle Blicke auf sich. Doch nicht nur von außen ist die Kirche aus der Zeit des Barock ein Genuss fürs Auge. Auch ein Blick ins Innere offenbart Merkmale Rovinjs spannender Vergangenheit. Eine weitere und historisch nicht minder faszinierende Sehenswürdigkeit Rovinjs stellt das Baptisterium zur Heiligen Dreifaltigkeit dar. Die bereits gegen Ende des 13. Jahrhunderts errichtete Baptistenkirche befindet sich, anders als die Kirche der heiligen Euphemia, nicht im Zentrum der Altstadt, sondern in der Nähe des Busbahnhofs auf dem Platz „Trg na lokvi“. Seine herausragende Bedeutung für die Stadt verdankt das Baptisterium nicht nur dem bemerkenswerten siebeneckigen Bauwerk, sondern der Tatsache, dass es zu den wenigen noch gut erhaltenen Bauwerken der romanischen Zeit zählt.

Neben weiteren zahlreichen Sehenswürdigkeiten wie dem Franziskanerkloster aus dem 18. Jahrhundert sowie den altertümlichen Stadtmauern und -toren hält auch die Altstadt von Rovinj einige Überraschungen für den Besucher bereit. Zwei davon sind Garzotto und Trevisol. Diese beiden Straßen gelten als die schönsten im gesamten Ort. Da können einem die bunten, mit Blumen verzierten kleinen Häuschen schon einmal das ein oder andere „Oooh“ entlocken.

In den Abendstunden laden die Uferpromenade und der Hafen von Rovinj mit ihren zahlreichen Restaurants und Konobe zum Schlemmen und Verweilen ein. Das gastronomische Angebot ist riesig und besticht durch seine kulinarische Vielfalt. Dabei treffen Sie zum einen auf Gerichte der typisch istrischen Küche und zum anderen, als Nachbarland, auf italienische



Halbinsel mit italienischem Flair

Köstlichkeiten. Wer sich im Urlaub eher nach Entspannung und einer Auszeit am Meer sehnt, für den bietet Rovinj eine große Auswahl an Strand- und Bademöglichkeiten. Denn über die etwa 67 Kilometer lange Riviera von Rovinj erstrecken sich viele traumhafte Strände ebenso wie ruhiger gelegene Buchten, sodass jeder Badeurlauber auf seine Kosten kommt.

Zu den beliebtesten Badestränden Rovinjs zählt unumstritten Val de Lesso – Borik. Der lange, flach abfallende Strand liegt etwa 2,5 Kilometer nördlich von Rovinj und überzeugt mit seinem malerischen Panorama. Val de Lesso – Borik lässt keine Wünsche offen. Ein barrierefreier Zugang, sanitäre Anlagen und Umkleidekabinen sowie Strandbar und ein Restaurant machen ihn sowohl für Familien mit Kindern als auch für Menschen mit besonderen Bedürfnissen zu einem idealen Aufenthaltsort. Doch damit nicht genug: Am südöstlichen Ende des Strandes gibt es einen separaten

Hundestrandabschnitt, an dem sich auch der beste Freund des Menschen ordentlich austoben kann.

Ein breites Sport- und Freizeitprogramm bietet Porton Biondi. Dieser Strand liegt ebenfalls nördlich der Altstadt, direkt am gleichnamigen Campingplatz. Hier gibt es die Möglichkeit, ein Tretboot zu mieten und das kristallklare Wasser unter sich zu genießen. Außerdem lädt ein Beachvolleyballfeld zu spannenden Duellen um den einen oder anderen erfrischenden Drink an der nahe gelegenen Strandbar ein.

Deutlich ruhiger geht es am Strand Skaraba zu. Er befindet sich südlich des Waldparks Zlatni rt und ist entweder mit dem Auto, Fahrrad oder sogar zu Fuß erreichbar. An diesem natürlichen, von Kiefern umgebenen Strand kann man wunderbar entspannen und die Sonne genießen. Am nordwestlichen Abschnitt gibt es einen kleinen Kiesstrand mit vorwiegend felsigen Plateaus, die an dem glasklaren Meer etwas Privatsphäre bieten.

Insidertipp: Erkunden Sie Rovinj mit dem Fahrrad. Ein Großteil der Unterkünfte verfügt über einen kleinen Bestand an Fahrrädern, die in den meisten Fällen gegen einen kleinen Aufpreis am Tag zur Verfügung gestellt werden. Damit können Sie die Umgebung in Ihrem eigenen Tempo erkunden und gelangen auch an Orte, die mit dem Auto nur schwer zu erreichen sind.

Oder Sie begeben sich auf eine Entdeckungstour auf zwei Rädern zu den zahlreichen Stränden an der Riviera. Verweilen Sie einfach ganz ohne Parkplatzsorgen überall dort, wo es Ihnen besonders gut gefällt.

HUMANMED®

Wasserstrahlassistierte Fettabsaugung

Humanmed® ist eine medizinische Innovation aus Schwerin. Das deutsche Unternehmen setzt neue Maßstäbe im Bereich der wasserstrahlassistierten Liposuktion (WAL) und gehört zu den weltweit führenden Herstellern auf dem Gebiet der Körperformung. Somit überrascht es nicht, dass Humanmed® bereits seit Langem Partner zahlreicher Institutionen im Bereich der ästhetischen und regenerativen Medizin ist, darunter auch UNIQAESTHETICS®.

Denn wir bei UNIQAESTHETICS® setzen auf deutsche Markenqualität und führen unsere Fettabsaugungen ausschließlich mit dem body-jet® durch. Die WAL-Technologie ist nicht nur die sanfteste Methode der Fettabsaugung. Sie erzielt darüber hinaus nachweislich die besten Ergebnisse beim Eigenfetttransfer.

Bei dem body-jet® handelt es sich um ein zuverlässiges und effektives Instrument für die WAL-Fettabsaugung. Es nutzt einzig und allein die Kraft des Wassers zur Körpermodellierung. Mithilfe eines fächerförmigen Wasserstrahls werden die Fettzellen behutsam aus dem Verbund gelöst und dabei direkt abgesaugt. Sowohl das umliegende Gewebe als auch die Blutgefäße und die Nerven bleiben nahezu unversehrt, weshalb diese Methode als besonders schonend gilt.

Nicht nur seine nachweislich exzellenten Ergebnisse machen den body-jet® zur ersten Wahl für die Fettabsaugung. Dadurch, dass Spülung und Absaugung simultan ablaufen, verringert sich nicht nur der Arbeitsaufwand für den Operateur, sondern gleichzeitig die Operationsdauer und in der Folge auch die Genesungsdauer. Darüber hinaus kommt es während der OP zu einem deutlich geringeren Blutverlust. Dank der selektiven Kraft des Wasserstrahls treten bei der WAL-Fettabsaugung signifikant weniger Hämatome und Schwellungen auf. Vorteile, von denen alle an dieser Operation Beteiligten nachhaltig profitieren.



GALDERMA RESTYLANE®



Die eigene Schönheit unterstreichen – mit Restylane®

Das Gesicht bestimmt wesentlich die eigene Ausstrahlung. Doch es verändert sich im Laufe der Jahre. Falten vertiefen sich, die Haut wird dünner, trockener und weniger elastisch. Durch das schwindende Volumen verschieben sich die Konturen an Kinn und Wangen nach unten. Häufig werden diese Veränderungen als störend für die persönliche Ausstrahlung empfunden. Die Zornesfalte lässt ärgerlich wirken, Lippenfältchen vermitteln einen Eindruck von Verbissenheit, der Teint strahlt nicht mehr ganz so intensiv, wie man es bisher gewohnt war. In den Vordergrund rückt dann der Wunsch, der eigenen Lebensfreude und Vitalität auch äußerlich wieder Ausdruck zu verleihen. Und der kann erfüllt werden – mit Restylane® von Galderma.

Lift, Fill, Volumize und Refresh mit Fillern von Restylane®

Das umfangreiche Portfolio von Hyaluronfillern bietet für unterschiedlichste Ansprüche eine passende Lösung. So können in Form von minimalinvasiven Behandlungen feine wie auch tiefere Falten geglättet, altersbedingte Volumenverluste ausgeglichen und Gesichtskonturen optimiert werden. Für ein hoch ästhetisches und gleichzeitig natürliches Ergebnis, das die individuelle Schönheit ideal unterstreicht!

In bereits mehr als 40 Millionen Anwendungen hat Restylane® weltweit seine Leistungsfähigkeit überzeugend unter Beweis gestellt. Über 97 Prozent der Kunden waren mit dem Ergebnis zufrieden und würden die Behandlung wiederholen.

Sämtliche Restylane®-Produkte zeichnen sich durch eine klinisch umfassend belegte hervorragende Verträglichkeit und Wirksamkeit sowie durch hohe Sicherheit aus. Darüber hinaus wurden sie gänzlich ohne Tierversuche entwickelt.

Nordrhein-Westfalen hat viel zu bieten und manches davon ist nicht jedem seiner Einwohner bekannt. Deswegen möchte UNIQ® Ihnen regelmäßig regionale Events, Sehenswürdigkeiten und leckere Gerichte vorstellen, die über die Landesgrenze hinweg begeistern.

HEIMAT GEFÜHLE



„SCHAU EINEM ALPAKA NIEMALS ZU TIEF IN DIE AUGEN, SONST KOMMST DU NICHT MEHR VON IHM LOS!“

Sie sehen aus wie Schafe, haben aber einen ziemlich langen Hals, der sogar fast an eine Giraffe erinnert. Tatsächlich aber gehören die flauschigen Wesen zur Familie der Kamele, genauer gesagt zu den Neuweltkameliden. Alpakas stammen aus Südamerika und haben ihren Ursprung in den Anden. In vielen Ländern, über die sich diese Gebirgskette erstreckt – darunter Peru, Bolivien, Argentinien und Chile –, werden die Tiere in erster Linie zur Gewinnung von Wolle gehalten.

Alpakas sind von Natur aus ziemlich distanzierte Tiere. Sie mögen es in der Regel nicht, berührt zu werden, und lassen sich meist nur dann streicheln, wenn sie es gewöhnt sind oder Vertrauen zu ihrem Gegenüber aufgebaut haben.

Selbst untereinander berühren sie sich nur äußerst selten. Trotzdem sind Alpakas Herdentiere, die sich nicht wohlfühlen, wenn sie allein sind. Deshalb darf man Alpakas auf keinen Fall allein halten. Jedes Alpaka sieht anders aus und hat seinen eigenen Charakter. Dennoch sind sie von Grund auf sehr neugierige Tiere, die schnell dazulernen.

Ihre ruhige und gelassene Art wirkt ansteckend auf uns Menschen, sodass sie uns schon durch ihre bloße Gegenwart helfen können, herunterzukommen und zu entsleunigen. Oft werden sie auch dank ihrer ruhigen und friedfertigen Art in der tiergestützten Therapie bei Menschen mit Behinderung oder Kindern mit ADHS eingesetzt.



Bei Sabine Lindert und ihrer Familie war es Liebe auf den ersten Blick. Durch Zufall stieß die tierliebe Familienmutter vor einigen Jahren im Internet auf ein Foto, auf dem mehrere Alpakas zu sehen waren. Vorher kannte Sabine nur die mit dem Alpaka verwandten Lamas aus dem Zoo. Direkt wollte sie mehr über die Tiere erfahren, woraufhin sie durch ihre Recherchen von einer Alpakafarm in der Nähe ihres Wohnorts erfuhr. Dort buchte Sabine mit ihrer gesamten Familie eine Hofbesichtigung, um die gelassenen Vierbeiner aus direkter Nähe kennenzulernen. Und schon passierte es: Die ganze Familie Lindert war absolut fasziniert von den Tieren. Ausschlaggebend für die Anschaffung eigener Alpakas waren jedoch eine Alpakawanderung und der erste Griff in die tolle weiche Wolle der Tiere. Der besondere Charme und die Ruhe, aber gleichzeitig auch die Lebendigkeit dieser Tiere haben Familie Lindert absolut in ihren Bann gezogen. Verzaubert von den großen Kulleraugen der flauschigen Vierbeiner, holten sie

noch viele weitere wichtige Informationen zur Haltung und Pflege der Tiere ein.

Im Juli 2016 war es dann so weit: Die ersten drei Alpakahengste fanden ein Zuhause bei Familie Lindert. Die Tiere zu halten bedarf in allen Fällen eines hohen Maßes an Verantwortung, Arbeit und Zeit. Dessen ist sich Alpakamama Sabine bewusst und geht ihren Tätigkeiten täglich mit großer Hingabe nach. „Wir sind bemüht, den Tieren ein angenehmes und schönes Leben in artgerechter Haltung zu bieten. Uns wiederum erfüllt es mit Freude, zu sehen, wie wohl sie sich fühlen, wenn sie an ihrem frischen Heu knabbern oder friedlich auf der grünen Wiese grasen“, so Sabine Lindert über das Zusammenleben mit den faszinierenden Vierbeinern.

Seither hat sich die kleine Alpakaherde auf fünf Tiere erweitert. Sabine ist begeistert: „Wir wandern mit ihnen durch die Natur, nutzen ihren wertvollen Dung für unsere Pflanzen in Haus und Garten

ARTGERECHTE ALPAKA-HALTUNG IM IDYLLISCHEN SCHWERTE



und die Rohwolle lässt sich prima spinnen, filzen, zu Bettdecken verarbeiten oder man kann tolle Alpaka-Keratinseifen daraus herstellen.“

Bei einer von Sabine geführten Alpakawanderung können Tierfreunde und Alpakafans die liebenswürdigen Tiere aus nächster Nähe kennenlernen, mit ihnen durch die Felder spazieren, sie füttern und sogar auch streicheln. Anschließend besteht die Möglichkeit, Socken mit Alpakawolle, hauseigene Alpakaprodukte wie zum Beispiel die Seifen und vieles mehr bei Sabine zu erwerben. Da die Wanderungen nur in kleinem Rahmen angeboten werden und die Nachfrage

sehr groß ist, sind die Termine allerdings meistens über mehrere Monate im Voraus ausgebucht.

Wenn Sie noch mehr über Sabine und ihre Alpakas erfahren möchten, schauen Sie doch einfach mal auf ihrer Website vorbei:

www.westheide-alpakas.de
oder besuchen Sie ihren Instagram-Account [@westheidealpakas](https://www.instagram.com/westheidealpakas).

Steckbrief Alpaka

Art:	Alpaka
Unterordnung:	Schwielensohler
Familie:	Kamele
Gattung:	Neuweltkameliden, Kleinkamele
Herkunft:	Südamerika (vor allem Chile, Peru und Bolivien)
Rassen:	Huacaya und Suri
Lebenserwartung:	20–25 Jahre
Körpergröße:	80–100 cm
Gewicht:	48–84 kg (ausgewachsen)
Tragzeit:	330–380 Tage

REGIONALE SPEZIALITÄTEN

Nordrhein-Westfalen hat nicht nur eine Menge sehenswerter Attraktionen und attraktiver Aktivitäten zu bieten. Auch in puncto Kulinarik überzeugt das Bundesland mit einem breiten Spektrum regionaler Spezialitäten. Zwei ebenso leckere wie berühmte Gerichte möchten wir Ihnen an dieser Stelle präsentieren und Ihnen Lust darauf machen, die westfälische Küche für sich zu entdecken. Viel Spaß beim Nachkochen!



Zubereitung:
Das Rindfleisch unter fließendem Wasser abspülen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Zwiebeln schälen und in Würfel (nicht zu fein) schneiden. Öl bzw. Fett in einem Bräter oder in einer Pfanne erhitzen und zunächst das Fleisch portionsweise bei relativ hoher Temperatur darin anbraten. Anschließend das gesamte Fleisch wieder in den Bräter geben, Zwiebeln hinzufügen und das Ganze schmoren lassen. Ein Tee-Ei mit den Pfefferkörnern, Nelken und Lorbeerblättern befüllen, verschließen und mit in den Bräter legen. Danach die heiße Brühe angießen, einmal aufkochen lassen und den Deckel auf den Bräter geben. Unter gelegentlichem Umrühren alles ca. 1 1/2

Pfefferpotthast

... könnte man auch als „westfälisches Gulasch“ bezeichnen.

Zutaten:
1500 g Rindergulasch (oder ein Stück mageres Rindfleisch zum Schmoren)
250 g Zwiebeln
4 EL Öl (oder traditionell Schweineschmalz)
1 l Brühe
1 EL ganze schwarze Pfefferkörner
3 Nelken
2 Lorbeerblätter
50 g Paniermehl (Semmelbrösel)
1 TL schwarze Pfefferkörner (grob gestoßen)
Salz
1 EL Zitronensaft
eingelegte Gewürzgurken

Sonstige Utensilien:
Bräter
Tee-Ei

bis 2 Stunden schmoren lassen. Wenn das Fleisch weich ist, Paniermehl und den grob gestoßenen Pfeffer hinzufügen und nochmals kurz aufkochen lassen. Zum Schluss das Gericht mit Salz und Zitronensaft würzen und abschmecken. Dazu passen Gewürzgurken. Als Beilage eignen sich Salz- oder Stampfkartoffeln.



Himmel und Erde

... himmlisch an diesem Gericht ist vor allem die kontrastreiche Mischung aus fluffigem Kartoffelstampf mit Äpfeln und dem deftigen Geschmack der gebratenen Blutwurst.

Zutaten:
500 g mehligkochende Kartoffeln
Wasser
100 g Speck, gewürfelt
500 g Äpfel
2 Zwiebeln
2 Frühlingszwiebeln
15 g Butter
1 EL Rapsöl
Essig
Zucker
1 EL Zitronensaft
Salz
Pfeffer
1 Handvoll Kräuter (z. B. Petersilie, Dill, Schnittlauch)
Blutwurst

Zubereitung:
Kartoffeln schälen, gründlich waschen, in einen Topf geben, mit kaltem Wasser bedecken, salzen und zum Kochen bringen. In der Zwischenzeit Äpfel waschen, vom Kerngehäuse befreien, in Spalten schneiden und mit Salz und Zucker in den Topf hinzugeben. Bei mittlerer Hitze etwa 25 Minuten kochen lassen. Anschließend alles abgießen und ausdampfen lassen. Nach dem Kochen alles mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Dann mit Salz, Zucker und Essig abschmecken. Anschließend Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelringe 3 bis 5 Minuten bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren darin anbraten. Salzen und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Dann die Speckwürfel in der Pfanne anbraten. Inzwischen Kräuter waschen, trocken schütteln und hacken. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und schräg in Ringe schneiden. Blutwurst in Scheiben schneiden und mit Öl in der Pfanne anbraten. Püree und Blutwurst auf den Tellern verteilen. Zwiebeln und Speck über das Püree geben. Mit Kräutern und Frühlingszwiebeln bestreut servieren.



DER WILDE WESTEN

Pferde gewannen über die vergangenen Jahrhunderte immer mehr an Bedeutung für den Menschen. Zunächst wurden sie gejagt und dienten ihm als Fleischreserve und zur Nahrungssicherung. Entsprechend wurden Pferde wie Rinder, Schafe oder Ziegen behandelt. Man trieb sie auf die Weide, fütterte und tränkte sie, bis sie schließlich für den Fleischverzehr geschlachtet wurden. Erst später erkannte man ihre Eignung als Nutz- und Transporttier, weshalb sie von da an vorwiegend in der Landwirtschaft zur Arbeit eingesetzt wurden. Wiederum einige Zeitalter später entdeckten die Ritter das Potenzial ihrer Schnelligkeit und Wendigkeit und nutzten Pferde fortan auch im Krieg.

EINZIGARTIG IN EUROPA

Ob für die Arbeit, den Krieg, zum Vergnügen oder als Zeichen von Wohlstand: Pferde haben sich im Leben der Menschen längst zu einer festen Größe entwickelt. In der Nähe der münsterländischen Stadt Dülmen, im „Merfelder Bruch“, existiert noch eine robuste Herde wilder Pferde – das einzig verbliebene Wildpferderudel Europas.

1316 werden die Dülmener Wildpferde erstmals urkundlich erwähnt. Zu jener Zeit umfasste ihr Lebensraum noch eine Fläche von mehreren Tausend Hektar Land. Die Inbesitznahme des Landes und die schnell fortschreitende Kultivierung führten dazu, dass die Wildpferde ihren Lebensraum zunehmend in den Bereich des heutigen Merfelder Bruchs verlagerten. Durch die Familie Herzog von Croÿ wurde der Herde ein etwa 400 Hektar großes Gebiet geschaffen: die heutige Wildpferdebahn im Merfelder Bruch. Sie dient den Pferden nun als natürliches Habitat mit abwechslungsreichem Nahrungsangebot. Mittlerweile ist die gesamte Wildpferdebahn zu einem Naturschutzgebiet geworden. Oberstes Ziel sind die Arterhaltung dieser Tiere und alle damit verbundenen Tätigkeiten, um ihren Fortbestand auch langfristig gewährleisten zu können. Dazu gehört vor allem auch der Erhalt ihres Lebensraums, denn selbst kleine Änderungen des Biotops wirken sich langfristig auf die natürliche Selektion der Pferde aus. Abgesehen von der Zucht sind die Dülmener Wildpferde sich selbst überlassen. Sie folgen einzig und allein ihren Instinkten und lernen von ihrer Herde, sich beispielsweise verschiedenen Witterungsverhältnissen anzupassen oder eigenständig auf Nahrungssuche zu gehen. Durch diese Haltungsform und die damit einhergehende natürliche Selektion sollen die Primitivrasse, also das ursprüngliche Erbgut, sowie eine gesunde und widerstandsfähige Population erhalten bleiben.



Steckbrief

Art:	Pony
Familie:	Pferde
Herkunft:	Deutschland, Merfelder Bruch (Münsterland, Westfalen)
Rasse:	Dülmener Wildpferd
Lebenserwartung:	25–30 Jahre
Körpergröße:	125–135 cm
Gewicht:	240–300 kg (ausgewachsen)
Tragzeit:	11 Monate

Das Wildpferderudel im Merfelder Bruch besteht ausschließlich aus Stuten. Denn für den Erhalt der Pferde ist es notwendig, die ab einem Jahr geschlechtsreif werdenden Hengste von der Herde zu separieren. Die jungen Hengste werden einmal im Jahr aus der Herde herausgefangen, um vor allem Rivalitäten untereinander zu vermeiden. Geschlechtsreife Hengste folgen nämlich dem inneren Instinkt, Stuten imponieren zu wollen, sich fortzupflanzen, eine eigene Herde zu bilden und dieser als Leithengst voranzugehen, um letztendlich einen neuen Lebensraum zu besiedeln. Da dies auf einem begrenzten Gebiet jedoch nicht möglich ist und es bei einer größeren Anzahl von geschlechtsreifen Hengsten zu Streitereien und Kämpfen führen würde, besteht bereits seit 1907 die Tradition, die einjährigen Hengste von Hand zu fangen und sie anschließend durch eine Versteigerung zum Kauf anzubieten. Durch ihr noch sehr junges Alter verlieren sie schnell die Scheu und gewöhnen sich zum einen an die neue Umgebung und zum anderen an den Menschen. Dank ihres überaus klugen, genügsamen und gelassenen Wesens können sie anschließend meist als Kutschpferde oder als Reitpferde für Kinder eingesetzt werden.

Der Wildpferdefang findet jedes Jahr traditionell am letzten Samstag im Mai in der Arena an der Wildpferdebahn im Merfelder Bruch statt.

Wer das instinktgeprägte Herden- und Familienverhalten der wilden Pferde aus nächster Nähe erleben möchte, der kann die Wildpferdebahn das ganze Jahr über samstags und sonntags sowie an nordrhein-westfälischen Feiertagen von 10 bis 18 Uhr besuchen. Besuchergruppen ab 10 Personen haben nach vorheriger Terminvereinbarung die Möglichkeit, an einer Führung mit der Forstoberinspektorin des Merfelder Bruchs, Friederike Rövekamp, teilzunehmen und dabei noch weitere spannende Details über die Tiere zu erfahren.

Terminvereinbarung:
Forstoberinspektorin Friederike Rövekamp
Tel. (0170) 3478005



GEWINNSPIEL

Jetzt sind Sie dran – rätseln Sie mit und senden Sie uns das Lösungswort.
Unter den Einsendungen verlosen wir ein UNIQFORYOU® Kosmetikset
und eine UNIQAESTHETICS®-Guthabekarte im Wert von 50 Euro.

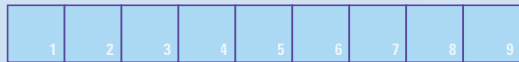
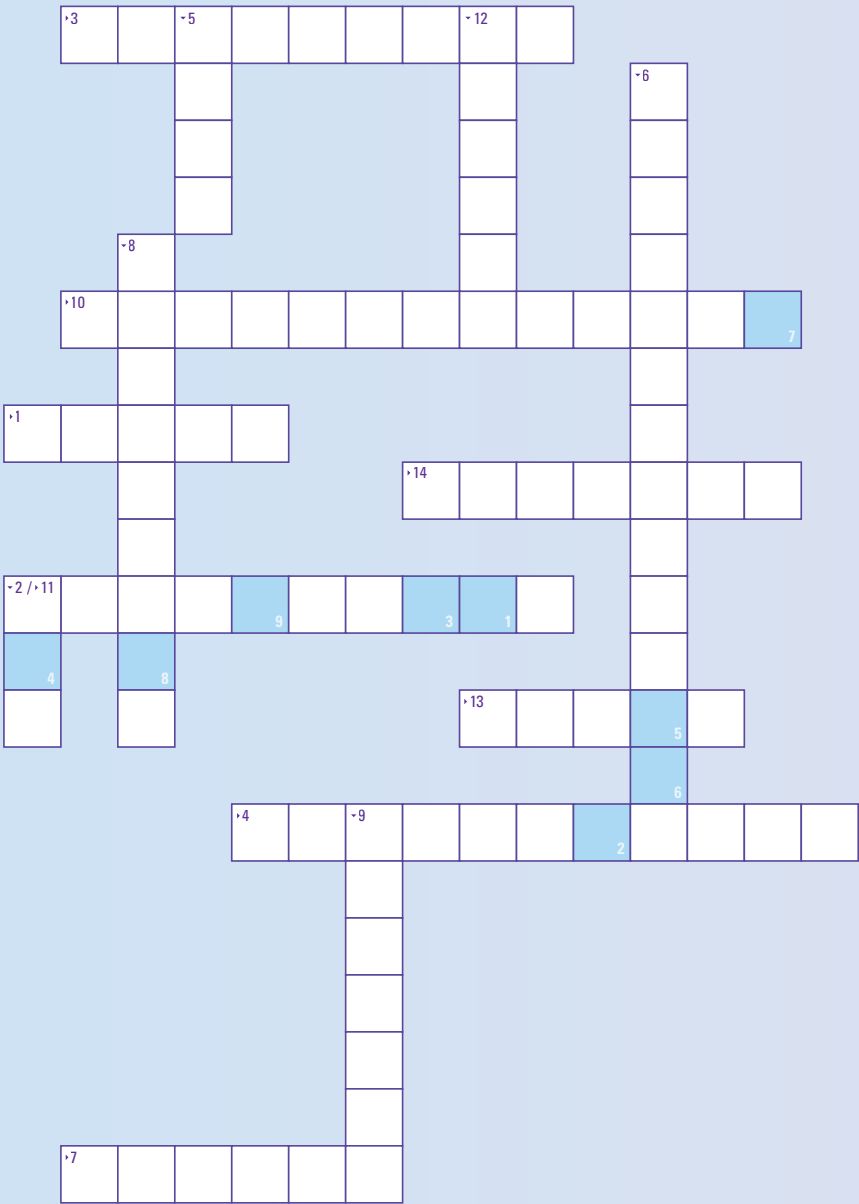


- 1. Mittel zur Faltenreduzierung (Abk.)
- 2. Ein Bundesland (Abk.)
- 3. Kunststoffkissen für Brustvergrößerungen
- 4. Med. Fachbegriff für Narkose
- 5. Kleines Pferd
- 6. Ein Wirkstoff in HYDRA Hyaluron Extreme
- 7. Chem. Verbindung (H₂O)
- 8. Lehre von der Schönheit
- 9. Unauffällige Therapie zur Zahnkorrektur
- 10. Liposuktion
- 11. ungezwungen, unverstellt
- 12. Einer der Kontinente
- 13. Kringelförmiges Gebäck
- 14. Griechische Insel

Die Antworten im Rätsel ergeben
ein Lösungswort mit neun Buchstaben.
Senden Sie dieses bis zum
02.01.2022 per E-Mail an
kristall@franchise.uniquaesthetics.de,
und nehmen Sie an unserer Verlosung teil.
Wir wünschen Ihnen viel Glück!

Die Gewinner werden von uns
per E-Mail benachrichtigt.

Teilnahme ab 18 Jahre.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



FINDE 7 FEHLER



IMPRESSUM

Herausgeber:

UNIQAESTHETICS®

Markenlizenz- und Verwaltungsgesellschaft mbH

Wasserstraße 25

59423 Unna

Redaktion: dialog@franchise.uniquaesthetics.de

Gestaltung und Produktion: CCS Werbeagentur GmbH, Dortmund

Alle Angaben ohne Gewähr und Anspruch auf Vollständigkeit.

Keine Vervielfältigungen, Kopien o. Ä. ohne vorherige schriftliche Genehmigung.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird bei Personenbezeichnungen und personenbezogenen Hauptwörtern die männliche Form verwendet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter. Die verkürzte Sprachform hat nur redaktionelle Gründe und beinhaltet keine Wertung.

