

# VHS-Kosmetikworkshop für eine schöne Haut

Freie Plätze hat die Bergkamener Volkshochschule in dem Workshop „**Schöne Haut – ein ganzheitliches Kosmetikprogramm**“ **am Samstag, 16. März, von 10 bis 13 Uhr im Treffpunkt an der Lessingstraße.** Unsere Gesichtshaut ist täglichen Einflüssen wie Hektik und Umweltbelastungen ausgesetzt und braucht Unterstützung, damit sie gesund und vital strahlend aussieht. Die Dozentin Petra Lantin vermittelt in ganzheitliches Kosmetikprogramm, das die Teilnehmerinnen nach Beendigung des Kurses ganz leicht im Alltag anwenden können. Der Einstieg in den Kurs erfolgt über Entspannungsübungen.

Schwerpunkte für die äußere Pflege der Haut sind die Themen Hautdiagnose, Gesichtereinigung, Gesichtspeeling, Maske und Tagespflege. Verwendet werden dafür ausschließlich Naturprodukte, die individuell abgestimmt eingesetzt werden.

Einen weiteren Schwerpunkt bildet das „Facelifting“, das sich sowohl positiv nach innen und außen auswirkt. Dabei werden verschiedene Akupunkturpunkte des Gesichts aktiviert, um eine Tiefenentspannung im ganzen Körper herzustellen. Der Workshop endet mit einer Phantasiereise für ein entspanntes Wohlgefühl auf dem Heimweg.

Zur Teilnahme an dieser Veranstaltung mit Kursnummer 0709 ist eine vorherige Anmeldung bei der VHS zwingend erforderlich. Anmeldungen für diesen Kurs, für den eine Teilnahmegebühr in Höhe von 16,00 € zu entrichten ist, nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 08.30 – 12.00 Uhr und montags, dienstags und donnerstags von 14.00 – 16:00 Uhr im Volkshochschulgebäude „Treffpunkt“, Lessingstr. 2, 59192 Bergkamen, entgegen. Eine Anmeldung per Telefon ist unter der Rufnummer 02307 / 284 953 oder 284 954 möglich. Online können Interessierte sich jederzeit über

[www.bergkamen.info](http://www.bergkamen.info) oder [www.bergkamen.de](http://www.bergkamen.de) anmelden.