

Foto: Roland Holitzky



Neben dem Klimaschutz hat sich der Katschberg den Familien verschrieben. Angebote gibt es zahlreiche.



## Auszeit für die ganze Familie

Der Klimaberg Katschberg bietet tolle Angebote für alle Altersgruppen.

Mit der Initiative Klimaberg werden am Katschberg deutliche Impulse im Bereich Umweltschutz und nachhaltiger Urlaub gesetzt. Die Region hat es sich zum Ziel gesetzt, bis zum Jahr 2030 Energieunabhängig zu werden. Neben Angeboten zur umweltfreundlichen Anreise mit dem Zug, E-Bikes, der Zertifizierung der Hotellerie mit dem Österreichischen Umweltzeichen werden auch Impulse für die

kleinsten Besucher gesetzt. Almwanderungen mit Ponys oder Alpakas, Fischwanderungen, Kindertheater und vieles mehr bieten Abwechslung beim Familienurlaub. Die perfekte Auszeit bietet sich Familien im Hotel Hinteregger. Auf [www.krone.at/gewinnspiel](http://www.krone.at/gewinnspiel) werden noch bis 3. August nachhaltige Urlaube verlost.

Mehr zum Klimaberg gibt's im Internet unter [www.klimaberg.at](http://www.klimaberg.at)

### FAMILIENHOTEL

Das Familien-Erlebnishotel Hinteregger bietet für Familien die perfekte Auszeit. Sechs Kinderspielräume, naturbezogenes Kinderprogramm und 54 Stunden Kinderbetreuung pro Woche – da können auch Eltern durchschnaufen. Infos: [www.familienhotel-hinteregger.at](http://www.familienhotel-hinteregger.at)

Foto: Christian Woeckinger



Die Spielräume lassen Kinderherzen höher schlagen.

## Die „Krone“ der Schönheit



DR. DORIS GRABLOWITZ  
[doris.grablowitz@kronenzeitung.at](mailto:doris.grablowitz@kronenzeitung.at)

### After-Sun

**Ich habe eine wunderbare After-Sun-Lotion, die meiner Haut ausgesprochen guttut. Kann ich die auch als Body-Lotion das ganze Jahr über verwenden?**

Wenn Ihre Haut gut auf die After-Sun-Pflege reagiert, spricht nichts dagegen, sie das ganze Jahr zu verwenden. Der Unterschied zu normaler Bodylotion liegt hauptsächlich im geringeren Fettanteil, dafür ist der Anteil an Wasser, Glycerin oder Alkohol und manchmal auch Vitamin E höher. After-Sun-Produkte sind dünnflüssiger, kühlend und beruhigend. After-Sun-Lotionen ziehen schnell ein, machen die Haut geschmeidig und hinterlassen keinen Fettfilm. Sollte Sie allerdings bemerken, dass die Haut spannt und sich trocken anfühlt, würde ich raten, abwechselnd auch einmal eine normale Body-Lotion zu verwenden.

### MiraDry

**Die Fitness Influencerin Odalis Santos Mena wollte sich mit der Methode MiraDry gegen übermäßiges Schwitzen behandeln lassen und ist bei der Narkose verstorben. Ist dieser Eingriff zu gefährlich?**

Ich weiß nicht, was bei dieser Influencerin tatsächlich gemacht wurde, denn eine Anti-Schweißbehandlung mit der MiraDry-Methode erfordert keine Narkose, nur eine lokale Anästhesie. Dabei handelt es sich um eine Mikrowellen-Therapie gegen übermäßiges Schwitzen, kommt aus den USA und wurde dort auch von der zuständigen FDA-Behörde zugelassen. Zuerst wird das zu behandelnde Areal genau angezeichnet. Dann werden diese Stellen mit einem Anästhetikum unterspritzt. So werden sie

nicht nur schmerzempfindlich, sondern zugleich werden auch die Gewebeschichten so unterpolstert, dass eine Pufferzone zwischen Haut und Unterhautfettgewebe entsteht, um die darunterliegenden Nerven nicht zu irritieren. Mit dem Behandlungsgerät wird die Haut leicht angehoben und die Schweißdrüsen mit elektromagnetischen Impulsen (Mikrowellen) durch Erhitzen zerstört. Durch ein integriertes Kühlsystem wird die Haut vor Verbrennungen geschützt. Eventuell ist eine zweite Behandlung nach ca. 3 Monaten notwendig.

### Rosenblüten

**Haben Sie für meine herrlich duftenden Rosen im Garten ein Rosenblüten-Schönheitsrezept?**

Für ein duftendes Rosenblütenbadesalz pflücken Sie die Rosen in der Früh (da duften sie am intensivsten). Die Blütenblätter abzupfen, NICHT waschen, in ein großes verschließbares Glasgefäß schichten, darüber 500 g grobes Meersalz geben, das Gefäß gut verschließen und an einen dunklen Ort stellen. Nach zwei Tagen die Mischung gut durchschütteln und nach weiteren 2 Tagen wiederholen. Gut verschließen aufbewahren, aber keinen Metalldeckel verwenden, weil durch das Salz das Metall oxidieren kann. Noch ein Rosenöl Rezept zur Pflege kleiner Knitterfältchen: 1 Hand voll frischer oder getrockneter Rosenblüten mit einem ¼ l süßem Mandelöl (aus der Apotheke) übergießen und an einem dunklen Ort eine Woche ziehen lassen. Dann abseihen und die Rosenblüten gut ausdrücken. Täglich abends nach der Reinigung in die noch leicht feuchte Haut rund um die Augen und das Gesicht sanft einklopfen.