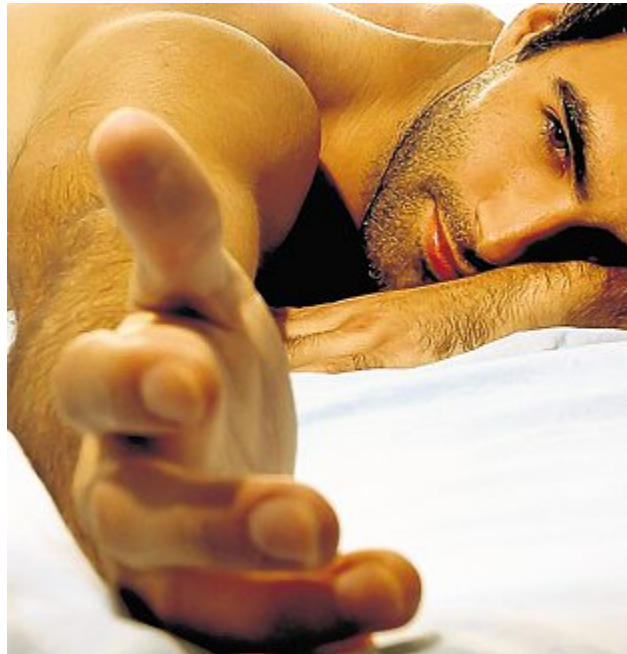




Blühen Sie auf

**Bodyfeet**  
Die Fachschule für Naturheilkunde und manuelle Therapie.  
Der Weg, der zu Dir passt.  
www.bodyfeet.ch

**Abendkurse in Rapperswil**  
Fussreflexzonenmassage  
Beginn Mo, 05. Nov. 12  
Klassische Massage  
Beginn Di, 06. Nov. 12  
Grundkurse als idealer Einstieg in die Welt der manuellen Therapie.  
Informationen 055 210 36 56



Zentrum für komplementär- und alternativmedizinische Therapien

Alexandre Urbach  
ODA-KTTC-Zert. Komplementär-Therapeut

Sonderstrasse 14  
CH-9038 Rehetobel

Tele +41 79 416 13 14  
Fax +41 71 888 20 55  
almar.urbach@bluewin.ch / www.fit-4-life.ch  
www.reverse-speech.ch

## Männer und Schönheit – metrosexuell

**Wünschen wir Frauen uns echte Kerle zurück, die sich nicht ewig im Badezimmer aufhalten?**

Danke, Mark Simpson! Da hat uns der britische Journalist echt was eingebracht. 1994 kreierte er den Begriff «metrosexuell» – und nichts war mehr wie zuvor. Denn Föhn, Pinzette, Puder und Lipgloss mussten wir plötzlich mit den Männern teilen. Evolution ist ja schön und gut. Aber manchmal nimmt sie absurde Formen an. Früher zerrten uns die Kerle an den Haaren in die Höhle, und weil's die Steinzeit war, muckten wir nicht mal auf. Heute streicheln wir unserem Liebsten durch die Locken, und was ernten wir? Böse Blicke und Sprüche wie: Toll, jetzt ist meine Frisur im Eimer. Was ist in den vergangenen fast 20 Jahren passiert? Wir wollten doch bloss, dass unsere Männer sich in Sachen Pflege etwas mehr Mühe geben. Bei unseren Vätern stand maximal eine Flasche Rasierwasser im Badezimmer. Und das nur, weil die Haut nach der Rasur so fies brannte. Nie hätte mein Vater meine Mutter gefragt: «Schatz, wie lange muss die Maske einwirken?» Doch sogar diesen Mann, dessen Motto «Rein ins Bad, raus aus dem Bad, fertig!» lautete, hat es erwischt. Mittlerweile verdrängen die Kosmetik-Produkte der Männer fast die der Frau. Mutter. Soweit ist es also gekommen!

Aber sehen wir uns doch die heutigen Vorzeige-Männer wie Christian Ronaldo, David Beckham, Brad Pitt, George Clooney, Johnny Depp und viele mehr mal an und wir müssen doch sagen «Die sind doch alle nicht so ohne!». Der Eine ist etwas mehr und auffälliger gestylt als der Andere, Puder, Lidschatten oder sogar Nagellack und geschminkte Lippen dürfen immer wieder mal nicht fehlen. Ok, Christiano Ronaldo oder Johnny Depp übertreibens manchmal ein bisschen... da machen David, George und Brad einen männlicheren Eindruck, aber auch sie machen Dinge welche sie vor 20 Jahren noch in eine andere Ecke gedrängt hätten.

Trotz des nahezu 20-jährigen Bestandes des Begriffes «metrosexuell» haben in der Ostschweiz viele Männer den Mut zu Beauty-Ex-

perimenten noch nicht gefunden – mit Betonung auf noch. Wir sind überzeugt, dass es immer mehr Einzug in unsere östlichen Gefilde nimmt. Was uns in der Beautyindustrie freut, auch wir bedienen gerne schöne Männer und sind stolz unser gesamtes Können an ihnen ausschöpfen zu können.

Gesichtsbehandlungen, Brauen zupfen, Peelings, Spray Tanning, temporäre und definitive Haarentfernungen, gewagtes Hairstyling, Farbveränderungen und so weiter, werden auch bei HOB House of Beauty immer mehr von Männern angefragt, der Mut zur Umsetzung fehlt jedoch noch vielen dieser «harten» Männer, immer wieder stellen sie sich innerlich der Frage «Was sagen die Kollegen wohl dazu...?»

Also Männer, macht noch mehr aus Euch.... Zeigt endlich mehr Mut und passt Euch der «Metrosexualität» an, die Zeiten in der Höhle sind vorbei und wir Frauen sind stolz auf gepflegt Männer. Der Hammer steht Euch immer noch besser als Nagellack, aber Ihr könnt dem Hammer noch mehr Glanz verleihen oder sind die Männer aus der Cola-Werbung unrasiert, beharrt am ganzen Körper, mit Büschchen von Augenbrauen, unreiner Haut und netten Frisuren ausgestattet?! Genau auf die Cola-Männer stehen wir Frauen.... Nimmt Euch ein Beispiel und erobert uns neu!

Für uns in den Beautysalons ist es immer wieder eine grosse Herausforderung und natürlich ein grosses Vergnügen und eine Ehre, extravagante Männer, welche Lust für Beauty-Experimente habe und sich vom heutigen Idealbild des Mannes inspirieren lassen zu beraten und zu bedienen.

**Ostschweizer Männer – zeigt Mut und überrascht uns Frauen!**

Auf der Homepage [www.hob.ch](http://www.hob.ch) oder unter 071 244 30 33 erhaltet Ihr mehr Infos um «metrosexueller» zu werden.

Patricia Grünenfelder

Inhaberin House of Beauty St.Gallen & Mels

**HOB House of Beauty**

Langgasse 11  
9008 St.Gallen  
071 244 30 33  
st.gallen@hob.ch



## Schenken Sie sich eine neue Figur. Beginnen Sie noch heute.

«Zusammen mit Ihrer ParaMediForm-Beraterin die Gewichtsreduktion in die Hand nehmen. Sie können langfristig nur etwas für sich tun, indem Sie Ihre Ernährung Ihrem persönlichen Ernährungstyp anpassen. Wir unterstützen und begleiten Sie. Vereinbaren Sie noch heute einen unverbindlichen und kostenlosen Beratungstermin.»

- ❖ ohne Diät
- ❖ mit normalen Nahrungsmitteln
- ❖ ohne abwiegen und Kalorien zählen
- ❖ ohne viel Sport und Schwitzkuren
- ❖ alles leicht im Familienspeiseplan integrierbar
- ❖ mit Ihrem persönlichen Ernährungsprogramm
- ❖ ohne Jo-Jo-Effekt

Institut für  
Gesundheit und  
Wohlbefinden

Friedbergstr. 43  
9200 Gossau

Telefon 071 383 11 55  
gossau@paramediform.ch

**ParaMediForm**

Gesundheit und Wohlbefinden  
www.paramediform.ch

Ihre ParaMediForm-Beraterin  
Iris Kaufmann

**Lustvoll zum Wohlfühlgewicht!**

Silja Aeschbacher aus Gunzgen hat 15 kg abgenommen

Silvia Weber aus Gunzgen hat 15 kg abgenommen

Stephan Gsellmann aus Oensingen hat 13,5 kg abgenommen

Angelina Fürst aus Gunzgen hat 15 kg abgenommen

Mit Chinesischer Medizin gegen körperliche und seelische Beschwerden.

**Kostenlose Zungen-Pulsdiagnose bis 30. Oktober**  
**Probekurbehandlung bis Ende Oktober.** (Nur für neue Kunden, Termin nach Vereinbarung)



TCM Arzt kann Ihnen bei folgenden Beschwerden helfen:

- Allergien, Heuschnupfen, Hauterkrankungen
- Nervosität, Konzentrationsschwäche, Migräne, Schlafstörungen, Depression, Burnout ... etc.
- Frauenbeschwerden (wie Menstruation- und Wechseljahrsbeschwerden, Schwangerschaft etc.)
- Männerleiden (Prostata, Potenzstörung)
- Rückenleiden, Rheuma aller Art, chronische Schmerzen in Bewegungsapparaten (Muskeln, Gelenke, Sehnen etc.)
- Magen-/Darmerkrankungen, Bauchschmerzen, Blasenentzündung ...
- Hörsturz, Gleichgewichtstörungen, Hirnschlag, Abnehmen, Kinderwunsch, Sehstörung ... usw.

**Tag der offenen Tür 6. + 20. Oktober von 9.30 bis 16.00 Uhr**  
(ohne Voranmeldung)

**Kostenlose Zungen-Pulsdiagnose (15 Min.) chinesischen Tee und Snacks.**

Praxis für traditionelle chinesische Medizin  
Herisauerstrasse 77, 9200 Gossau, Tel: 071 385 80 80  
[www.sun-med.ch](http://www.sun-med.ch), [kontakt@sun-med.ch](mailto:kontakt@sun-med.ch)  
Öffnungszeiten: Mo-Fr. 7:30 bis 19:00, Sa. 8:00 bis 12:00

**SunMed**

TCM Arzt aus China mit mehr als 20 Jahren Berufserfahrung.  
Von Krankenkassen anerkannt und kantonally bewilligt.

**Linde wellnesshotel**

\*\*\*\*Wellnesshotel Linde  
A-6934 Sulzberg  
Vorarlberg  
Tel. 0043/5516/2025-0  
[www.bregenzwaldhotels.at](http://www.bregenzwaldhotels.at)



**Sunset SPA**  
wellness

**Last minute -  
Wellnesstage**

bis 25.10.2012 € 257,40  
3 ÜN mit Verwöhnspension  
incl. € 20,- Wellnessgutschein.  
Neues Sunset-SPA zur  
völligen Entspannung,  
mit Panorama-Hallenbad,  
Whirlpool & Liegen im Garten  
sowie Sauna-Wellness-Welt,  
tolle Wanderwege, wunderbare  
Bergwelt, kulinarische Köstlichkeiten...