

DEUTSCH-IRANISCHE KREBSLIGA –
GERMAN-IRANIAN CANCER LEAGUE e.V.

P R E S S E M I T T E I L U N G 10/09

Friedberg, im Oktober 2009

Sehr geehrte Damen und Herren, verehrte Kolleginnen und Kollegen.
Wir möchten Ihnen hiermit die Pressemitteilung 10 aus 2009 zur Kenntnis geben.

Reza Shari – schön und gesund bei „5 am Tag“!



Reza Shari, Make-up Artist und selbsternannter „Obstjunkie“, ist nun auch bei der Gesundheitskampagne „5 am Tag“ dabei. Er engagiert sich in dieser Kampagne für mehr Genuss von Obst und Gemüse. Kein Baum mit reifen Früchten ist vor ihm und seiner Begeisterung für frisches Obst sicher. Jeder Spaziergang mit Hund „Kenzo“ wird zum Abenteuer. Sollte ein Mirabellenbaum oder ein Strauch mit leckeren Beeren seinen Weg kreuzen, dann wird erst mal probiert, was die Natur uns geschenkt hat.

Wenn Herr Shari von seiner Begeisterung für Mandarinen spricht, sieht man ein Strahlen in den Augen des bekannten Make-Up Artists. Er freut schon auf die Zeit im Winter, wenn es wieder reife Mandarinen gibt. Der Appetit auf Obst ist meist Wetter- und Saisonabhängig und entsprechend ändern sich die Vorlieben für das jeweilige Obst. Zur sommerlich warmen Zeit, ist der Bergpfirsich der Favorit. Er schmeckt frisch, süß, ist praktisch in seiner Größe und wird zwischendrin gesnackt.

Obst und Gemüse schmecken nicht nur, sagt der erfahrene Make-up Artist, sondern es ist auch eine Wohltat für die Haut, wenn es äußerlich angewandt wird. Bekannt dafür ist z. B. die Gurkenmaske, welche kühl und angenehm erfrischend für die Haut ist und jederzeit auch zu Hause selbst gemacht und aufgelegt werden kann. Sein Tipp ist jedoch die Kartoffel. Eine Maske aus geriebenen Kartoffeln und Joghurt, ist sehr regenerierend und für jeden Hauttyp anwendbar. Die Stärke der Kartoffel konzentriert die Feuchtigkeit in der Haut, beugt Faltenbildung vor, außerdem wird das Hautbild klarer, da Poren ebenfalls durch die Stärke zusammengezogen und somit verkleinert werden.



Reza Shari empfiehlt eine ausgewogene Ernährung. Diese ist seiner Meinung nach das non plus Ultra für eine schöne Haut und einen gesunden Teint. Hohe Priorität setzt er auch auf sportliche Aktivitäten, denn ein fitter Körper ist ebenso bedeutend für die Gesundheit, wie für das Wohlfühlen.

Jeder möchte in der heutigen Zeit das Beste aus sich herausholen, die eigene Schönheit hervorheben und das geht am einfachsten von innen. Sich gesund zu ernähren ist enorm wichtig, für Körper, Geist und Seele. Selbstverständlich profitieren der Teint und die natürliche Schönheit ebenso davon, denn vitamin- und abwechslungsreiche Ernährung gibt uns Energie. Energie die wir im Alltag brauchen und die sich gut anfühlt.

Als Experte in punkto Beauty, befürwortet Reza Shari, viel Obst und Gemüse, wenig oder gar kein Solarium, sowie sich ab und an mal das was einem Freude bereitet gönnen.

Genau für diese Freude, hat Reza Shari, mit seiner Beauty-Lounge in Mannheim, einen Ort der Erholung und der Lebenslust geschaffen. Man kann die Seele baumeln lassen, sich entspannen und mit allen Sinnen genießen. Die harmonische Atmosphäre und die Individualität der Behandlung sorgen dafür, dass man sich gelöst und erholt wieder in den Alltag begeben kann.

Reza Shari´s Fazit:

Gesunde und abwechslungsreiche Ernährung mit viel Obst und Gemüse, Sport der einem Spaß macht, sowie sich hin und wieder die Zeit nehmen, sich selbst etwas Gutes zu tun. Dies sind die entscheidenden Elemente für einen gesunden, schönen und belastbaren Körper und einen frischen Teint.



Unter <http://www.krebsliga.com/presse/presse.htm> und der deutschen 5-am-Tag-Kampagne <http://www.machmit-5amtag.de/cms/www.machmit.de/> finden Sie viele weitere prominente Mitmacher, die sich für „5 am Tag“ einsetzen.

Für weitere Fragen, Presse- und Bildmaterial stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Kontakt:

Nasanin Gholamali
Leiterin Pressestelle und Öffentlichkeitsarbeit
der Deutsch-Persischen Krebsliga e.V.
Mail: gholamali@krebsliga.com

(501 Worte; ohne Sperrfrist; Nachdruck, auch Auszugsweise wird ausdrücklich erlaubt; ein Belegexemplar wird freundlich erwünscht)