

HAUT

*Fragebogen für eine kostenlose Hautpflegeberatung -
individuell für deine Haut.*



WEIL DU DICH PUDELWOHL IN
DEINER HAUT FÜHLEN DARFST.

MIKRONÄHRSTOFFE
leicht gemacht

BARBARA SCHMID, DIPL.-ING.
Mikronährstoffcoach & Ernährungsberaterin

HAUTANALYSE FRAGEBOGEN

Für meine individuelle Hautpflege.

Mein Hauttyp

normal trocken fettig sensibel Mischhaut

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Mein Gefühl nach der Reinigung

gespannt ölig gereizt geschmeidig

☐ ☐ ☐ ☐

Hautunreinheiten oder Pickel

ja, regelmäßig gelegentlich nein

☐ ☐ ☐

Trockene oder schuppige Hautstellen

ja, regelmäßig gelegentlich nein

☐ ☐ ☐

Rötungen oder empfindliche Reaktionen auf Produkte/Umweltfaktoren

ja, regelmäßig gelegentlich nein

☐ ☐ ☐

Meine Hautporen sind

vergrößert fein unregelmäßig

☐ ☐ ☐

Sonnenschutz täglich - wenn ja, welchen?

nein ja, chemisch ja, mineralisch

☐ ☐ ☐

Ich möchte eine Pflegeroutine, die...

einfach ist umfangreich ist egal - Hauptsache effektiv

☐ ☐ ☐

HAUTANALYSE FRAGEBOGEN

Meine aktuelle Hautpflegeroutine besteht aus ... (Reinigung, Creme, Spezialprodukte...)

So lange verwende ich schon meine Pflegeroutine:

Hatte ich kürzlich Hautveränderungen (z.B. durch Jahreszeit, Ernährung, hormonelle Umstellung)

Das ist mir bei Hautpflege wichtig (z.B. Naturkosmetik, Nachhaltigkeit, Glow, Anti-Aging, ...)

Das ist mir sonst noch wichtig (Allergien auf Inhaltsstoffe und Sonstige Themen)