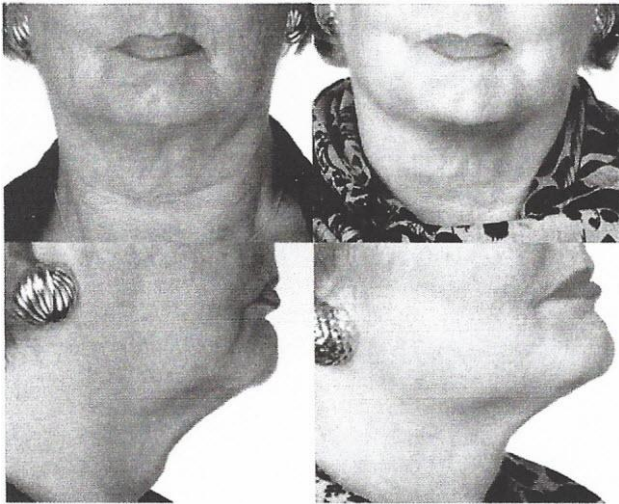


# GESICHT UND HALS IN FORM MIT DER FACE-METHODE™

## WARUM ALTERT DIE HALS-UND KINN REGION?

Es gibt zwei Strukturen, die am Hals erschlaffen: Haut und Muskulatur. Ausserdem verringert sich die Knochenstruktur im Laufe der Zeit. Bei älteren Menschen treten die Muskelränder, die wie zwei Bänder in der Halsmitte



70jährige Dame vor und nach fünf monoligem Training mit der FACE-Methode™

verlaufen, immer deutlicher hervor. Grund hierfür ist der Elastizitätsschwund der Halshaut. Das führt früher oder später zu Doppelkinn, Truthahnhalshaut und/oder Halsfalten.

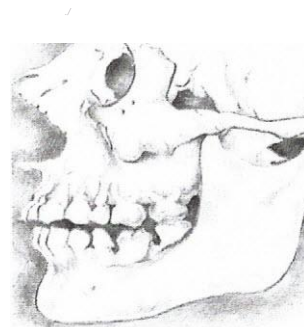
## PLATYSMA (HAUTMUSKEL DES HALSES):

Musculus platysma ist die anatomische Bezeichnung für den Hautmuskel des Halses. Er wird der mimischen Muskulatur zugeordnet. Der Muskel liegt zwischen der Haut und der oberflächlichen Halsfaszie. Er hat keinen direkten Kontakt zum Skelett. Dies ist der Grund, warum der Hals und die restliche mimische Muskulatur schneller altern als zum Beispiel der Oberschenkel.

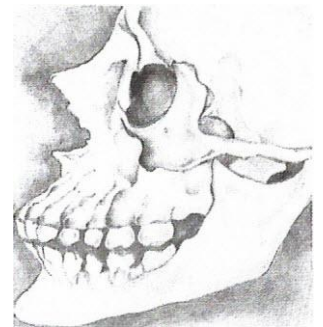
## WIE ALTERT DIE KINNREGION?

Auch die Kinnlinie verändert mit dem Alter ihre Struktur. Entscheidend hierfür ist, dass die Kieferknochen an Material verlieren. Das Fettgewebe und die Fettpolster unter der Haut verschwinden. Besonders im Bereich der Wangen und des Unterkiefers erschlafft die Haut. Mit der Zeit entstehen Hängebäckchen und/oder Falten. Diesen Alterserscheinungen kann man mit gezielten Übungen zu Leibe rücken. Ein paar Minuten tägliches Training der Problembereiche mit der FACE-Methode™ reichen aus, um sich in seiner Haut wohl zu fühlen.

Bericht aus dem  
Fach-Journal  
Dezember 2016



Gesichtsknochen einer jungen Frau



Gesichtsknochen einer alten Frau

## Christine Scheib



1966 in Wien geboren. Entwickelte die FACE-Methode™ und bildet als Inhaberin des FACE-Instituts Kosmetikerinnen und Heilpraktikerinnen aus. Gelernte Visagistin und Maskenbildnerin. Ihre Arbeit und Forschung im Bereich Anti-Aging profitiert von ihrem breiten Wissen und langjähriger Erfahrung, die sie durch Weiterbildungen in Medizin, Kosmetik und Sport sowie durch den Besuch der Heilpraktiker-Schule Lindau erworben hat.