

GRATIS
für unsere Kunden

Perle

So
feiert der
Norden

Essen, trinken, tanzen:
Die besten Tipps zur Festtags-
Saison von Hamburger Party-Profis

„Ich
fühl mich
jung!“

Diese Beauty-Tricks
halten die Zeit an

**BLANKENESE
ENTDECKEN**

Ein Spaziergang
mit Rolf Zuckowski



Jeden Tag Gutes tun.

So wird Ihre
Party
legendär!

10
PROFI-
TIPPS

Jippieh, die Festtagssaison hat begonnen, und eine Feier jagt die andere. Wir haben Hamburger Party-Experten gebeten, uns ihre besten Tricks für ein gelungenes Fest zu verraten. Lassen Sie es krachen!



Dr. med. Armin Mechkat, Facharzt für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde bei Hanse HNO

SOS-Tipps gegen Party-Heiserkeit:

„Vorm Einschlafen ein paar Tropfen Eukalyptusöl auf ein Taschentuch träufeln und neben das Kopfkissen legen. Wirkt abschwellend. Morgens zehn Minuten mit Salbei inhalieren. Dafür zwei Esslöffel Salbeiblätter in einen Liter heißes Wasser geben. Pflegt die Schleimhaut und wirkt entzündungshemmend. Nicht räuspern oder flüstern und die Stimme schonen. Dazu viel Lauwarmes trinken. Sänger und Schauspieler schwören auf vitaminreichen Brombeersaft.“

www.hanse-hno.de

