PRESSEMITTEILUNG
Für sofortige Veröffentlichung | Launch am 27. Juni 2025

„Inner & Outer Beauty“ – Die erste Masterclass für ganzheitliche Schönheit in den Wechseljahren

Am 27. Juni 2025 startet unsere Masterclass „Inner & Outer Beauty“, entwickelt von Make-up-Profi **Martina Davidson** und Diplom-Oecotrophologin **Susanne Liedtke**. Das ganzheitliche Angebot richtet sich an Frauen in den Wechseljahren – eine intensive Lebensphase, in der sich vieles verändert: äußerlich, innerlich, hormonell und emotional.

In klar strukturierten, einfühlsamen Video-Lektionen teilen die beiden Expertinnen ihr Wissen über Hautpflege, Make-up und Ernährung. Ihr Ziel: Frauen in dieser Zeit zu stärken, zu begleiten und ihnen praktische Werkzeuge an die Hand zu geben – für mehr Selbstfürsorge, Leichtigkeit und Ausstrahlung.

Die Masterclass enthält drei große Themenbereiche:

- **Make-up**: Vom natürlichen Tageslook bis zum frischen Rouge – Martina zeigt Schritt für Schritt, wie sich Frauen typgerecht und unkompliziert schminken können, ohne sich zu verstellen.
- **Hautpflege**: Warum sich die Haut in den Wechseljahren verändert, welche Wirkstoffe wirklich helfen und wie eine einfache, effektive Routine aussieht.
- **Wohlbefinden & Ernährung**: Susanne vermittelt fundiertes Wissen zu Darmgesundheit, Kollagen, Nährstoffen und typischen No-Gos – immer mit dem Fokus auf das Zusammenspiel von Innen und Außen.

Die Lektionen sind on demand abrufbar – wann und wo es passt. Ein Geschenk für sich selbst oder andere Frauen, die mehr über sich und ihren Körper in dieser spannenden Lebensphase erfahren wollen.

Wechseljahre: Eine Zeit der Veränderung – und der Stärkung

Rund **9 Millionen Frauen zwischen 40 und 55 Jahren** in Deutschland befinden sich aktuell in den Wechseljahren. Das betrifft nicht nur eine medizinische, sondern auch eine gesellschaftliche Realität. Es sind Kolleginnen, Freundinnen, Mütter, Schwestern – und vielleicht auch du selbst.

Trotz der Vielzahl an Betroffenen wird öffentlich kaum darüber gesprochen. Dabei ist diese Zeit keine Schwäche, sondern eine Chance zur Neujustierung – wenn man die richtigen Informationen hat. Genau hier setzt „Inner & Outer Beauty“ an. Mit einem Angebot, das Schönheit neu denkt – nicht als Ideal, sondern als Ausdruck von Selbstwert, Wissen und Lebensfreude.

Die Macherinnen hinter der Masterclass

Martina Davidson ist Beauty-Aktivistin, Make-up-Profi und Mentorin für innere und äußere Schönheit. Sie blickt auf über 20 Jahre Erfahrung in der internationalen Beauty-Branche zurück und arbeitet heute als Coach für Frauen ab 40+, die sich authentisch zeigen und dabei wohl in ihrer Haut fühlen wollen. Auf Instagram inspiriert sie Tausende Frauen mit ihrer Haltung, ihrem Humor und dem Mut, sich jenseits gängiger Schönheitsnormen neu zu entdecken. Für Martina ist Schönheit kein Look – sondern ein Gefühl, das von innen kommt. **www.martinadavidson.com**

Susanne Liedtke ist Gründerin von **Nobodytoldme**, einer Plattform für fundiertes Wissen rund um die Wechseljahre. Die Diplom-Oecotrophologin bringt ihre Expertise zu Ernährung und Gesundheit mit, kombiniert mit langjähriger Erfahrung in der Wirtschaft. Als Autorin, Speakerin und Mitgestalterin einer neuen Menopause-Kultur kämpft sie für Sichtbarkeit, Aufklärung und Selbstbestimmung. Ihr Motto: Wenn Frauen gut informiert sind, können sie selbstbewusst und gelassen durch die Wechseljahre gehen – statt sich dafür zu rechtfertigen.

Infos für Journalist:innen & Interessierte

- **Terminspezifikationen**: Online Masterclass, jederzeit abrufbar
- **Zielgruppe**: Frauen ab ca. 40 Jahren, unabhängig vom Beauty-Vorwissen.
- **Zugang**: https://nobodytoldme.com/online-kurs-inner-outer-beauty/
- **Preis**: Einmalig 99 Euro (mindestens 12 Monate Zugang zu allen Inhalten)
- **Kontakt**: Für Rückfragen und Interviews: **hello@nobodytoldme.com** oder **mail@martinadavidson.com**
- **Pressefoto:**

Nobodytoldme erhält auf Trustpilot mit 4,9 von 5 Sternen ein "hervorragend".

