

# ORA

IL TUO FAMILIARE



**ESCLUSIVO**

**SERVIZIO ESCLUSIVO**



**BALLANDO CON LE STELLE**

La Carlucci torna in tv con tanti assi nella manica



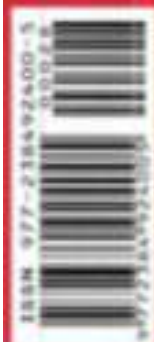
**RUGGERI**  
Mi è mancato lo scambio umano



**COTTINI**  
Ho vissuto un brutto periodo

**SOLD SU ORA**

All'interno l'inserito **FALSISSIMO**



**REGINA ELISABETTA**  
Il trono a Carlo per amore di Filippo



**SOLANGE**  
LIEGGE LA MANO  
A Beppe Convertini e Anna Falchi



Maria De Filippi, 25 anni di nozze  
Costanzo e prossima a diventare n

# REGINA DI CUORI

# L'AUTUNNO AVRÀ L'ORO SULLA PELLE

Ecco come prolungare il colore della tintarella estiva e avere un colorito sano anche con l'arrivo del freddo

**P** di Veronica Balutto  
 erché non prolungare il colore della tintarella per avere una pelle dorata il più a lungo possibile? Per tornare al pallore invernale diciamo che c'è decisamente tempo.

Qualche consiglio? Prima di tutto è buona regola mantenere un'alimentazione equilibrata ed idratare il corpo soprattutto dall'interno, prevedendo cibi che aumentino la difesa antiossidante. Bere acqua durante la giornata e, preferibilmente, lontano dai pasti aiuta infatti a prevenire la secchezza della pelle mantenendola elastica. La disidratazione causata dal sole, infatti, non si percepisce nel breve: le cellule e le fibre elastiche, lì dove si sviluppa l'invecchiamento precoce,

vanno preservate in largo anticipo.

Per mantenere un colorito sano è necessario curare la pelle più di quanto facciamo durante i mesi invernali: è normale che l'intensità del colore acquisito con l'esposizione diventi meno intenso. Gli strati superficiali si rinnovano e le cellule morte vengono eliminate.

## ANTI-SBIADITURA

Curando la pelle con una buona idratazione, rallentiamo il processo di scolorimento. Sebastian La Spina, medico chirurgo e dermatologo, consiglia i lettori di Ora: "Una deterzione oleosa aiuta a non seccare la pelle, le ceramidi e la vitamina E contribuiscono a preservare l'idratazione". Si consiglia di prevedere un'esfoliazione gentile

che aiuta ad "amplificare il colorito" senza togliere l'abbronzatura, rendendo la pelle più vitale e setosa, arricchita di una nuova luce. La vacanza avrà sicuramente sortito i suoi benefici, lasciandoci più vivi, più colorati e più energici. Il sole è fondamentale per il nostro organismo: influenza il nostro benessere e la salute. Favorisce la produzione di serotonina, stimola la vitamina D, essenziale per le ossa, e favorisce il rilassamento muscolare. E anche il ritmo circadiano, ossia quello che regola il rapporto sonno-veglia. Purtroppo l'altra faccia della medaglia è che favorisce anche i radicali liberi e quindi l'invecchiamento. Ma per curare la pelle sotto questo punto di vista abbiamo tempo durante i lunghi, lunghissimi mesi invernali. ■





## AGIRE

Il sole dona tanti benefici al nostro corpo, ma favorisce anche i radicali liberi e quindi l'invecchiamento. I modi per prevenire i danni ci sono.

**1 LIMELIFE BY ALCONE.** Perfect Glow, lozione abbronzante, idratante ed illuminante. Dona alla pelle una luminosità solare con questo bronzer liquido illuminante. La sua formula contiene perle per donare alla pelle una luminosità radiosa e uniformare la carnagione senza lasciare traccia sui vestiti. Gr 142, € 28

**2 ESTETISTA CINICA.** Siero Tan Glow, Intensificatore dell'abbronzatura grazie all'acido ialuronico ed all'eritruosio fissa la tua abbronzatura rendendola più dorata e duratura, contiene anche estratto di semi di tamarindo per un ulteriore supporto all'idratazione. Ml 30, € 50 veraliab.it

**3 DR.HAUSCHKA - Latte dopo sole.** Un trattamento dopo sole rinfrescante, ricco di ingredienti naturali benefici, lenirà e distenderà la pelle lasciandola morbida e levigata, e la aiuterà a mantenere a lungo la propria abbronzatura. Ml100, € 20

**4 BIPOINT.** Crema corpo express illuminante. Illumina la pelle donando idratazione istantanea. Dona alla pelle splendore e lucentezza, regalando al corpo luminosità ed idratazione; il suo profumo esclusivo dura tutto il giorno. Ml 200, € 9,90

**5 AEO.** Beauty Body Lotion Awakening Lozione Corpo rivitalizzante che nutre, leviga e incentiva l'idratazione dalla testa ai piedi. I migliori oli naturali che agiscono in armonia tra loro. Aiuta a mantenere la pelle morbida e setosa. Ml 200, € 96

**6 AMBADUE.** Calming & nourishing body cream. L'acqua di fiordaliso, tonico riasassante, in sinergia con l'acido ialuronico e NMF vegetale, favorisce il mantenimento di un'idratazione cutanea ottimale, prevenendo i segni del tempo e proteggendo la pelle dai danni. Crema corpo ad azione dermoprotettiva ed elasticizzante. Ml 200, € 43

**7 DERMASOL.** Doposole Prolungatore di Abbronzatura è una crema fluida ultra idratante utile per fissare e conservare a lungo l'abbronzatura. Crema fluida ultra idratante utile a fissare e conservare a lungo l'abbronzatura. Ml 150, € 19

**8 L'OCCITANE.** Gommage muesli croccante mandorla, per liberarsi dalle cellule morte e dalle piccole imperfezioni della pelle, per un aspetto liscio e morbido. Gr 150, € 19

**9 IO SKINCARE.** Body relieves cream, ha una texture morbida ed è ricca di sostanze lenitive e idratanti come il derivato liposolubile dell'acido 18 B Glicirretico, il mirtillo, l'uva rossa e la liquirizia. Grazie alle proprietà nutrienti del Pantenolo, ammorbidisce e mantiene la pelle elastica. € 64

**10 TESORI D'ORIENTE.** Crema corpo aromatica Hammam. Olio di Argan e Fiori di Arancio. Crema corpo dalla texture morbida e burrosa. Arricchita con il preziosissimo Olio di Argan, utilizzato da millenni come elisir di bellezza, idrata intensamente la pelle lasciandola morbida, setosa e piacevolmente profumata. 300 ml - 4,99 €

**11 ANTOS.** Fluido idratante Pina Colada, crema fluida e nutriente al dolce profumo di cocco e ananas. Si assorbe velocemente e idrata la pelle in pochi istanti. Ideale da applicare anche come doposole, lenisce le pelli arrossate grazie agli estratti di iperico, camomilla e malva. Ideale per una serata a tema con i freschi cocktail dell'estate. 75ml - 6,90 €