

BenEssere*

La salute con l'anima



mensile | anno XXXIV | n. 1 | gennaio 2022 | www.benessereonline.it

Covid-19

A che punto siamo con la pandemia?

Postura

Recuperiamo la posizione eretta

Osteoporosi

La dieta salva ossa

Centri di eccellenza

Mauriziano di Torino: l'Ospedale di Casa Savoia

Psicologia

Quelli che spariscono senza motivo

Stili di vita

Un cammino caldo ed ecologico

Itinerari

La Lombardia che non ti aspetti

“

Michela Coppa

«La mia nuova vita fuori dalla tivvù»

TRE RICETTE
DOLCI
POCO DOLCI

Digestione

Acidità, gonfiore, pesantezza: tutta colpa delle emozioni





*Con i trucchi
scintillanti
anche un giorno
qualunque
si trasforma
in una festa*

ANNO NUOVO

Capodanno è il momento migliore per sfoggiare un make-up glitterato e cangiante, per cominciare in bellezza.

Luce per la pelle

Accendiamo la bellezza

di Paola Rinaldi

Ci sono "trucchi" che permettono di trasferire la nostra vitalità su viso e corpo, con i prodotti brillanti

Nno nuovo, luce nuova. Qualsiasi cosa ci lasciamo alle spalle, è il momento giusto per ripartire con buoni propositi e rinnovato coraggio. Anche il mondo della cosmesi offre la possibilità di mostrare un aspetto fiero e valoroso grazie ai tanti prodotti in commercio che fanno brillare.

Al primo posto ci sono le palette occhi, che vestono le palpebre con gli scintillanti bagliori di strass, glitter, brillantini e micro particelle perlescenti, che regalano un sorprendente effetto "party look" anche nei giorni più anonimi. Ma il mondo del make-up propone pure rossetti e lipstick, ricchi di microperle ultrafini che rendono il colore multi-sfaccettato ed esaltano il volume delle labbra, così come ciprie che regalano un tocco radioso. Fra i grandi classici ci sono poi gli illuminanti, liquidi oppure in polvere, che valorizzano i lineamenti del volto facendolo brillare di luce e minimizzando le imperfezioni, senza scordare creme e lozioni per viso o corpo che contengono pigmenti in grado di penetrare in profondità e far emergere la naturale lucentezza cutanea. Un tocco finale lo conquistano anche i capelli, che grazie ai cristalli liquidi ritrovano immediata luminosità e bellezza. Perché tutte meritiamo di brillare.



Energia interiore

► La luminosità nasce da dentro. Per iniziare l'anno con grinta, **Erboristeria Magentina** ha creato il Tartufo del dolce benessere Energia, un integratore alimentare nell'appetitosa forma di tartufo al cioccolato extra fondente, arricchito con olio essenziale di zenzero e zinco. Senza glutine e lattosio, aiuta a proteggere le cellule dallo stress ossidativo e favorisce la normale funzione cognitiva. **Confezione da 10 pezzi. Prezzo consigliato euro 9,90.**





**BIOFFICINA TOSCANA
PERLE DI LUCE**

La pelle del viso appare più luminosa, uniforme e rigenerata grazie agli attivi puri e calibrati. Formato da 21 perle. Prezzo consigliato euro 35,80.



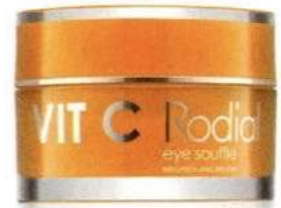
**MAX FACTOR
PEACOCK NUDES PALETTE**

Abbinata bianco, oro, color sabbia e bronzo all'energico blu della piuma di pavone. Formato da 6,5 g. Prezzo consigliato euro 19,50.



**COLLISTAR - IMPECCABILE
OMBRETTO COMPATTO**

Contiene un estratto di quercia dall'azione liftante e vitamina E dal potere idratante e anti-aging. Formato da 2 g. Prezzo consigliato euro 21,50.



**RODIAL
VIT C EYE SOUFFLÉ**

Con vitamina C, questa crema uniforma il contorno occhi e lo rende visibilmente più brillante. Formato da 15 ml. Prezzo consigliato euro 94,95.



**CATRICE - MORE THAN
NUDE TRANSLUCENT
EFFECT SMALTO**

Le perle multidimensionali creano un effetto traslucido e perlato, ideale per avere unghie curate. Formato da 10,5 ml. Prezzo consigliato euro 3,49.



**BOTTEGA VERDE
CIPRIA SCINTILLANTE
E ILLUMINANTE
IN POLVERE**

Con erogatore pump, la cipria lascia la pelle brillante e profumata. Formato da 50 ml. Prezzo consigliato euro 12,99.



SVR
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

**HYDRACID C20
CRÈME**

Concentré éclat
anti-rides anti-oxydant

Radiance anti-oxidant
anti-wrinkle concentrate



**SVR
HYDRACID C20 CRÈME**

Un concentrato di luminosità in crema, che leviga, rimpolpa, uniforma e regala nuova luce. Formato da 30 ml. Prezzo consigliato euro 42.



**MÁDARA ORGANIC
MAKE-UP
COSMIC DROPS**

Un illuminante con minerali ultra-sottili che trasforma il viso in un raggio di luce cosmica. Formato da 15 ml. Prezzo consigliato euro 27.



**EAU THERMALE AVÈNE
COUVRANCE CIPRIA
MOSAICO**

Efficace per fissare il trucco, opacizzare la pelle, dare una tonalità più intensa e iridescente. Formato da 10 g. Prezzo consigliato euro 25.



**FENTY BEAUTY
DIAMOND BOMB
ALL-OVER DIAMOND VEIL**

Una scintillante formula 3D che regala a viso e corpo un incredibile effetto polvere diamantata. Formato da 8 g. Prezzo consigliato euro 38,50.



**ACQUA DI PARMA
CREMA CORPO
SIGNATURES OF THE SUN**

Una crema corpo lussuosa dalle note fresche e dolceamare di Yuzu per una pelle radiosa e idratata. Formato da 150 ml. Prezzo consigliato euro 83.