

LEI

Style

CONFESSIONI

Keira Knightley

NON DORMO SUGLI ALLORI

Ben Affleck

L'ONESTÀ È TUTTO

Cara Delevingne

ALLA LARGA DAI BLUFF

IDENTIKIT/LÉA SEYDOUX

La nuova Brigitte Bardot

ICONE

MIUCCIA PRADA

SOCIETÀ

Le contromosse al Covid-19

Fashion

BECAUSE THE NIGHT

SPECIALE

La beauty routine
per un'estate glamour

BUONE VACANZE

7500 km di
mare nostrum

ASTRI
PROFUMO
DI FRUTTI
TROPICALI

Naomi Watts

IL FUTURO

è luce



(Im)perfezione volontà

Se ci guardiamo allo specchio, l'occhio cade sempre su qualche difetto. Piccolo o grande che sia. Da sempre il cruccio per la maggior parte delle donne è la forma fisica: il sogno di tutte sarebbe

quello di stare lontano da cellulite e adipe localizzato. I miracoli non esistono, ma di certo con uno stile di vita sana, un'alimentazione corretta e l'immane esercizio fisico, il tutto condito sempre da una buona dose di volontà, qualcosa possiamo sicuramente fare. Nell'alimentazione è buona norma ridurre il sale che è il nemico principale di gambe gonfie e appesantite dalla ritenzione idrica. L'acqua è uno dei principali alleati nella lotta contro la ritenzione idrica: medici e specialisti consigliano di berne almeno due litri al giorno lontano dai pasti, aiutando in questo modo l'organismo a depurarsi. Per un'azione d'urto, molti i prodotti in commercio con specifica funzione drenante, brucia grassi e magari adatti anche a migliorare il metabolismo e con proprietà antiossidanti. In una dieta sana è fondamentale allontanare gli zuccheri semplici di ogni genere e tipo: i cibi semplici e ancora più quelli integrali ci aiuteranno a controllare il peso. Quindi dimentichiamoci fritti, conservanti e bevande gassate perché sono i nostri principali nemici se l'obiettivo vuole essere quello di calare di peso.

È estate: perché non approfittare per fare un po' di sport anche all'aperto? Muoversi con un allenamento costante è la chiave del benessere sia fisico sia morale. Con questa griglia di partenza, andrà tutto bene e i risultati non tarderanno ad arrivare: a completamento i massaggi snellenti e drenanti con il prodotto maggiormente adatto alle nostre esigenze, completeranno il quadro. E poi una coccola ci sta sempre bene: una carezza con un velo di burro di shea, mango e cacao per un trattamento ricco, che dona idratazione e rende la pelle morbida e liscia... o preferisci un trattamento snellente dalla profumazione fresca e delicata che leviga, rassoda e riduce visibilmente l'effetto buccia d'arancia? Molte le possibilità: essenziale è donare a tutto il corpo un effetto rassodante immediato, stimolare la microcircolazione nella pelle e rinvigorirla, fornendole vitalità per tutte le nostre giornate impegnate! ■

Con uno stile di vita sana, un'alimentazione corretta e l'immane esercizio fisico, il tutto condito da una buona dose di volontà e impegno possiamo sicuramente fare qualcosa per il nostro corpo da esporre al sole

di Veronica Balutto



ria

Se vogliamo essere
belle come delle
sirene, dobbiamo
donare a tutto il corpo
un effetto rissodante
immediato,
stimolando la
microcircolazione
nella pelle e
rinvigorendola,
fornendole vitalità





- 1 MELVITA** Olio acceleratore del rassodamento bio è un trattamento snellente dalla profumazione fresca e delicata che leviga, rassoda e riduce visibilmente l'effetto buccia d'arancio. 100ml €29.50
- 2 TESORI D'ORIENTE** Crema corpo 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
- 3 MARIA GALLAND PARIS** Creme minceur modelante. I suoi ingredienti modellanti offrono benessere ed efficacia: burro di shea, di mango e di cacao vezzeggiano con un trattamento ricco, donano idratazione e rendono la pelle morbida e liscia. 200ml € 77.
- 4 EVIDENS DE BEAUTE** Crème Corps Absolue Amincissante & Raffermissante. Texture morbida ottenuta combinando le migliori piante marine e terrestri. Assorbe il sebo, restringe i pori, opacizza, leviga & rinnova la pelle Risultati: una pelle tonificata e più elastica. MI 150, € 99
- 5 ETEREA COSMESI NATURALE.** L'olio glaciale costituisce un meraviglioso formulato in cui agiscono sinergicamente ingredienti naturali di straordinaria qualità. Arnica montana, iperico, ginepro e artiglio del diavolo agiscono in sinergia e rappresentano così dei validi alleati nei casi di pesantezza delle gambe, preparazione sportiva, recupero post allenamento. MI 100, € 20
- 6 CLARINS** Huile relax, in vero antistress: decontracte, distende, dissolve la fatica e allontana le tensioni, favorendo il riposo e regalando una pelle di velluto. Con oli essenziali di arancio amaro, geranio, basilico e camomilla. MI 100, € 52
- 7 ECOOKING** Body Lotion idrata qualsiasi tipologia di pelle ma è particolarmente indicato per coloro che vogliono ritrovare l'elasticità e la luminosità di una pelle giovane mentre viene ridotta la cellulite. Un booster cutaneo unico, che riempie e rimpolpa le linee sottili e le rughe. MI 300, € 30

Rassodanti