Intimità

In Italia Euro 2,00

10 STORIE VERE
+ UN ROMANZO COMPLETO

SCRIVONO PER NOI
Milly Carlucci
Catena Fiorello

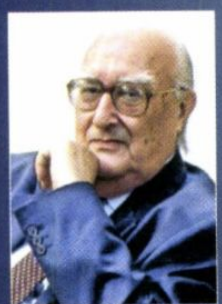
Questa settimana INTIMITÀ anche con

Lorena
«I migliori anni della mia vita? Con mio marito»

SALUTE
S.O.S. fibrosi cistica

LEGGENDE & DINTORNI
Non è vero ma ci credo!

TV NEWS
Le fiction che verranno



RITRATTI
Camilleri sono...

GRANDE CONCORSO *INTIMITÀ* PREMIA LA TUA FEDELTÀ

9 771121 130006 50036

1 settembre 2025 - N. 36 - Publ. settim. ANNO LXXVIII Poste Italiane S.p.A. - Sped. in a. p. Art. MBPA/LO - NO/147/A.P./2018 - Periodico ROC - LO/NI, Italia € 2,00, Belgio € 5,30, Francia e Principato di Monaco € 5,30, Germania € 6,50, Lussemburgo € 5,30, Regno Unito GBP 5,00, Spagna € 5,30, Svizzera CHF 6,40, Svizzera Canton Ticino CHF 5,40

Buonissimo da mangiare e ricco di virtù cosmetiche, inserito nella beauty routine permette di (ri)scoprire il potere genuino di Madre Natura

mina la buccia se preferisci (oppure lasciala se bio), e schiaccialo con una forchetta fino a ottenere una purea. Aggiungi un cucchiaio di miele e uno di yogurt, mescolando fino a ottenere un composto omogeneo. Applica sul viso pulito, evitando il contorno occhi. Lascia in posa per 10/15 minuti. Risciacqua con acqua tiepida e tampona con un asciugamano morbido. Il viso risulterà ben idratato e più luminoso.

◆ Scrub labbra Mescola un cucchiaino di polpa di fico, uno di zucchero di canna e ½ di olio di oliva (o di cocco) in una ciotolina. Massaggia sulle labbra con movimenti circolari delicati per 1 o 2 minuti. Rimuovi con un panno umido. Le labbra saranno morbide, nutrite e naturalmente rimpolpate.

◆ Impacco capelli Frulla 2 fichi con 3 cucchiai di olio di mandorle fino a ottenere una crema omogenea e poi aggiungi un cucchiaio di gel di aloe vera (è facoltativo). Applica su lunghezze e punte, copri con una cuffia e lascia in posa per 20 minuti circa. Lava con uno shampoo delicato. I capelli risulteranno così più morbidi, lucidi e nutriti.

Ha collaborato Elisabetta Turillazzi

DA PROVARE

1 De L'Erbolario la *Crema Corpo Profumata* con estratto e acqua distillata di fico biologico del Cilento, perfetta per sfoggiare una pelle morbidissima. Da 100 ml, 11,90 €.

2 L'*Acqua Profumata* Alchimia da usare su tutto il corpo, è delicata per la pelle e ha una profumazione intensa e persistente. È perfetta tutto l'anno e disponibile nelle fragranze: fico, cocco, rosa, aloe, agrumi, vaniglia, olio d'oliva. Da 300 ml, 19,80 €.

3 *Moreton Bay Fig* di Metascent è una fragranza che trae ispirazione dal fico dal Golfo di Moreton (*Ficus macrophylla*). Si apre con note fresche e agrumate, seguite da un cuore speziato e fruttato, per poi concludersi con una base calda e legnosa. Edp da 50 ml, 125 €.

4 Di Collistar *Benessere Acqua Profumata Corpo e Capelli* che celebra la vivacità del fico, magnificandone le sfumature verdi e mediterranee in un connubio con il glicine che, con i suoi tocchi speziati, esalta un sottofondo di legni preziosi. Da 150 ml, 28 €.

5 Unbottled *Gel Doccia* è un sapone dal ph neutro al fico e sandalo prodotto in Francia che deterge la pelle delicatamente senza seccarla. La sua formula si trasforma in una schiuma cremosa dal delizioso profumo di fico e sandalo. 9,90 €. In esclusiva da Sephora.

6 *La Belle Otero* di Les Cocottes è un profumo super sensuale come la ballerina a cui si ispira e cerca di catturare l'essenza del suo fascino, della sua aura di mistero. Parte con le note di testa di neroli, pepe, assenzio, fico, zenzero; nel cuore mixa violetta, muschio, lavanda, narciso, e poi si stempera su un fondo di incenso, sandalo, iris. Edp da 50 ml, 75 €.

7 Di Lush *Bring Us Some Figgy Pudding*, una maschera fresca per il viso che idrata in profondità, lenisce e illumina. Arricchita con un decotto di semi di lino, fichi e mele, va conservata in frigorifero e utilizzata entro 28 giorni. Da 75 g, 13,75 €.

[BELLEZZA] di Nina Pesavento

F COME... FICO

La natura ha sempre avuto un ruolo fondamentale nel mondo del beauty. Negli ultimi anni, però, c'è un ritorno ancora più deciso agli ingredienti semplici e genuini. Tra i tanti frutti che vengono usati, spicca il fico: un concentrato di principi attivi utili alla bellezza. È infatti un idratante naturale: la sua polpa è ricchissima di acqua, zuccheri naturali e mucillagini, che aiutano a mantenere la pelle elastica e tonica. Ed è anche un potente antiossidante: contiene polifenoli, flavonoidi e vitamina C, che contrastano i radicali liberi e rallentano l'invecchiamento cutaneo. È un esfoliante delicato: gli enzimi della polpa aiutano a rimuovere le cellule morte, favorendo il rinnovamento della pelle in modo dolce ma efficace. È lenitivo e riequilibrante: utile anche per pelli sensibili o secche, grazie all'azione calmante e rinfrescante. Ha un effetto glow naturale: gli zuccheri naturali e gli acidi organici che contiene lasciano infatti l'epidermide più luminosa e incredibilmente compatta.

Nei cosmetici si usano principalmente estratti di fico, acqua distillata o polpa liofilizzata, spesso inseriti in creme, bagnoschiuma, maschere, balsami labbra, shampoo, profumi e acque profumate per il corpo. Tutti da provare.

FAI DA TE

Anche in casa, con il fico, si possono fare delle ricette cosmetiche, facili da preparare e molto efficaci.

◆ Maschera viso Lava bene un fico maturo, eli-

Foto: iStock