

DIVA

CARLOTTORI

E DONNA

Settimanale femminile - anno XIX
n. 22 - 6 giugno 2023
€ 1,70 (€ 1,20 DIVA E DONNA + € 0,50 CUCINA MIA)

TINA TURNER: STORIA DI UN MITO
IL PRIMO MARITO LA PICCHIAVA E
IL SECONDO LE DONO' UN RENE



**SATTA E BERRETTINI
INNAMORATI
PAZZI**



«CONTRO
I VELENI
PENSIAMO
ALLE
NOZZE»

**LA NUOVA VITA DI
CARLOTTA FRIZZI**



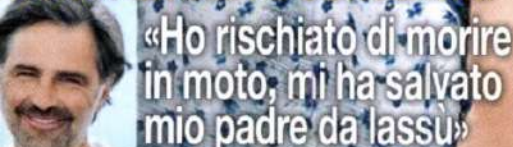
Dopo 5 anni
senza Fabrizio
vive in Francia
e gareggia a cavallo

**«SUOR» CRISTINA NON È
PIU' SINGLE**



«Amo in segreto
una persona
speciale ma
non ho tolto la
tonaca per lei»

PAURA PER BEPPE CONVERTINI

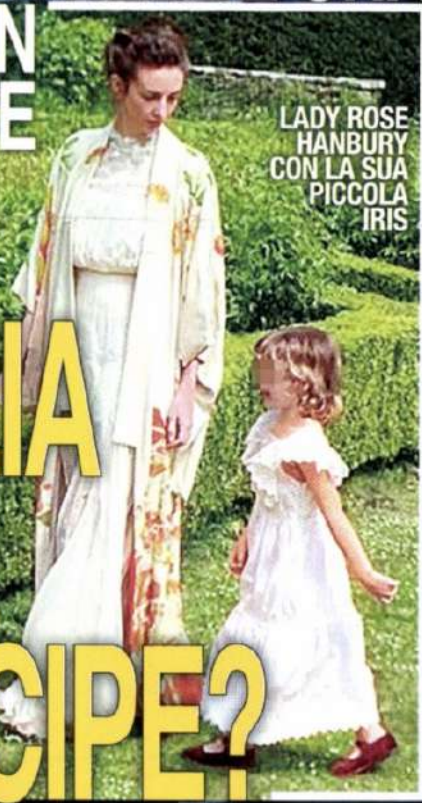


«Ho rischiato di morire
in moto, mi ha salvato
mio padre da lassù»



**UNO SCANDALO
TRAVOLGE KATE:
WILLIAM AVREBBE UNA**

**BAMBINA CON
L'AMANTE ROSE
QUESTA
E' LA FIGLIA
SEGRETA
DEL PRINCIPE?**



LADY ROSE
HANBURY
CON LA SUA
PICCOLA
IRIS



ISSN 1827 1235

30022

9 771827 123104

**FORMULE HI-TECH
PER PELLE DA
ACCAREZZARE**

Il tocco finale per rendere le gambe perfette è una pelle senza ombre. Epilfree è un sistema professionale brevettato di epilazione permanente, che agisce con ogni colore di pelo e di incarnato, basato sull'applicazione di due cosmetici naturali che lavorano in sincronia tra loro, che vanno applicati dopo la ceretta. Il servizio va richiesto nei centri estetici. I prezzi sono simili a quelli delle sedute laser. Il ciclo di epilazione definitiva richiede dalle 8 alle 12 sedute e da risultati visibili dopo la terza.

**TONO E DEFINIZIONE
GAMBE
DA
ESIBIRE**

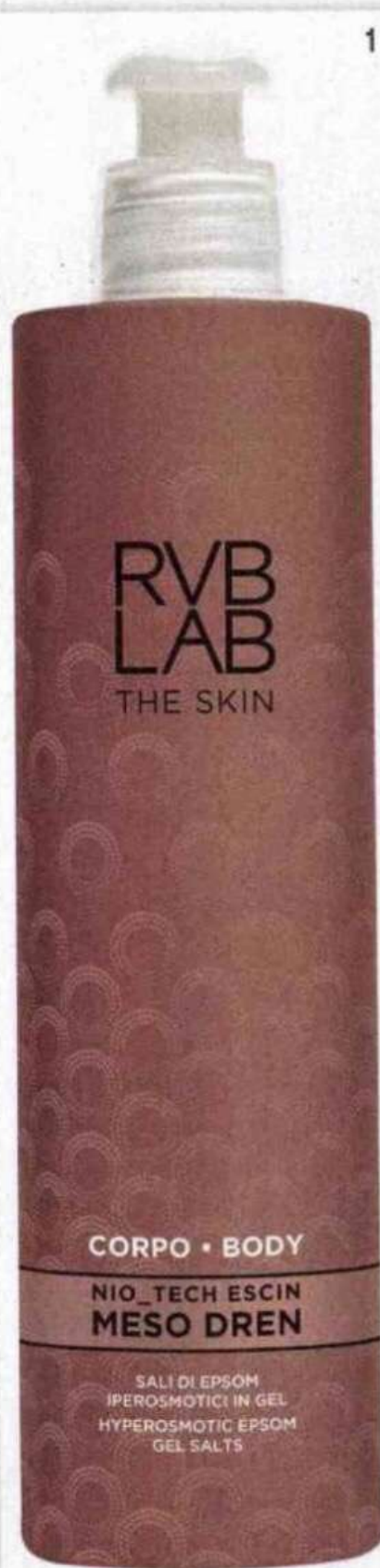
DI PAOLA VACCHINI

Capita che le gambe diano del filo da torcere alle donne, di ogni forma e di ogni età. Da chi lotta contro i cuscinetti a chi ha problemi di ritenzione, a cui si possono aggiungere i gonfiori dovuti alla temperatura estiva, ecco i buoni gesti per rimodellare e valorizzare questa parte del corpo

Tempo di fare spazio nell'armadio ad abitini, shorts e gonne. L'estate è la stagione in cui scoprire le gambe è un vero piacere. Nel farlo, quel che conta è sentirsi sicure di sé, felici delle proprie forme. E poiché - diciamo così - non è raro che le gambe concentrino alcuni degli inestetismi femminili più detestati, dai cuscinetti ostinati alla ritenzione idrica, ecco i consigli di due esperte per rendere questa parte del corpo definita e leggera. Armi segrete? Alcune scelte intelligenti a tavola e una beauty routine a vocazione problem solving.

Snellire e modellare

Quel che ci vuole in presenza di gambe con cuscinetti di adipe e cellulite è un programma rimodellante. Come sottolinea la nutrizionista e naturopata Laura Quinti, consulente di Terme di Saturnia Natural Destination, «non occorre rinunciare al piacere del buon cibo, ma è importante adottare alcune accortezze alimentari. Ricordate che la dieta per riattivare il metabolismo deve essere variegata, quindi no ai regimi mono ingrediente (come la dieta della mela o del riso). E no al saltare i pasti: l'organismo rischia di andare in modalità riserva, trattenendo i grassi. Date ampio spazio ai cibi di origine vegetale: verdure di stagione, meglio se crude o appena scottate, cereali integrali, sazianti e ricchi di fibre che attivano il metabolismo, tenendo monitorati i picchi glicemici. Copiate la cantante Adele, che è riuscita a dimagrire (anche) incorporando ogni giorno nella sua dieta mini quantità di 2 ingredienti riattivanti del metabolismo: caffè e cioccolato fondente». Nell'esperienza di Rosy Reis, estetista e titolare di Brazilian Beauty Center a Milano, «con un cosmetico contenente uno o più dei seguenti attivi lipolitici si può ridurre il grasso localizzato. Prendete nota: la caffeina, la teofillina e la teobromina agiscono indirettamente sul tessuto adiposo accelerando il metabolismo basale. ►►



PREZIOSI ALLEATI

1. Meso Body Treatment, Meso Dren, Sali di Epsom Iperosmotici in Gel di RVB LAB
(€ 42,90): con escina e caffeina che potenziano l'azione drenante.

2. The Perfect Body Cream Slimming & Firming di EviDenS de Beauté

(€ 295,00): con glaucina, dal papavero giallo delle sabbie, che distrugge le cellule adipose.

3. Fuoco Plus Sculpting Booster di Vagheggi Phytocosmetici
(€ 43,00): azione urto, combatte adipe, cellulite e atonia.

