



ΟΜΟΡΦΙΑ

Από την Κορίνα Θεοδωρακάκη



Ούτε ίχνος ΚΥΤΤΑΡΙΤΙΔΑΣ!

Η μάχη με την κυτταρίτιδα τώρα αρχίζει. Όσα εκκρυβαν τα ρούχα, αποκαλύπτονται, και η όψη φλοιού πορτοκαλιού πρέπει να εξαφανιστεί!



Συσφιγκτική κρέμα λάμψης **AVON Solutions Body cellul-sculpt**. Τονώνει και συσφίγγει, χαρίζει λάμψη και χρώμα. Η καθημερινή χρήση βοηθά στη μείωση της κυτταρίτιδας.



Λάδι σημύδας **WELEDA**, με βότανα και αιθέρια έλαια. Προλαμβάνει τα εσωτερικά αίτια πρόκλησης κυτταρίτιδας, ενισχύοντας το μεταβολισμό και βελτιώνοντας την ελαστικότητα της επιδερμίδας.



Gel αδυνατίσματος **bodytonic GARNIER**, με θαλάσσια φύκια και αποσυμφορητική λιποκαφεΐνη. Μειώνει τα παχάκια, ενώ βοηθάει στη λείανση του ανάγλυφου με ορατά αποτελέσματα από τη 15^η μέρα.



Retinol Anti-Cellulite Intensive ROC, για αποτελεσματική μείωση της κυτταρίτιδας. Διεγείρει την κυτταρική δραστηριότητα και παρεμποδίζει την αποθήκευση λίπους, ενισχύει την κυτταρική ανανέωση και μεταμορφώνει τα λιπίδια σε ενέργεια.



Συμπλήρωμα διατροφής **MethodDraine Minceur ORTIS**, με 100% φυσικά συστατικά. Μειώνει την απορρόφηση σακχάρων, μεταβολίζει το λίπος από τα λιποκύτταρα και σταθεροποιεί το βάρος.

0070-IML

Αν και η προσπάθεια κατά της κυτταρίτιδας πρέπει να είναι διαρκής, οι περισσότερες ξεχνιόμαστε το χειμώνα. ■ Δώστε λοιπόν τη μάχη σας αρχίζοντας με διατροφή που θα σας βοηθήσει να χάσετε κιλά. Κάποια συμπληρώματα θα σας βοηθήσουν να χάσετε ευκολότερα βάρος. Πριν τα πάρετε, όμως, μιλήστε με το γιατρό σας και ακολουθήστε τις οδηγίες που αναγράφονται στη συσκευασία, προσέχοντας να μην υπερβείτε τη συνιστώμενη δοσολογία. ■ Δεύτερη κίνηση είναι η άσκηση, που θα σας βοηθήσει να κάψετε λίπος. Αν πάτε στο γυμναστήριο, να θυμάστε ότι η άσκηση πρέπει να είναι ήπια ώστε

να έχει διάρκεια. Οι ειδικοί συνιστούν μιση ώρα γυμναστικής, αφού το λίπος αρχίζει να καίγεται 15 με 20' αφότου αρχίσετε να γυμνάζεστε. Αν το γυμναστήριο δεν είναι του γούστου σας, ασκηθείτε περπατώντας με γρήγορο ρυθμό για 30' την ημέρα ή κάντε κολύμβηση. ■ Τρίτο βήμα είναι τα ειδικά προϊόντα που κυκλοφορούν και καταπολεμούν την υπάρχουσα κυτταρίτιδα, ενώ εμποδίζουν τη δημιουργία νέας. Εφαρμόστε τα με συνέπεια και ακολουθώντας τις οδηγίες. Σχεδόν όλα υποσχονται απώλεια πόντων και λείανση της επιδερμίδας σε πολύ μικρό χρονικό διάστημα. Εσείς επιλέξτε αυτό που ταιριάζει στους ρυθμούς σας. ●

νέες προτάσεις



HANSAPLAST με κρέμα επούλωσης για πιο άμεση από ποτέ αντιμετώπιση των τραυματισμών. Με μία μόλις κίνηση, κλείνουν τις πληγές και παράλληλα απολυμαίνουν.



Καψούλες **Direct Effect LIFT+Eclat Immediat, DIADERMINE**, με Vitamin Complex. Προσφέρουν την άμεσα λαμπερή χροιά που χρειάζεται η κάθε γυναίκα.

Βάση **Liquid Minerals JANE IREDALE**, με εμφανείς μπλιές

λιποσωμάτων. Εξαλείφει τις ρυτίδες, μειώνει πόρους, δυσχρωμίες και προσφέρει τέλεια κάλυψη.



Υγρός σίδηρος και ψευδάργυρος **Ferglobin VITABIOTICS**, με μέλι, βύνη και φυσικά εκχυλίσματα φρούτων. Διαθρήει την υγεία και την ευεξία.

