



MA FORME

Minceur

Ces nouvelles crèmes qui affinent la silhouette

Ne rêvons pas, les crèmes aminçissantes « miracle » n'existent pas. Mais la recherche cosmétique progresse et en appliquant matin et soir pendant plusieurs semaines ces nouveaux soins sur nos zones rebelles, les résultats sont positifs sur l'aspect de l'épiderme.



CELLULITE & PEAU D'ORANGE

Toutes les femmes ou presque, quels que soient leur âge et leur morphologie, doivent se battre contre le phénomène de cellulite et de peau d'orange,

même les plus minces ! Il n'y a quasiment rien à faire, c'est hormonal. A la ménopause, s'ajoute à cela la peau qui se distend sur toutes les zones rebelles : cou, bras, ventre, hanches, cuisses, fesses...

CE QUI MARCHE LE MIEUX

Pour éviter que le phénomène ne s'aggrave chaque année un peu plus, il faut mettre en place un programme très complet comprenant : une



hydratation maximale et un vrai drainage des tissus, de l'activité physique quotidienne, une alimentation anti-radicalaire et anti-oxydante en bannissant les sucres et les mauvaises graisses, des probiotiques pour équilibrer le microbiote intestinal et des massages lymphatiques manuels ou de type endermologie LPG. C'est en cumulant toutes ces actions que l'on obtient les meilleurs résultats.

DE L'UTILITÉ DES CRÈMES

Si l'on ajoute à ce programme, des crèmes, gels ou huiles de soin amincissantes, hypoallergéniques et formulées avec les bons actifs, c'est encore mieux, mais à la seule condition de les utiliser en massages quotidiens, deux fois par jour, matin et soir (après la douche et avant de se coucher) et pendant un minimum de 4 semaines consécutives. Après 50 ans, il faudrait même le faire 365 jours par an pour obtenir des résultats visibles avec effet tenseur sur le lissage de la peau et l'aspect général de la silhouette.

MASSER LES ZONES REBELLES

Pour bien appliquer sa crème amincissante, il faut absolument s'en servir pour masser les zones rebelles. Choisissez selon la zone l'un de ces 3 massages. Soit des pressions glissées profondes (à pleines mains, masser lentement 7 fois), soit un fuselage des cuisses (du bout des doigts, effectuer des pressions circulaires 2 fois), soit

du palper-rouler (pincer le pli de la peau, et le déplacer en le décollant et en le faisant rouler sans le lâcher).

NOTRE SÉLECTION DE L'ÉTÉ

■ PLUS MINCE & PLUS FERME

Linéance a formulé Minceur J-14 à base de caféine, d'extrait d'or rose de la Réunion et de Coralline (un extrait riche en calcium biodisponible reconnu pour diminuer l'épaisseur du tissu adipeux et augmenter la tonicité des tissus pour une peau plus tonique et plus ferme) : sa formule crème pénètre facilement, et agit efficacement sur la cellulite installée pour des résultats minceur et fermeté visibles dès 14 jours (14,90 €).



■ KIT MINCEUR ABHYANGA

L'Huile Minceur Ayurvédique de *Taaj* réduit l'aspect visible de la cellulite, draine, désinfiltre, raffermi et lisse la peau. Elle s'utilise en association avec un gant de massage "Garshan" en soie naturelle pour une meilleure efficacité (32,90€, existe aussi hors kit avec l'huile seule à 21,90€).



■ DOUBLE ACTION EN DUO

Innovant et très efficace sur les rondeurs localisées comme le ventre, les hanches, les cuisses et les bras, ce gel froid granité est le traitement anti-bourrelets localisés ! Il draine et lutte contre la rétention d'eau, favorise la destruction des



graisses existantes et le renouvellement des fibres de collagène (*Gel Expert Cellulite Effet Cryo*, 19,90 €). Pour une action minceur globale, la crème est l'alliée indispensable à votre programme anti-cellulite : elle stimule la lipolyse pour déstocker les graisses et réduit la multiplication des cellules graisseuses (*Crème Minceur Active*, 28 €, Isomarine by Akeo). ■ E.A.



PLUS MINCE EN MAILLOT !

Leader des cosmétotextiles, *Lyless* lance pour l'été 2020 le premier maillot de bain sculptant minceur. À la plage comme à la piscine, les micro-capsules cosmétiques présentes sur l'ensemble du textile se diffusent en continu et apportent une efficacité minceur prouvée. Conçu à base d'une fibre technique innovante, il est garanti anti-UV et résiste à l'eau de mer et au chlore. Sa promesse ? Un ventre plat, une silhouette affinée et une coupe élégante pour un look 100% féminin (64,90 € en 4 couleurs et 2 tailles sur lyless-shop.com).

