



santé revue **N°36** **SPÉCIAL SOLEIL & CHALEUR**
Nos recommandations

Seniors

BIEN VIEILLIR
et accepter son âge

PÉRINÉE
essentiel à l'équilibre

DÉTOX
Purifier son foie

PRESSION ARTÉRIELLE
À surveiller de près

JAMBES LOURDES
Améliorer sa circulation

BEAUTÉ ANTI-ÂGE
50 conseils pour faire plus jeune

MAL DE DOS
Les solutions de l'ostéopathe

CŒUR
Avez-vous un bon rythme cardiaque ?

CYSTITES
Halte aux récurrences !

EAU DE MER
Une cure de bienfaits

GLUTEN
Une fausse intolérance ?

Rééquilibrer sa silhouette sans régime

Perdre 1 à 2 tailles avec les bons aliments

L11434-36 - F: 6,90 € - RD

Imprimé en France

Trimestriel - N°36 - Juillet-Août-Septembre 2018 - BEL - 7,20 € - DOMUS - 7,50 € - LUX - 7,50 € - CH - 11,70 FS - CAM - 11,50 € cad - ESPYNA.ORG.PEINT.COM - 7,50 € - OVA - 7,50 € - MEXUS - 6,90 CFP - PULS - 10,00 CFP - MAR - 7,80 mad - TUN - 13,60 tod



9 aides minceur POUR L'ÉTÉ

Les laboratoires médicaux et cosmétiques rivalisent d'innovation pour vous offrir des solutions minceur efficaces après 50 ans. Voici nos 9 chouchous qui ont tous fait leurs preuves !



Maigrir après 50 ans

Capturer les graisses & freiner l'appétit

Magique, la Lovamine !

Lovamine® est une molécule 100% naturelle composée d'un complexe d'acides aminés essentiels (protéines de blancs d'œufs). Sa formule exclusive agit directement sur le métabolisme pour vous permettre de maigrir durablement en mangeant raisonnablement sans privation ni fatigue. Il stoppe les envies de grignotage, permet de mincir et est idéal en phase de stabilisation pour ne pas reprendre les kilos perdus (à commander en ligne sur www.lovamine.fr).



Efficace, le gel retard

Grâce à *Policaptil Gel Retard*®, *Libramed* agit au niveau intestinal en formant un gel extrêmement visqueux qui favorise le contrôle du pic glycémique postprandial, en réduisant la quantité et la vitesse d'absorption des glucides (effet retard). Cela provoque une diminution de la sensation de faim, limite l'absorption des graisses, favorise le transit intestinal et régularise la consistance des selles (*Fitomagra Libramed* comprimés d'Aboca, sur www.libramed.fr).



Pratique, le stick minceur

C'est prouvé ! Dès le 3^e jour d'utilisation de *XLS Medical Extra Fort* Capteur de graisses, on constate 27% de graisses alimentaires absorbées et une perte de poids, avec une sensation de satiété très améliorée. (*XLS Medical Extra Fort*, nouvelle formule en stick, 70 € la boîte de 90 sticks pour un mois de cure, en pharmacies et parapharmacies).



Lisser, affiner & raffermir

Révolutionnaire, le soin

Slim Design d'Elancyl, c'est une révolution anti-capitons en trois actes grâce au Complexe Caféine 3D qui est capable d'agir sur les 3 facteurs majeurs de la cellulite pour un lissage visible de la peau d'orange. Sa texture fondante est astucieuse, avec ses pigments réflecteurs pour un lissage optique immédiat de la peau dès la première application. Des résultats sont garantis dès 7 jours. On adore ! (19,90 €).



Gommer la cellulite & perdre du volume

Génial, le palper-rouler !

Révolu Sculpt™ permet de reproduire le palper rouler manuel tout en combinant les dernières technologies minceur, de proposer une réponse minceur à l'année, tout en restant dans une gamme de prix accessible à tous. Les instituts *Carlance* proposent désormais un accompagnement minceur global, complet et très efficace (29 € la séance de diagnostic et d'essai de 20 mn. Plus d'infos sur www.carlance.fr).



Astucieux, le kit ventouse

Pour traiter vous-même votre cellulite à la maison, à moindre frais, nous vous recommandons la Méthode *CelluBlue* complète en 3 étapes avec ce pack « bye-bye cellulite » pour cibler les capitons et les amas graisseux ! Au prix de 49,99€, il contient 2 ventouses, 1 masseur Bodyroller, 1 huile CelluOil, 1 Guide Bye-Bye Cellulite®, 1 mètre ruban BodyMeter et une Appli mobile (en vente sur <https://shop.cellublue.com>). Effet sur vos fesses garanti en quelques semaines !



Innovante, la machine à domicile

Utilisée 3 fois par semaine, à raison de 6 minutes par zone, la nouvelle *Wellbox* permet de déloger la cellulite en douceur et de retrouver une peau lisse et ferme en quelques semaines, sur les fesses bien entendu, mais aussi sur tout le reste du corps (1199 €, en vente sur le site wellbox.fr et chez les distributeurs Darty, Boulanger...)

Ciblée, la Slim Sonic

Taille, ventre, hanches, cuisses, bras, la ceinture *Slim Sonic* déstocke les graisses localement et élimine la cellulite. Une nouvelle solution minceur ciblée et intensive à utiliser sans effort à domicile, pour perdre quelques centimètres en volume (Plus d'infos sur www.slim-sonic.com)



Ludique, la Waterbike !

Si vous n'avez pas de piscine et souhaitez profiter des bienfaits de l'aquabiking, voici le *Waterbike*, un appareil en cabine individuelle qui associe les bienfaits de l'eau, du cyclisme et de l'aqua-massage. Idéal pour remodeler le bas du corps et combattre à la fois cellulite et jambes lourdes ! (Pour connaître l'institut le plus proche de chez vous avec *Waterbike*; N° lectrices : 0800 330 380 ou www.waterbike.fr) ■ V.L.

