

ET ME SOUVENIR DE TA MÉMOIRE

CÉCILE BERGERAC

DÉCOUVRIR CE LIVRE

Hugo Roman



Femme Actuelle



Tous les diaporamas

**15 soins ciblés pour une peau douce
et tonique**



Gel ultrapuissant

Gel lipo-réducteur zones ciblées, EndermoSlim, LPG, 54,50€.

Photo 9/15

© LPG

paco rabanne
le nouveau Lady Million Fabulous

[découvrir](#)

ET ME SOUVENIR DE TA MÉMOIRE

CÉCILE BERGERAC

DÉCOUVRIR CE LIVRE

Hugo Roman



Accueil • Beauté • Soins

7 conseils beauté pour avoir un corps tonique

Le 3 mai 2021 à 12h08

éviter
40%
des cancers

9 Votre vidéo après l'annonce



Comment mieux gérer les conflits avec vos enfants ? Découvrez le 27 mai les techniques qui marchent.

Je participe

Voir les photos





Restez informée

MINCEUR

Suivre ce sujet

Articles associés



Crèmes minceur, quelle est la plus efficace ?

Selon une récente étude, 30 % des femmes sont encore complexées par leurs formes*. A l'ère du "Body Positivism", le sentiment de culpabilité face à des formes généreuses et à des écarts parfois incontrôlés fait encore de la résistance. Et pourtant, en matière de silhouette le lâcher-prise est souvent synonyme de mieux-être. Le bon état d'esprit : oublier la traque aux kilos superflus et mettre en valeur les parties du corps dont vous êtes la plus fière. Et bonne nouvelles : deux minutes par jour suffisent pour y arriver !



DECOUVRIE CE LIVRE

Hugo Roman

Vous allez **aimer**



J'affine facilement ma taille

Le coup de pouce cosmétique : faites coup double avec des formules minceur et fermeté. Elles combinent des actifs brûle-graisse comme les protéines de riz et des ingrédients tonifiants telle **la chlorella** pour un effet gainant. Encore mieux si elles intègrent **un actif "cryo" (effet froid)** qui ralentit le métabolisme des lipides.

La bonne gestuelle : le ventre rentré et contracté, les mains à plat, réalisez des mouvements circulaires dans le sens de la digestion (celui des aiguilles d'une montre).

Notre sélection :

Au menthol. Cryogel Concentré, Amincissant ventre et hanches, Somatoline Cosmetic, 34,90€.

Marin. Concentré rondeurs localisées, Lotion P5, Phytomer, 68€.

Ultrapuissant. Gel lipo-réducteur zones ciblées, EndermoSlim, LPG, 54,50€.

