

vendita solo
abbinamento
in il settimanale
ogni
per complessivi
2,00
na € 0,50
ogni
0,50

ANNA

anna

n. 47 - 23 novembre 2004

PSICOLOGIA
COME ALLENARE
L'ANIMA E
VIVERE FELICI

MAMME
AL LAVORO
DOPO UN FIGLIO

SESSO
GUIDA SEMISERIA
PER ASPIRANTI
SADOMASO

MEDICINA
I SEGRETI
DELLE PIANTE

Speciale

Oro di moda

RCS Periodici Settimanale - Austria Euro 3,40 - Canada Cad 6,00 - Francia Euro 3,10 - Germania Euro 4,20 - Gran Bretagna Gbp 2,50 - Grecia Euro 2,90 - Olanda Euro 3,60 - Portogallo Cont. Euro 3,00 - Spagna Euro 3,00 - Svizzera Canton Ticino Chf 4,20 - Svizzera Chf 4,60 - USA N.Y.C. Usd. 5,00 - Other Usd. 5,30 - "Poste Italiane Sped. in A.P. - D.L. 353/2003 conv. L. 46/2004, art. 1, c. 1, 1°/2°/3°/4°/5°/6°/7°/8°/9°/10°/11°/12°/13°/14°/15°/16°/17°/18°/19°/20°/21°/22°/23°/24°/25°/26°/27°/28°/29°/30°/31°/32°/33°/34°/35°/36°/37°/38°/39°/40°/41°/42°/43°/44°/45°/46°/47°/48°/49°/50°/51°/52°/53°/54°/55°/56°/57°/58°/59°/60°/61°/62°/63°/64°/65°/66°/67°/68°/69°/70°/71°/72°/73°/74°/75°/76°/77°/78°/79°/80°/81°/82°/83°/84°/85°/86°/87°/88°/89°/90°/91°/92°/93°/94°/95°/96°/97°/98°/99°/100°" € 1,70

OPPORTUNITÀ DI STAGIONE

I mesi freddi sono notoriamente "amici del bisturi", complici temperature basse e abbigliamento coprente. Vanno quindi sfruttati al meglio per sottoporsi non solo a quella liposuzione più volte rinviata, ma a tutti i trattamenti medico-estetici che richiedono un certo numero di sedute e danno risultati a medio-lungo termine. L'eliminazione del tattoo che non piace più con il laser, per esempio. L'epilazione progressiva o l'ultimissima *Sclerosalt*, «una tecnica contro i capillari sfrangiati delle gambe, che inietta nei vasi una soluzione ipersalina in grado di svuotarli e sclerotizzarli», spiega il dermatologo Antonino Di Pietro.

NERE D'INVERNO? SÌ, MA ADAGIO

Un colorito dorato aiuta: rende più belle, minimizza i difetti della pelle e fa subito "sana e giramondo". Quando è difficile allontanarsi da casa e gli skilift sono ancora chiusi, non resta che la lampada. Oggi in versione "esteticamente corretta". Identiche restano però le raccomandazioni dei dermatologi: mai più di dodici minuti a seduta. Non più di dieci sedute nell'arco di un anno. Far passare almeno tre giorni tra un lettino e l'altro. Utilizzare occhiali protettivi e uno schermo anti-Uva se la cute è molto chiara e delicata. Astenersi se si assumono antistaminici, antibiotici e anticoncezionali. E, in questi casi, ripiegare su un autoabbronzante.

Le top model investono in bellezza tutto l'anno. Disciplinatissime, immaginano che la pelle va "seguita" sempre, anche quando l'agenda non prevede impegni mondani né abiti scollati. Solo così i risultati sono garantiti

Così fan le altre

Jap scrub

Il primo gesto di bellezza, a ogni latitudine, è la detersione della pelle. A casa si può spazzolare a secco il corpo, dal collo ai talloni, come fanno al Tombo No Yu, uno tra i più belli *onsen* giapponesi, a tre ore d'auto da Tokyo. Subito dopo ci si insapona lentamente per poi risciacquarsi sotto la doccia. E solo alla fine si entra in una vasca d'acqua calda, in cui è stato spremuto uno *yuzu*, il leggendario mandarino del Sol Levante.

Bagno da zarina

Uscire dal bozzolo per provare qualcosa di nuovo? Perché no! A Milano c'è la Banja russa (www.bagnorusso.it), una sauna asciutta e bollente (95°C), aromatizzata con essenze odorose (eucalipto, abete bianco, ribes, menta, betulla), alternata al bagno in acqua ghiacciata. Chi non teme il freddo (nulla al confronto del gelo che sferza le dacie di tycoon e nuove zarine di Mosca) può abbinarla a un'ora di gym al vicino Parco Sempione con tanto di personal trainer, offerto dal centro.

Barriera polare

Il beauty case di questi tempi va aggiornato e sintonizzato con la temperatura esterna. Al posto di un fluido o latte idratante per il corpo, conviene puntare su una crema grassa "effetto barriera", come fanno lapponi ed esquimesi: protegge dal freddo le zone più esposte (viso, mani e décolleté), riduce l'attrito tra pelle e abiti, previene la desquamazione. Quella delle gambe? Si combatte con un collant idratante, come Bioaction di Oroblù. Nato dalla collaborazione con Transvital Advanced Swiss Research, è impregnato di principi selezionati e in sei versioni: anticellulite, snellente, tonificante, energizzante, rinfrescante e per ritardare la crescita dei peli.

Olio berbero

Accolto come una star all'ultimo Salone del Gusto di Torino, l'olio di argan è il dopo bagno più in del momento. Delicato sul pane, squisito sulle verdure, il pregiato condimento berbero viene da secoli usato nel Magreb anche per lucidare i capelli, ammorbidire la pelle e combattere sciatalgie e dolori muscolari (nelle profumerie italiane: Olio d'Argane Jamal di Borsari Parma).