

# OK

INVETRINA

La giornata  
del benessere  
**con i regali di Natale  
consigliati da OK**



## COLAZIONE IN SALUTE

Secondo una ricerca dell'Università della Pennsylvania, il miele aiuta contro la tosse. Per cominciare bene la giornata, allora, il miele di Rigoni d'Asiago (da 5 €, a sinistra), nelle varietà fiore d'acacia, mela e corbezzolo. Da bere, una tazza di tè verde dal potere antiossidante, da scegliere nella Confezione busta verde di Twinings (da 11,60 €, a destra in alto), 60 filtri di tè verde e infusi a base di frutta, fiori e spezie, o nella versione classica Green tea&mint, sempre di Twinings (da 2,75 €).



## L'ALLENAMENTO QUOTIDIANO

Bastano 15-20 minuti di allenamento aerobico, anche a casa propria, per smaltire le calorie accumulate al pranzo di Natale. Carnielli propone la **Cyclette 9530 Magnetica** (499 €), e il **Vogatore Skiffplus** (609 €), ideale per modellare pettorali e gambe. A sinistra, la console **Wii balance board** di Nintendo (da 89 €, con il gioco **Wii Fit** incluso). Per gli appassionati del fitness in casa è disponibile anche il nuovo software **Wii Fit plus** (19,90 €), con esercizi di yoga e stretching.

## OPERAZIONE VISO

1. Da SkinCeuticals, A.G.E. Eye Complex (83 €), per il contorno occhi. 2. Modelliance di Eucerin (37 €), per pelli secche. 3. Crème de jeunesse di Institut Esthederm (62 €), ideale dopo i 50 anni.



1



2



3



## BALSAMO PER GLI OCCHI

Aiuta a distendere le piccole rughe e idrata a fondo la zona del contorno occhi il Balsamo ultra ricco per occhi di L'Occitane en Provence (24 €), con il 5% di burro di karité.

# MATTINO

## BAGNO E DOCCIA

1. Per lei, il Bagnoschiuma bio latte d'avena di L'Angelica (2,90 €) nutre le pelli più sensibili. 2. Per lui, il Gel doccia di Custo (25 €) regala una sensazione di freschezza.



1



2



## PER LA BARBA

Il gel da barba Extreme comfort di Nivea (5,60 €) contiene i principi emollienti della camomilla.



## IL FONDOTINTA

Unifiance Crème Satin di La Roche-Posay (21,50 €) è un fondotinta adatto alle pelli più secche e sensibili.



**ok** INVETRINA

**PROTEGGERE LE LABBRA**

Tre lucidalabbra Labello con azione protettiva: **1. Fruity shine** alla fragola (2,10 €); **2. Natural volume** (3,49 €), contiene collagene; **3. Fruity shine** al dragon fruit (2,10 €).



**IL SOLARE IN QUOTA**

Da Avène, i solari per la montagna: a sinistra il **Latte ad alta protezione** per pelli intolleranti con spf 50 (21,50 €) e, a destra, il **Latte ad alta protezione** per pelli sensibili con spf 30 (21,50 €).

**GIORNO**



**AFFRONTARE LA PIOGGIA**

Gli stivali **Boots-Calzuro** (a partire da 59 €) sono impermeabili, trendy e colorati, perfetti per le giornate di pioggia.



La sedia ergonomica **Variable balans** di Variér (a partire da 336 €) è ideale per il lavoro e per lo studio, soprattutto per chi trascorre molte ore davanti al computer.

**SAPONETTA NATURALE**

Da Bottega Verde, la confezione regalo del **Sapone all'olio di oliva toscano** (9,48 €), per le mani e per il corpo.





**IL MASSAGGIO A CASA**

Si chiama Atom PM 15 il massaggiatore a vibrazione di Homedics (12,90 €) in quattro colori, da usare a casa o portare in borsetta.



**IL BAGNO TERMAL**

Da Geomar, i Sali da bagno del Mar Morto (8,39 €): sono ricchi di principi attivi come magnesio e potassio, per il relax serale in vasca da bagno.

**SERA**



**MANI CURATE**

Per proteggere anche la cute più secca e arida c'è Fissan Crema mani protettiva e nutriente (3,39 €).



**IL PEDILUVIO**

Il Pediluvio allo zenzero di Mei (15 €) stimola la circolazione e dona una sensazione di leggerezza.



**VIA LE RUGHE**

Si usa puro sul viso deterso e asciugato l'Olio di jojoba dei Provenzali (9,90 €), che aiuta a distendere le piccole rughe.



**STRUCCARSI**

Clinians Detergente cremoso (6,79 €) toglie il trucco più resistente, anche sulle pelli sensibili.

**MUSICA E RELAX**

Da Apple, l'iPod nano nella nuova versione da 8 Gb (139 €) e 16 Gb (169 €) con videocamera integrata, disponibile in nove colori.



118 OK