

SABER VIVER

S
V

+31
vestidos
de festa
(PARA TODAS
AS OCASIÕES)

Mais prazer
O NOVO MANUAL
DE INSTRUÇÕES

A arte de
conversar
REGRAS
A SEGUIR

86
dezembro 2015
mensal • 2,50€
portugal continental

115
IDEIAS PARA
OFERECER
(E RECEBER!)

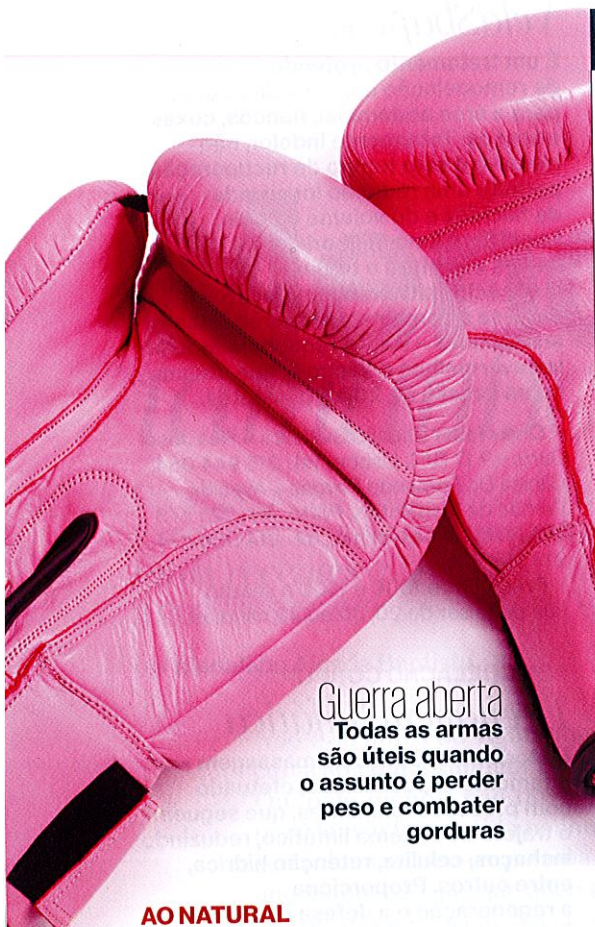
ARRREIRA
HEGUEI
O TOPO
AGORA?

FORMA
REINE COMO
UMA ATLETA
(SEM O SER)

CELEBRE! A VIDA!

ENVIDE AMIGOS E FAMÍLIA + SAIBA COMO RECEBER + CRIE O LOOK PERFEITO
ENVIDE AMIGOS E FAMÍLIA + SAIBA COMO RECEBER + CRIE O LOOK PERFEITO
ENVIDE AMIGOS E FAMÍLIA + SAIBA COMO RECEBER + CRIE O LOOK PERFEITO
ENVIDE AMIGOS E FAMÍLIA + SAIBA COMO RECEBER + CRIE O LOOK PERFEITO





Guerra aberta
Todas as armas
são úteis quando
o assunto é perder
peso e combater
gorduras

AO NATURAL

**Método
de Emagrecimento
e Adelgaçante
Pedro Choy**

Programa de emagrecimento saudável e eficaz, baseado nos princípios da Medicina Chinesa, e cuja meta é perder um quilo por semana. Com uma metodologia que combina acupuntura, fitoterapia, o regime alimentar e método adelgaçante Dr. Pedro Choy, leva a que psicologicamente se ultrapassem as dificuldades do emagrecimento, o corpo se prepare fisicamente para a perda de peso, o apetite seja moderado e as gorduras acumuladas sejam libertadas e eliminadas.

- **Onde fazer** Clínicas Pedro Choy de norte a sul do País. Para saber qual a clínica mais perto de si, visite o [site clinicaspedrochoy.com](http://site.clinicaspedrochoy.com)
- **Preço** 60€ a consulta, 35€ a sessão de acupuntura, 70€ sessão de acupuntura adelgaçante.

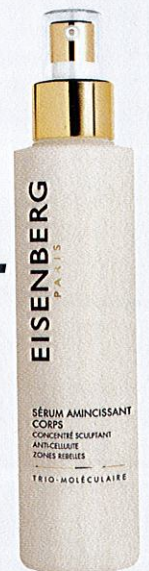
DUPLAS DE ATAQUE

Ném dos tratamentos em cabina, convém ir fazendo a manutenção em casa. Comer de forma saudável, beber muita água, fazer exercício e... recorrer a cosméticos que ajudam a manter a pele firme. Melhor ainda se forem dois!

Eisenberg

**Sérum Amincissant Corps (89€)
+ Soin Liftant Corps (115€)**

O sérum adelgaçante atua em profundidade, permitindo eliminar o excesso de gordura e a retenção de líquidos; o creme 'liftante' reforça a elasticidade cutânea e atenua visivelmente a aparência das estrias.



Clarins

**Huile Tonic (46,10€)
+ Masvelt (50,50€)**

O óleo de corpo mais vendido da Clarins tem 100% puros extratos de plantas, que tonificam e melhoram a elasticidade da pele, atenuando as estrias. Masvelt reduz a aparência de gorduras rebeldes do ventre, cintura, ancas, braços e joelhos.

Collistar

**Reshaping Mud-Scrub SOS
Critical Areas (30,25€)
+ Pure Actives Anticellulite
Capsules (38,10€)**

Três minutos é o tempo que precisa para deixar atuar a lama esfoliante que suaviza, remove impurezas e remodela a silhueta. As cápsulas têm uma textura concentrada e suave que reduz o efeito pele 'casca de laranja'.



Thalgo

**Défi Cellulite Soin Haute
Correction (60,64€)+ Défi
Fermeté Creme Performance
Fermeté (65,13€)**

O primeiro é um gel que diminui significativamente o tamanho e o número de nódulos de celulite e o segundo é um creme de efeito tensor da pele que restaura os contornos e a tonicidade, para uma silhueta mais firme.