

15 • Cont.: 2200  
Largura: 7 USD

Lifestyle e informação para *mulheres com atitude*

# VOMAN

oman.pt

no e  
dade  
RAS  
10  
—  
DES  
OVO  
ER

APENAS  
**€2**

**ANDREIA  
RODRIGUES  
TÂNIA RIBAS  
DE OLIVEIRA  
LEONOR  
POEIRAS**  
AS APRESENTADORAS  
QUE PORTUGAL ADORA!  
(CONHEÇA-AS MELHOR)

**Testámos  
hipnose**  
COMO FUNCIONA?

**NÃO SE ENGANE  
DO QUE OS HOMENS  
REALMENTE GOSTAM!**  
POR LUÍS PEDRO NUNES

# 2015

**O ANO DA (SUA)  
ATITUDE!**

- # APRENDA A RESPIRAR
- # SORRIA E TENHA BENEFÍCIOS
- # FAÇA SEXO TODOS OS DIAS
- # INVISTA EM VIAGENS ZEN

# Body *rehab*

Para atacar as gorduras em força ou recuperar o corpo do cansaço das festas, na entrada do novo ano, há cuidados para todas as necessidades. *Por Anett Bohme*



1/

## 1/ *Efervescente e relaxante*

Inspiradas nos banhos egípcios, as pastilhas para o banho Bain de Lait Indocéane, da Thalgo, têm um aroma tranquilizante e, quando entram em contacto com a água, crepitam até revelarem uma textura leitosa que suaviza a pele. Em institutos, 6 x 28 g, €29,15.

## 2/ *Conforto 24 horas*

De consistência rica e cremosa, o bálsamo Nutrition Corps, da linha Argane, da Galènic, envolve a pele seca numa camada de conforto até 24 horas, graças às propriedades nutritivas do óleo de argão. Em farmácias, 200 ml, €35,70.

## 3/ *Cuidado anti-idade*

O gel-creme antienvhecimento Juvenate Body Cream, da linha Skin Regimen, da Comfort Zone, tem como principais ingredientes a cafeína, para adelgaçar, e o exclusivo *longevity complex*, com chia e espinafres, para combater o envelhecimento da pele. Em cabeleireiros e institutos, 270 ml, €50,80.

## 4/ *Drenar os excessos*

A Tisana Drenante Biológica, da Caudalie, é uma mistura de cássis, mirtilos, casca de laranja doce e canela que se deve beber ao longo do dia para ajudar o corpo a livrar-se dos excessos, graças às suas propriedades desintoxicantes e adelgaçantes. 30 cl, €9,60.