

SEP M
TOP
ventes

BIBI BOBBA

Avril 2023

GO MA LIBIDO!

Podcasts érotiques,
livres coquins,
films excitants
**LA HOT LISTE DE
NOS SEXPERTES**

**Bijoux,
sacs, shoes...**
LA SÉLECTION
QUI DONNE
UN STYLE
FOU

UN BÉBÉ QUAND J'É VEUX?

Tout sur la
(dé)congélation
des ovocytes

MAKE-UP
Quelle
couleur pop
pour faire
ma star?

VÉCU
Se venger
ça fait du bien?

MICRO-TROTTOIR
Heureusement
que les copines
étaient là!

MINCIR SANS RÉGIME!

• 4 semaines pour s'affiner facile

• Nos recettes gourmandes et light

+ 10 idées reçues qui vous empêchent de maigrir

TÉMOIGNAGES
Mon enfant
est influenceur

L 19163 - 512 - F: 2,50 € - RD



BEAUTÉ

SPÉCIAL
CORPS

Les
nouvelautés
(vraiment)
BLUFFANTES

Envie d'affiner ses rondeurs ?
D'affûter sa silhouette ? De raffermir
sa peau ? À la maison, à la salle, au spa
ou à l'institut, voici notre éventail de
solutions testées et approuvées !

*Par Fabienne Lagoarde, avec la team de choc
de testeuses : Esther Laffay, Marie-Bénédicte
Gauthier et Muriel Azarian*

► La gélule du soir

Parce que le rôle crucial du sommeil sur le poids a été démontré dans une très sérieuse étude (« Journal Of The American Medical Association », février 2022), ce complément alimentaire, au dosage super bien équilibré et cliniquement prouvé, agit pendant la nuit. L'idée : améliorer les symptômes de l'insomnie occasionnelle et réduire le cortisol (marqueur du stress) qui augmente les envies sucrées dans la journée.

Ce qu'on en dit. La cure conseillée étant de trois mois, c'est encore un peu tôt pour en conclure une réelle perte de poids. Mais ce qui est sûr, c'est que le sommeil est beaucoup plus qualitatif dès la première semaine ! Avec peut-être aussi une sensation de satiété plus rapide.

La Minceur, Complexe Minceur de Nuit, ReviscienceLabs, 60 gélules pour un mois, 45 €.

Le bonus gua sha

Pour décupler l'efficacité d'une nouvelle crème remodelante, il n'y a pas mieux. Plus large que son cousin destiné au visage afin de pouvoir épouser les différentes zones du corps, il possède les mêmes bénéfices : réveil de la microcirculation, lissage, drainage. Avec le côté large, on vient

tonifier (côté et arrière des mollets, intérieur et extérieur des bras) ; avec le côté dentelé, on vient mobiliser les amas graisseux (cuisses, fesses). À faire juste après l'application de l'amincissant.

Ce qu'on en dit. L'effet sur les jambes lourdes est immédiat. Encore plus si on a glissé le petit outil au frigo 10 minutes avant. Après deux semaines, la peau est plus ferme. Elle apparaît même plus dense. Bref, on sent l'effet positif du duo.

Les ondes qui sculptent

Des fesses plus rondes et plus musclées, une taille plus marquée... c'est la promesse de ce dispositif de médecine esthétique, destiné à développer du muscle et à éliminer du gras. Comment ? Avec des ondes électromagnétiques de haute intensité et des ondes de radiofréquence, émises simultanément. Pendant 30 minutes, elles entraînent des séries de fortes contractions musculaires profondes, équivalentes à 20 000 crunchs ou squats (ventre ou fessier). Avec une dépense énergétique qui permet l'élimination progressive des graisses. Non, ce n'est pas magique, mais ça booste clairement les effets d'une pratique sportive régulière et pas forcément intensive.

Ce qu'on en dit. « Subir » ces contractions fortes involontaires est un peu étrange et, pendant une demi-heure, c'est long. Même si la sensation s'avère plus confortable qu'avec l'appareil première génération lancé en 2019 (le Emsculpt). Testé sur les fesses, le bombé a été pimpé en quatre séances, espacées chacune d'une semaine. Petit effet lift en plus. Pour la diminution de l'amas graisseux, qui n'était pas forcément l'objectif ici, il faut attendre au moins trois semaines après la fin du traitement. Emsculpt Neo, 1400 € les 4 séances dans les centres Lazeo.

Et aussi, chez EstheClinic, avec une technologie qui se veut similaire (E-Sculpt, 1080 € les 6 séances). Mais on n'a pas testé.

1. L'Onguent, huile intense pour le corps, Océopin, 45 €. 2. L'Or Rose, Huile Fermeté Suractivée, Melvita, 34 €. 3. Huile Sublimatrice, Sothys Organics, 30 €.



Les bonnes huiles

Elles ne promettent pas l'impossible. Juste de sublimer la peau et de la rendre plus élastique, plus tonique, plus sensuelle. Ce qui fait déjà la différence. Au menu, des extraits végétaux raffermissants (pin maritime, onagre, bourrache) et drainants (gingembre, poivre, baies).

Ce qu'on en dit. Que oui, la peau est toujours plus belle tout de suite après l'application. Et que la solliciter régulièrement avec le massage nécessitant la pénétration de l'onguent, ça finit par se voir aussi sur la fermeté. Et assez vite, en plus.

Le double palper-rouler

Dans la main de l'esthéticienne, un embout « ionimasseur », dont la particularité est de former un double pli cutané pour une action anticellulite plus efficace, les cellules graisseuses étant ainsi davantage mobilisées. Puis un courant électrique (de faible intensité) fait un peu contracter les muscles pour tonifier les tissus.

Ce qu'on en dit. Pas de sensation désagréable de pincement, même avec un travail localisé. Et en deux séances, déjà un effet visible sur la peau d'orange au niveau des cuisses. Soin Zone Localisée, Mary Cohr, 30 min, 40 €.



1. Crème de massage Artichaut, 54 €, et gua sha, 6 €, L'Occitane.
2. Remodelant Active Gel Effet Frais, 29,90 €, et gua sha, 35 €, Somatoline.