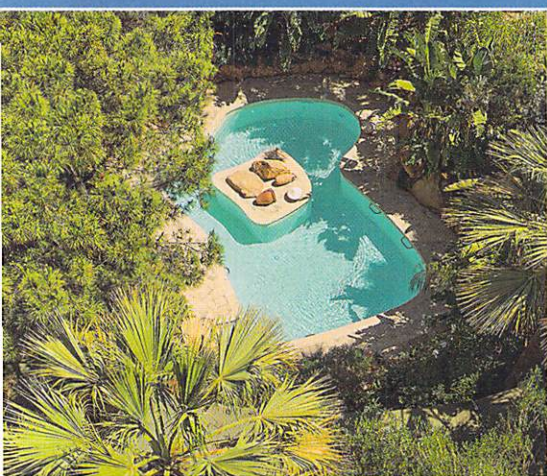




RINASCERE NELL'ACQUA

La talassoterapia di **Forte Village Resort** di Pula è conosciuta in tutto il mondo. Il percorso a sei vasche, in mezzo a palmizi e piante tropicali, vale già il viaggio, l'olio di mare, brevettato da Angelo Cerina, direttore medico scientifico dell'Aquaforce Thalasso & Spa, fa il resto. Dall'acqua purissima, ad alto tasso di salinità del Golfo di Santa Margherita, fatta opportunamente riposare e drenata, si ottiene un olio ricco di cloruro di sodio, cloruro di magnesio, sale di potassio che sgonfia, detossina, rilassa le tensioni muscolari ma, soprattutto, è un potentissimo antinfiammatorio. Insomma, una vera cura in ambiente liquido per corpo e mente (l'immersione nelle vasche aumenta la produzione di endorfine). Completano l'azione gli impacchi ai fanghi marini, attivati con l'olio di mare, o la crioterapia con bendaggi a freddo. Info: fortevillage.com

Aria (troppo) fresca?

*** OCCHIO ALLA DESERT SKIN**

PROTOCOLLO ANTI-FREEZE

Porta sollievo immediato, ma l'aria condizionata non fa bene alla pelle, anzi la inaridisce intaccando le sue riserve d'acqua. «Se non puoi farne a meno, concediti qualche pausa impostando la modalità deumidificatore. Sul viso, dopo detergente e tonico senza alcol, passa un'essence, per esempio alla bava di lumaca, o un siero all'acido ialuronico a tre pesi molecolari per idratare ogni strato e rafforzare la barriera. Poi stendi un olio vegetale, jojoba o rosa mosqueta, prima di massaggiare la crema idratante e antiossidante a base di ginseng, vitamina C, alghe». La sera tieni in posa una sheet mask idratante.

Riserve blu

Sfrutta l'azione di un peptide riparatore per ripristinare le riserve d'acqua, Blue Hyaluronic Intensive Moisturizer Water Bank di Laneige (30,80 euro).



Soffio alpino

Lozione rinfrescante ricca dell'acqua pura delle Dolomiti e di radice di tarassaco, Bruma Spray Phyto Defence di Dolomia (12,90 euro).



Pausa maschera

In tessuto, utilizza l'esclusivo sistema di rilascio che facilita l'idratazione profonda, Collagen Sheet Mask Recovery Anti-aging di pmd (39 euro).

CONSIGLI AD ALTA QUOTA

Nelle cabine aeree i livelli di umidità molto bassi, spesso sotto al 20 per cento, disidratano e stressano la pelle. Quando sei in volo, oltre a bere tanta acqua ed evitare caffeina e alcolici, vaporizza sul viso, ogni ora, una mist con acqua termale e probiotici. «Applica anche una crema barriera ricca di ceramidi prima del decollo e sopra, se la cute è secca per costituzione, un velo di burro vegetale come il karité. Infine tieni in posa una mascherina in hydrogel specifica (o, comunque, idratante) per il contorno occhi e la zona delle labbra», conclude Mariuccia Bucci.