

**5 EJERCICIOS**  
para unas  
**PIERNAS**  
**LIGERAS**

**SALUD**

Reduce los  
brotos de  
**PSORIASIS**  
Te explicamos cómo

**DECO**

Trucos para que  
**TU COMEDOR**  
**PAREZCA**  
**MÁS GRANDE**

Prepara

**LOS PLATOS**  
**MÁS FRESCOS**

*in fáciles!*

Con pescado azul, legumbres, marinados...  
y postres llenos de vitaminas.

**MODA**

Cómo vestir los  
**LUNARES**  
*ise llevan!*

**PSICO**

Aprende a  
**INTERPRETAR**  
**TUS SUEÑOS**

**BELLEZA**

**MANICURAS**  
**A LA ÚLTIMA**  
Háztelas tú  
misma

Eva Isanta  
"Amar en  
libertad sería  
mi lema"



## **TRAS LA EXPOSICIÓN SOLAR, REGENERACIÓN**

En verano, es inevitable que nuestra piel sufra sobreexposición solar. Sin embargo, en nuestra mano sí está el protegerla, primero mientras está expuesta al sol, pero también después de haber estado bajo los rayos. Para ello, resulta ideal la crema corporal **Lycolé**, que hidrata la piel y mantiene su grado de humedad óptimo a la vez que la repara de los daños causados por los rayos ultravioletas. Apto para todo tipo de pieles, tiene efecto regenerador y calmante, y contiene licopeno, un antioxidante natural de lo más poderoso. **Precio: 21,90 €.**