

# inspire

EDIZIONE ITALIANA NUMERO 138  
OTTOBRE 2006

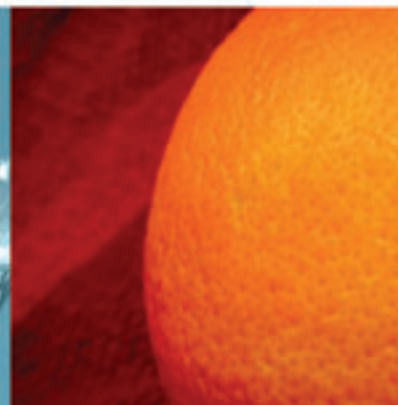
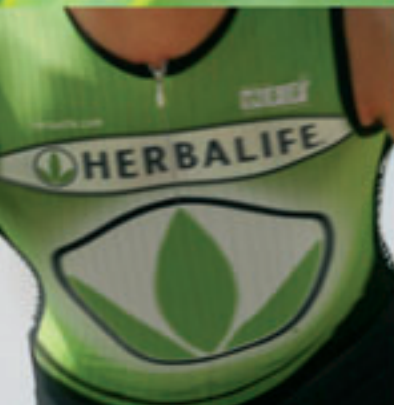
Today



Quest'inverno proteggi la pelle  
con NouriFusion®

Nei mesi invernali freddo, vento e  
umidità sono i peggiori nemici della pelle  
soprattutto delle zone delicate e sensibili  
del viso e del collo.

Con alcune precauzioni è possibile  
mantenere la pelle in ottime condizioni  
per tutto l'inverno... Preparati una bella  
bevanda calda e continua a leggere!



# Amare la propria

Il brusco passaggio dal caldo al freddo e viceversa priva l'epidermide dell'idratazione naturale rendendola secca, spenta e soggetta a screpolature. Abbi cura della tua pelle fornendole la giusta nutrizione e idratazione con prodotti di qualità...

## Nutrizione Interna

Il benessere della pelle comincia ALL'INTERNO dell'organismo, per questo è fondamentale seguire una dieta sana e bilanciata. Vitamine e minerali svolgono un ruolo importante nel ricambio delle cellule dell'epidermide e nel mantenimento di una pelle sana:

- La Vitamina A (beta carotene) migliora la salute della pelle e svolge un'azione antiossidante: cerca di mangiare tanta frutta e verdura dai colori vivaci come carote, pomodori e peperoni rossi.
- Le vitamine del gruppo B favoriscono la crescita ed il benessere delle cellule dell'epidermide: sono presenti in molti cibi come semi di girasole, frutti col guscio, legumi, latticini, uova, verdura in foglia e fegato.
- La Vitamina C aiuta a proteggere i tessuti connettivi e la pelle, tanto da essere nota come "il cemento che tiene insieme l'epidermide": mangia tanta frutta e verdura.
- La Vitamina E fornisce protezione antiossidante ed è presente in avocado, cereali integrali, oli vegetali, noci e mandorle.
- Il selenio agisce insieme alle vitamine C ed E e aiuta a mantenere la pelle forte e sana; le fonti migliori di selenio sono: noci del Brasile, melassa, molluschi, anacardi, fegato, funghi e pollo.
- Anche lo zinco è fondamentale per il rinnovamento dei tessuti, favorendo una carnagione chiara e pulita. Ottime fonti di zinco sono: sardine, frutti di mare, carne di manzo, formaggio, frutti col guscio, uova, pollo e cereali integrali.
- Bevi tanti liquidi per mantenere la pelle adeguatamente idratata – da sei a otto bicchieri al giorno. Thermojetics® Infuso a Base di Erbe può aiutare ad aumentare l'apporto di liquidi e rappresenta una gustosa alternativa all'acqua semplice.

## Nutrizione per la pelle

- Durante l'inverno la pelle perde sostanze idratanti più rapidamente di quanto non riesca a rimpiazzarle; nel corso della giornata usa uno spray nebulizzatore e applica regolarmente un prodotto idratante per mantenere il naturale livello di idratazione dell'epidermide.
- Evita di usare il sapone per il viso e il collo. La maggior parte dei saponi privano la pelle di oli protettivi naturali.
- Cerca di limitare l'esposizione a condizioni atmosferiche di freddo o vento estremi. Quando esci, copriti con una sciarpa calda e un cappello.
- Prima e dopo l'esposizione al freddo, applica un prodotto idratante. Evita di leccarti le labbra!
- I prodotti idratanti non riescono a penetrare negli strati delle cellule secche; applica un esfoliante delicato una o due volte la settimana, di sera, prima di applicare il prodotto idratante.
- L'acqua calda priva la pelle dei suoi oli naturali disidratandola e rendendola secca e tirata. Fai il bagno o la doccia con acqua tiepida e per non più di 10-15 minuti.
- Applica il prodotto idratante subito dopo il bagno o la doccia. Asciuga delicatamente la pelle fino a quando non è quasi del tutto asciutta e, quando è ancora un po' umida, applica una crema idratante per catturare nell'epidermide i liquidi residui. Soffermati a massaggiare il viso per far assorbire bene la crema – favorisce la circolazione e nutre ulteriormente l'epidermide.
- In casa, tieni i riscaldamenti più bassi che puoi; spegnili di notte e vai a dormire con una borsa di acqua calda.

- Umidificatori, ciotole d'acqua o piante posizionate vicino ai termosifoni aumentano il tasso di umidità dell'aria. Un buon sistema è anche avvolgere un asciugamano umido intorno al termosifone.
- Al lavoro, se possibile tieni la temperatura bassa e indossa un abbigliamento più pesante.
- Anche le mani hanno bisogno di protezione: usa i guanti di gomma per lavare i piatti e proteggi le mani dall'effetto disidratante di acqua calda e detersivi.
- Un abbigliamento "a strati" ti protegge la pelle anche dall'umidità; ma ricordati che tutto il corpo ha bisogno giornalmente di un prodotto idratante, non solo il viso!

La regola d'oro:  
la pelle è molto  
delicata, trattala  
sempre con  
delicatezza!

# pelle...



Non dimenticare una regolare attività fisica: favorisce la circolazione, aumenta la temperatura corporea e dona alla pelle un aspetto sano e splendente!

Assicurati di fornire all'organismo i nutrienti essenziali per l'epidermide arricchendo la tua alimentazione con un integratore di vitamine e minerali di qualità. Formula 2 Complesso Multivitaminico è la scelta ideale!

**Cod. 3122**

**Prezzo al pubblico: 18,00 €**

**P.V.: 10,00**



Prodotti per proteggere e nutrire...



#### Kit NouriFusion®

Hai una pelle normale o a tendenza secca o grassa? Scegli il kit NouriFusion® che fa al caso tuo! Il kit contiene un detergente, un tonico e una crema idratante per aiutarti a mantenere una pelle dall'aspetto splendido.

Per pelli normali e/o a tendenza secca Cod. 0901

Per pelli normali e/o a tendenza grassa Cod. 0902

Prezzo al pubblico: 63,00 € - PV: 46,00

NouriFusion® Detergente multivitaminico

Per pelli normali e/o a tendenza secca Cod. 2510

Per pelli normali e/o a tendenza grassa Cod. 2511

NouriFusion® Tónico multivitaminico

Per pelli normali e/o a tendenza secca Cod. 2512

Per pelli normali e/o a tendenza grassa Cod. 2513

Prezzo al pubblico: 19,00 € - PV: 14,00

NouriFusion® Crema idratante multivitaminica SPF 15

Per pelli normali e/o a tendenza secca Cod. 2514

Per pelli normali e/o a tendenza grassa Cod. 2515

Prezzo al pubblico: 25,00 € - PV: 18,00

#### Crema contorno occhi NouriFusion®

Crema emolliente per il contorno occhi, adatta a ogni tipo di pelle, è stata formulata con aloe e olio di mandorla proprio per ammorbidire e idratare la delicata zona del contorno occhi e contribuire a ridurre la comparsa di linee sottili e rughe, migliorando compattezza e tonicità della pelle.

Cod. 2517

Prezzo al pubblico: 30,00 € - PV: 22,00

#### Gel per contorno occhi NouriFusion®

La delicata zona del contorno occhi è caratterizzata dalla presenza di ghiandole sebacee, ed è più soggetta a disidratazione. Il Gel per contorno occhi NouriFusion®, con ginseng ed estratto di cetriolo, aiuta a rinfrescare e ravvivare l'epidermide affaticata. Sentirai subito la differenza.

Cod. 2518

Prezzo al pubblico: 30,00 € - PV: 22,00

#### Crema per la notte NouriFusion®

È durante la notte che l'organismo si rigenera dallo stress della giornata. Applica abbondantemente ogni sera su viso e collo con leggeri colpetti, senza strofinare.

Cod. 2516

Prezzo al pubblico: 47,00 € - PV: 34,00

#### Crema levigante NouriFusion®

Crema levigante con semi di lampone e di fragola, per rimuovere delicatamente la pelle secca, ruvida ed opaca. Grazie all'azione idratante e detergente svolta dalle microperle di jojoba e cera vergine, la pelle sarà più liscia e radiosa. Dopo ogni trattamento l'epidermide risulterà più pulita, morbida e liscia.

Cod. 2521

Prezzo al pubblico: 27,00 € - PV: 20,00

#### Maschera idratante NouriFusion®

Quando la pelle appare secca e ha bisogno di essere idratata, applica questa maschera ricca e cremosa per detergere delicatamente, lenire e idratare l'epidermide. La Maschera idratante NouriFusion®, con estratto di epilobio, burro di karité e olio di avocado, aiuta a migliorare l'aspetto e la compattezza della pelle rendendola morbida e liscia.

Cod. 2520

Prezzo al pubblico: 27,00 € - PV: 20,00

#### Maschera dermo purificante NouriFusion®

Maschera dermo purificante a base di olio di arancio, di eucalipto e di nocciola, rende le pelli a tendenza grassa pulite e luminose, migliorandone tono e consistenza.

Cod. 2519

Prezzo al pubblico: 27,00 € - PV: 20,00

NouriFusion.

Il tuo piano per una vita di benessere inizia OGGI!

La straordinaria gamma di prodotti Herbalife scientificamente all'avanguardia per la nutrizione, il controllo del peso e la cura della persona è accompagnata da un servizio di assistenza clienti personalizzato ed una garanzia 'soddisfatti o rimborsati' di 30 giorni. Chiedi una copia del catalogo prodotti: Cod. 6240

Distributore Indipendente/Incaricato alle vendite Herbalife:



Issue 138 - Insert  
Italian  
#5921-IT-38