



## Dica da artista

"Não sigo uma dieta rígida. Evito comer carboidrato à noite. Doces e pizza, que eu adoro, deixo só para o final de semana. De manhã, tomo um copo de água em jejum. Gosto muito de sucos, principalmente dos que eu misturo com laranja, cenoura e beterraba.", **Wanda Grandi**, atriz

**Tem que ter!!!**



*Phebo Girl* é a nova linha teen lançada pela Phebo. Além das fragrâncias suaves e deliciosas (melão, uva e morango), os produtos têm glitter na sua composição. Tudo de bom!!!

*Mania* é o nome da nova linha de maquiagem da Avon, desenvolvida especialmente para as adolescentes. Além das cores superfashion, os produtos têm formato mini, ou seja, cabem em qualquer lugar. Uma fofural!



# Mundo cor-de-rosa

1. Miraclic Forever, da Lancôme
2. Love at First Glow by JLO, da RP
3. Desodorante Colônia Rosas + Cassis, de O Boticário
4. Stille Donna, de Sergio Tacchini
5. Amour, da Kenzo
6. KS4U, da Kevin Nichols
7. Betty Boop Fresh Dreams, da Copell
8. Wiki Girl, da Mahogany
9. Flor de Menina, da Racco
10. Rock 'n Rose, de Valentino
11. Dior Addict 2, de Christian Dior
12. RLL Lauren Style, da Ralph Lauren
13. Imagina, de Agatha Ruiz de La Prada
14. Ralph Cool, da Ralph Lauren
15. Giovanna Baby, da Nasha

**Perfumes  
deliciosos que  
vão encantar  
você!**

By Hedy Galé  
Produção: Thais Coimbra

ONDE ENCONTRAR: AGATHA RUIZ DE LA PRADA: 0800-512282; CHRISTIAN DIOR: 0800-170906; COPELL: (11) 4611-1900; KENZO: 0800-170906; KEVIN NICHOLS: (11) 2696-6999; LANCÔME: 0800-701-7323; MAHOGANY: (11) 3886-6999; NASHA: 0800-117707; O BOTICÁRIO: 0800-413811; RACCO: 0800-413000; RALPH LAUREN: 0800-7017323; RP: 0800-772-5260; SERGIO TACCHINI: 0800-7733-450; VALENTINO: (11) 2167-2300.

## Fuja da calvície

*Alopecia androgenética* é o nome científico da conhecida calvície, que, pode acreditar, não é um problema exclusivo dos homens. "A calvície feminina não é tão evidente no início, por isso, só costuma ser percebida quando 30% dos fios já caíram", alerta o dermatologista Arthur Tykocinski, especializado em transplante capilar. Para evitar perder os cabelos, o doutor dá a receita: "além de uma dieta saudável em proteína, zinco, silício, selênio e ferro, é melhor fugir do estresse. Mais do que isso, é importante tratar dos distúrbios do couro cabeludo, como oleosidade excessiva, caspa e dermatite seborréica. Fazer exames rotineiros também é importante. E sempre observar se há queda de cabelo para poder tratá-la". Anotou?