

événement

+400 BIENS
IMMOBILIERS
À VENDRE ET À LOUER

4,70 € - N°352 - JUIN 2006 - 127 PAGES

IDÉE MENSUELLE DU PLAISIR DE BIEN VIVRE

LA VÉRITÉ
SUR ARGENTEUIL
royale demeure
au destin controversé

En tournage à Bruxelles avec
ÉRIC-EMMANUEL SCHMITT

Êtes-vous fashionista
ou baba-chic?
FAITES LE TEST!

L'été au jardin
BARBECUE À GAGNER

LA FOLIE DES SPAS

Invitations au voyage

de la Provence de Cézanne aux Caraïbes idylliques...

EN SUPPLÉMENT: L'OMMEGANG

MEILLEURES ADRESSES déco, art, mode, resto de la jet-set belge



6 414306 116132 0 3320 >



Réflexologie plantaire

Saviez-vous que chaque partie du corps trouve son reflet au niveau des pieds? Lors d'une séance de réflexologie plantaire, ces «zones réflexes» sont parcourues l'une après l'autre, par des techniques spécifiques de massages et de pressions du bout des doigts et du pouce. Le but? Soulager les maux du corps, le stress, les sciaticues... Une séance de réflexologie dure environ 1h (40 €), sur musique douce. L'efficacité du traitement dépend de la condition du pied. C'est pourquoi Cécile Houet, podologue spécialisée et réflexologue, conseille de les traiter préalablement par une pédicure médicale (25 €). À s'offrir 1 fois par mois!

Cécile Houet reçoit au TAO Center, rue du Noyer 223 à 1000 Bruxelles. Tél. 0473.93.63.59. Sur rendez-vous.



Gastronomie diététique

Des plats sains et équilibrés à moins de 400 kcal la barquette, une cuisine maison savoureuse sans colorant ni conservateur: voilà ce que propose la société Diet in the Box. Rougât à la bisque de homard, paupiette de volaille aux morilles, cabillaud florentine ou encore veau maragon sont servis en portions généreuses pour 7 à 9 €. Disponible chez les Deli Traiteurs, dans certains GB. Express ou sur simple commande au 02.534.24.63. et via le site www.dietinthebox.com



Pour aider à gérer les écarts alimentaires

Riches en fibres phyto-actives spécifiques de cacao et d'orange, ces gélules favorisent l'élimination des graisses, ralentissent l'assimilation des sucres et aident à maîtriser l'appétit. En pharmacie. 16 €/boîte de 60 gélules.

Duo anti-capitons

Issu de la recherche du laboratoire Auriga, le soin Ecla-Cell combine une lotion et une crème pour une double action minceur.

- Le matin, la lotion drainante favorise la restructuring en profondeur des tissus infiltrés de graisses, améliorant notamment la circulation grâce à sa teneur élevée en caféine et dérivés.
 - Le soir, la crème amincissante appliquée en massage type palper-rouler favorise l'élimination des graisses et de l'eau.
- En pharmacie. 38,01 €/flacon de 100 ml + tube de 100 ml. Plus d'infos auprès de Auriga International, abusée de Nivelles 81 à 1420 Braine-l'Alleud. Tél. 02.384.53.77.



Contre la cellulite

Rien de plus frustrant qu'une peau d'orange tenace! Un nouvel appareil permet aujourd'hui de lutter contre les capitons. VelaSmooth™ - c'est son nom - associe les ondes douces de la lumière infrarouge et de la radiofréquence au massage des tissus profonds, pour redessiner les contours de la silhouette.

Un traitement standard se déroule en 10 sessions réparties sur 4 à 6 semaines. Les résultats sont souvent visibles dès la 6^e session.

VelaSmooth, disponible dans les salons de beauté et les centres de remise en forme, notamment au Wellness Medical Group, F. Uylebroeckstraat 2 à 1600 Sint-Pieters-Leeuw. Tél. 02.380.64.30.

