



Ammorbidisce anche le cuticole la **Crema Mani e Unghie di Neutrogena** (in farmacia, 7,50 €).



Per mani e unghie **Deep Comfort Hand and Cuticle Cream di Clinique** (22 €).



Si assorbe rapidamente **Cold Cream Crema Mani di Eau Thermale Avène** (in farmacia, 8,50 €).



Idrata a lungo **Crema Mani Sallievo Intenso di Aveeno** (in farmacia, 7,50 €).



È verde e opaco lo smalto più nuovo **Matte Velvet Winter Veruschka di Zoya** (14 €, info: www.nailevo.com).



Per realizzare una perfetta manicure **French Manicure Pen di Fing'rs** (8,90 €).



Lunga tenuta per **Dior Vernis** in versione rosa ballerina di Christian Dior (21,40 €).

French Tropez Manicure Look O My Rose di Lancôme (23,50 €).



MANICURE PERFETTA

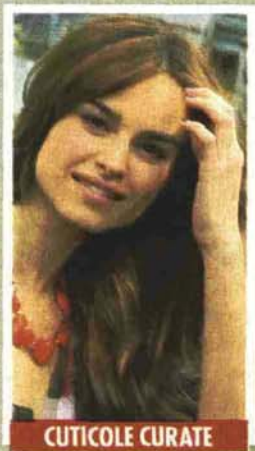
IL PEELING A CASA SI FA CON IL RISO

Ecco un peeling per le mani casalingo: «Preparate del riso lasciandolo cuocere fino a che non diventa una "pappa" e aggiungete gocce di olio di lavanda e di mandorle», spiega Annamaria Previati. «Mettete il tutto in un fazzoletto, passatelo sulle mani e poi rimuovete quando si sarà seccato: vedrete che pelle morbida e liscia!»



IMPACCHI NOTTURNI

Per avere mani vellutate **Megan Fox** la sera fa impacchi di crema e si corica con i guanti di cotone.



CUTICOLE CURATE

Kasia Smutniak lo sa: per avere mani perfette è vietato strappare le cuticole.

della polpa, che ha proprietà schiarenti e purificanti, poi prendete una vaschetta di alluminio, di quelle che usate per gli alimenti, metteteci 2 bicchieri di olio extra vergine di oliva tiepido e un po' di scorze di mandarino o di arancio non trattati. Lasciate le mani per mezz'ora in questo elisir di bellezza e poi con un panno caldo rimuovete l'eccesso, ma senza strofinare: saranno morbide e profumate. Dopo applicate la vostra crema. E non dimenticate la ginnastica. Passate una mattina facendola scorrere tra le dita: saranno più affusolate e aumenterà la scioltezza dei vostri movimenti. Infine, nella vostra routine di bellezza di tutti i giorni dovete prendervi cura anche delle unghie: quando sono belle e curate rendono una mano molto chic», conclude Annamaria Previati. «Ricordate sempre di mettere una base sull'unghia prima di stendere lo smalto, soprattutto con colori scuri: eviterete così che diventi gialla».