



In linea



segue da pag. 78

te tra un comico e la sua spalla. Saresti a tuo agio nei panni di un'attrice di stampo comico? Ti piace far ridere le persone?

«Amo tantissimo far ridere gli altri e, allo stesso modo, amo ridere io stessa. Credo che mai come in questo periodo ci sia bisogno di trovare dei momenti durante i quali staccare la mente da pensieri e preoccupazioni, per abbandonarsi a qualche ora di divertimento all'insegna del puro e semplice sorriso».

«Così supero i momenti duri»

Ridendo però si invecchia e vengono le rughe d'espressione...

«Figuriamoci allora che brutte rughe si formano a causa di quelle boccacce all'ingiù tipiche di chi si lamenta sempre. Sono convinta del potere della nostra mente sul nostro futuro. Durante la mia vita ho sempre cercato di essere positiva, anche nei momenti più duri, quando le cose non sono state per niente facili. Sono sempre uscita a testa alta da ogni battaglia che ho dovuto affrontare, piccola o grande che fosse».

80

GAMBE

Per averle toniche l'importante è contrastare bene ogni gonfiore

Depurante

Integratore alimentare depurativo e drenante con estratti di curcuma, tarassaco, betulla (Drena Linea di Equilibra 16,90 €).



Rinfrescante

Regala sollievo e freschezza immediata dopo una giornata in piedi o un pomeriggio in palestra (Defence Body Gel Defatigante Gambe di BioNike, 13,75 €).



Antigonfiore

Texture leggera con formula dalle proprietà drenanti, perfetta per alleviare il gonfiore nelle giornate estive (Fit.zone Speciale Gambe Leggere di B By Limoni 10,90 €).



Lenitivo

È una lozione emolliente, lenitiva e rinfrescante a base di oli essenziali che attenuano i problemi di circolazione agli arti inferiori (Dren-Active Hidrolit di Dermophysiologique, 30 €).