

**Koniec mitów**  
GLUTEN  
CUKIER MLEKO  
JEŚĆ CZY  
NIE JEŚĆ?

www.elle.pl

**Szaleństwo zakupów**

WIELKA AKCJA  
W CAŁEJ POLSCE  
KUPONY RABATOWE

**DO 70%  
TANIEJ!**

Tylko u nas  
Nieprzewidywalna

**KASIA  
STRUSS**

Szczęśliwy  
jak nigdy  
WOJCIECH  
WAGLEWSKI

ODWAŻ  
SIĘ BYĆ  
FEMINIstką  
W ŁÓŻKU

**Nowe  
kolory  
jesieni**

WIŚNIOWE GARNITURY  
PASTELOWE PŁASZCZE  
GRANATOWE BUTY TOREBKI SZALE

PAŹDZIERNIK 2015  
CENA 8,99 zł  
w tym 8% VAT







*Doping dla młodości*

## Zeskanuj się

Zanim kupisz krem i umówisz się na zastrzyk z botoksu, zbadaj się! Skóra to w końcu barometr tego, co dzieje się z twoim organizmem. Regularnie rób morfologię, kontroluj tarczycę, poziom hormonów i witaminy D. Zrób test genetyczny (np. Genodiet w salonie warszawskim Ce-Ce), aby sprawdzić, jak twój organizm radzi sobie ze stresem oksydacyjnym. Wraz z wynikami dostaniesz wskazówki, co jeść i o jakie suplementy uzupełnić dietę. Aby poznać słabe punkty swojego ciała, umów się na analizę kwantową ciała w Studio Lados, czyli „skanowanie” ciała urządzeniem z polem biomagnetycznym. A jeśli chcesz zaplanować najskuteczniejszą pielęgnację, ocenić wiek swojej skóry, głębokość przebarwień i sprawdzić, czy masz skłonności do trądziku różowatego, zrób badanie twarzy aparatem Visia. Dostępne m.in. we wrocławskiej Klinice Dermamed i warszawskiej Klinice Ambroziak.

## Zachowaj dobry owal

W postrzeganiu młodości jest ważniejszy od braku zmarszczek czy dużych ust. Jego najlepszą profilaktyką jest masaż. Doskonale wiedzą o tym gwiazdy, dlatego korzystają z tego zabiegu częściej niż z botoksu. W Londynie na wizytę u słynnej masażystki Nicholi Joss trzeba czekać miesiącami. W Warszawie najlepszy robią kosmetyczki w Yonelle i Le Spa. Ostatni hit to zabieg Caci w warszawskim SkinClinic. To masaż specjalnymi kulkami, który wzmacnia mięśnie i sprawia, że lepiej podtrzymują skórę. Jeśli czujesz, że twój owal potrzebuje interwencji, pomyśl o zabiegu laserem Fotona 4D (od 3500 zł, [www.gold-clinic.pl](http://www.gold-clinic.pl)). Efekty są widoczne już po czterech zabiegach. Upprzedzamy jednak, że nie jest to zabieg „lunchowy”, choć jak na laser jest w miarę bezbolesny. A jeśli chcesz natychmiastowego efektu, pomyśl o niciach (od 3 do 5 tys. zł, [estell.pl](http://estell.pl)). To zabieg, który podnosi nawet mocno opadnięte policzki bez

*Od lewej:*  
**Utalentowane serum**  
 Smart Custom-Repair „skupia” się na problemie twojej skóry, a poza tym działa na zmarszczki, przebarwienia i dodaje blasku. Clinique, od 285 zł [www.clinique.com.pl](http://www.clinique.com.pl)

**Młodość włosów**  
 Szampon Youthful Vitality. Nawilża oraz regeneruje. Sprawia, że włosy same się układają. Dove, 24 zł

**Regeneracja spojrzenia**  
 Super Restorative Total Eye Concentrate. Intensywna kuracja ujędrniająca powieki i skórę pod oczami. Clarins, 285 zł



Produkt oznaczony metką kupisz z dużą zniżką w ramach akcji „Szaleństwo zakupów”.