

Martin Melin: "Jag var en dålig pappa"

Röda läppar - YES!
HITTA DIN NYANS

Amelia

Nummer 10
22 april 2010
35 kr
Finland 6 EUR
Norge 45 NOK
(inkl moms)



Värde: 55 kr

**Du får:
Vårktcrème!**

ån Vichy (hämta på Apoteket)

**Värdekupong
i tidningen**

Gäller endast i Sverige och antalet
cremer är begränsat

Lätt! Blommigt! Pasteller!



199 kr!

**5 Favorit-
änningar!**

Tilde Fröling
om de tuffa åren:
- Att vara
kändisbarn är
ingen fördel

"Hiv-kvinnan"
Lillemor:
- Tänk om
jag smittat
barnen

Alla pratar om botox & fillers - men funkar det?

Lyft utan kniv

Mindre mage med Smartlipo ✕ Arg-rynkan hejdå!

"Nya" bröst på 1 timme ✕ ... och hur ont gör det?

**Vi har
testat!**

LYFT UTAN KNIV

3 Slapp mage Metod: New Life elbehandling

Känner du för att ta en genväg till magrutorna? **amelia** testade nya muskelplattorna hos företaget Preswede.

AV ALEXANDRA NYMAN

Behandling: Elbehandling New Life för magmuskulerna.

Vad den gör: Muskelkontraktion, alltså tajtar till magens muskler.

Kostar: 600–800 kr/gång men kur på minst tolv behandlingar rekommenderas för bästa resultat.

Så länge håller resultatet: Någon månad.

Biverkningar: Eventuellt träningsvärk.

Vem ska inte göra

behandlingen: Den som är gravid, har utslag på huden eller har pacemaker.

Mer info: dinsalong.com

Frida tyckte: "Usch, det var nästan olidligt en stund. Ingen lek! Men jag kan förstå att det ger ett bra resultat efter tolv behandlingar."

● - Maskinen med elplattorna med växelström ska få både sneda och raka magmuskler att jobba, säger **Heléne Lindahl**, New Life-terapeut hos Preswede. En enda behandling på cirka 50 minuter motsvarar ungefär 3000 situps. Det orkar inte ens en atlet med om man skulle göra situpsen på vanligt sätt.

Behandlingen fungerar så att elplattorna drar ihop musklerna, som på så sätt förkortas och magen blir plattare. Heléne börjar med att mäta testpersonen **Fridas** midja och mage på tre ställen. Sen får Frida klä av sig till trosor och behå och lägga sig på behandlingssängen. Heléne fäster plattorna på Fridas mage en efter en i ett mönster som ska komma åt både sneda och raka magmuskler. Förutom att musklerna



Före

blir tajtare ökar också förbränningen. Sedan är

det klart för start.

- Om det är första behandlingen så brukar vi börja på en ganska låg strömnivå så det inte blir för chockartat för testpersonen, säger terapeuten Heléne. Det finns över 80 program i maskinen så man kan individanpassa "träningen". Det är som att ha sin egen personliga tränare i form av elplattor som gör jobbet åt en!

- Oj, oj, oj, säger Frida. Det pirrar som rödmyror i hela magen...

Man ser hur hela magområdet åker upp och ner när plattorna aktiveras av elen, och nu är det dags att öka på styrkan.

- Hjälp, säger Frida. Det sticker och kliar!

Plattorna drar ihop magmuskulerna i tvåsekunderscykler innan de låter magen slappna av igen. Man riktigt ser hur musklerna krampar och drar ihop sig.

Första behandlingen är värst. Efter 25 minuter tycker Frida att det är för jobbigt.

- Jag klarar inte mer, mina muskler är helt slut, det känns som om jag ska kräkas fast jag inte mår illa, säger hon.

Heléne kopplar ner strömmen och mäter Frida efter första behandlingen.

- Vi ser inte så stor skillnad nu på Frida, men de allra flesta kunder märker och mäter mindre centimetermåt direkt. Och de som går tre gånger i veckan i tolv veckor får ett bra resultat och en plattare mage, säger Heléne Lindahl. ●

Efte

4 Rynkfri hemma i soffan Metod: Galvanic spa/Nuskin svagströmsmaskin

Två hål i väggen ska göra dig rynkfri. Och ge ett litet lyft. **amelia** testade.

AV ALEXANDRA NYMAN
FOTO: GUSTAF WAESTERBERG

● Den lilla maskinen som ser ut som en elektrisk rakapparat sågs vara genvägen till ett ansiktslyft utan kniv. Eller till tajtare armar och ett dekolletage slätt som en babystjärt. 10 minuter om dagen högst två gånger i veckan är allt som krävs för att tajta till huden oavsett kroppsdel. Jo, de negativt och positivt laddade ampullerna med serumet som fuktbombas och ger antioxidanter behövs förstås också. Vill du ha tjockare hår är det bara att byta munstycke och massera hårböt-



Före

ten med maskinen och serumet Nutriol, så ökar hårväxten enligt agenturen som saluför maskinen. Den som vill bli av med celluliter byter munstycke igen. Att behandla huden med galvanisk ström är dock inget nytt. Redan 1791 kom italienske forskaren Luigi Galvani på att svagström kan användas för att göra folk friskare. Och inom spa-världen har metoden använts i mer än 60 år just för hudförbättring.

Det som tidigare varit dyrt och tidskrävande och behövt göras



Efter

på salong kan du nu göra hemma i soffan framför nyheterna med en maskin som är lika stor som en vanlig elektrisk rakapparat. Den galvaniska strömmen som uppkommer genom ett fingertryck på maskinen och styrkan som ska användas just på din hy bestäms när du tryckt maskinen mot huden för att mäta fuktnivån. Maskinen förs i ett enkelt rörelsemönster över ansiktet och behandlingen sägs fördubbla cirkulationen och kollagenproduktionen. ●

Behandling: Galvanic hemma spa. Används även av terapeuter på salong.

Vad den gör: Renar och strar upp, lyfter huden med hjälp av svagström och ampuller med antioxidanter och föryngrande ingredienser.

Kostar: Ca 5500 kr för ett helt kit med maskin (bara maskinen kostar 3300 kr), ampuller, munstycken för ansikte, stimulering av hårbotten för ökad hårväxt och cellulitbehandling och serumet Tru face line corrector som ger huden "yngre".

Så länge håller resultatet:

Ca en vecka om du bara gör en gång i veckan.

Biverkningar: Inga, möjligtvis att man blir beroende.

Mer info: nuskin.com

Vem ska undvika behandlingen: Den som har pacemaker.

Alexandra tyckte: "Behaglig att använda. Man tror nästan inte att den fungerar för att man inte känner av strömmen, men resultatet blir bra!"