

premium adressen, wellness-weetjes en tips voor een body & mind in balans



SLIKKEN VOOR EEN SUPERHUID

Noni is een tropische vrucht die het immuunsysteem versterkt en de celvernieuwing ondersteunt. Hawaïaanse healers gebruiken het sap al duizenden jaren als hun belangrijkste medicijn. Het pure, ongesuikerde sap smaakt vreselijk, maar aangezien het helpt om je huid in superconditie te houden, nemen wij dapper elke ochtend 30 ml in op onze nuchtere maag. www.naturalavenue.be (€ 23,99 voor 950 ml).



SLIM SLAPEN

De Sleepsoft oordopjes (€ 10,95) zijn uitgerust met speciale akoestische filters die snurkgeluiden, verkeers- en burenlawaai elimineren, maar er wel voor zorgen dat je je huilende baby, de wekker of de deurbel hoort. www.alpine.eu



EUREKA!

Een suikerklontje zonder calorieën op basis van de gezonde zoetstof stevia! Pure Via (€ 5,45 voor 65 klontjes). Ook in poedervorm (€ 3,85 voor 80 g). www.purevia.com



Tril, rol, kneed

Sinds wij hebben kennisgemaakt met de laatste nieuwe HoMedics CBS-1000 (€ 349), komen we alleen nog met heel veel moeite onze bureaustoel uit. Een druk op het juiste knopje en deze verwarmde hightech massagezet geeft je een heerlijke rol-, tril- of shiatsu-massage. www.homedics.be



GEZOND LEESVOER

Voedings- en lifestylecoach Julia Kang worstelde jarenlang met eetstoornissen en overgewicht. Nadat ze biologisch begon te eten, en chemische stoffen begon te mijden, viel ze plots kilo's af, ook al at ze dagelijks soms 2.500 tot 3.000 calorieën. Haar besluit: we worden niet dik van veel eten, maar van alle toxische stoffen die we binnenkrijgen. In 100% gifvrij (Amsterdam Uitgevers) lees je alles over haar zoektocht naar een gezondere manier van leven.



Massage aan huis

Bij mij is het effect van een massage meestal verdwenen vanaf het moment dat ik in de auto stap om naar huis te rijden. De mobiele massageservice van Marc Devisch klinkt me dan ook als muziek in de oren. Aan de telefoon vertelt Marc me dat ik alleen moet zorgen voor twee handdoeken. Stipt om 21 uur staat hij voor de deur met zijn massagetafel. Anderhalf uurtje later (€ 75 voor 90 min. excl. vervoerkosten) is hij

weer weg en lig ik lekker zalig ontspannen in mijn zetel met een kopje thee. Met zijn netwerk van professionele massagetherapeuten bestrijkt Marc heel Vlaanderen. Ook duomassages of massageparty's zijn mogelijk. Proberen!

www.mobielemassages.be en 0491/04.27.73. Voor een proefmassage (15 min.) kun je langsgaan in Sint-Martens-Latem.



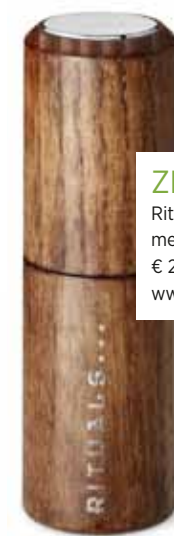
JE TANDEN BLOOT

Je tanden bleachen wordt met Magicwhite net zo vanzelfsprekend als naar de kapper gaan of een nieuwe outfit kiezen. De behandeling duurt 21 minuten en verloopt heel eenvoudig: u hapt in een transparant mondstuk waarop een speciale gel is aangebracht. In combinatie met uv-licht heeft de gel een blekend effect. Wij deden de test en achteraf waren onze tanden effectief witter. Dat kan zelfs oplopen tot 9 tinten lichter. De gebruikte producten zijn peroxidevrij, waardoor je de behandeling zo vaak kunt herhalen als je wilt en er hangt een democratisch prijskaartje aan van € 99.

Getest bij Bella Naim, Strijdersstraat 12, Edegem. www.bellanaim.be en 03/448.05.17. Algemene info: www.magicwhite.be

Groen: anti-aging kampioen

Volgens anti-aginggoeroe dr. Nicholas Perricone (auteur van Forever Young) moeten we allemaal meer waterkers eten. Het ondersteunt de lever, is een efficiënt vochtafdrijvend middel en zit tjokvol antioxidanten. Vind je geen verse, dan zijn er nog altijd de gevriesdroogde capsules CressanPure waterkers (€ 50 voor 90 capsules). www.cressana.com



ZEN VERSTUIVER

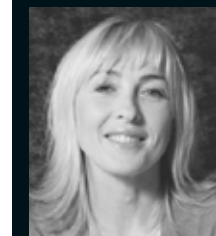
Rituals Luxury Perfume Holder met Eau de Parfum Travel Spray, € 24,90 (info: 02/643.66.50 en www.rituals.com).

Dokter online

Wat begon als een familie-initiatief groeide uit tot een online community voor patiënten van over de hele wereld. PatientsLikeMe is geen doorsneeforum. Het biedt gestructureerde info over ziektes in elk stadium. Patiënten kunnen er gegevens kwijt over symptomen, behandelingen, medicatie en levenskwaliteit. Een schatkamer aan informatie, voor artsen en patiënten.

www.patientslikeme.com

QUÉ AROMA!



Puressentiel is een aromatherapeutisch merk dat in 2005 gecreëerd werd door Isabelle en haar man Marco Pacchioni.

Waar komt jouw passie voor essentiële oliën vandaan?

Isabelle: "Toen ik klein was, werden kwaaltjes in mijn familie altijd opgelost met plantaardige middeltjes. Wintergroen voor gewrichtspijnen, theestruik voor huidproblemen: ik heb heel vaak aan den lijve ondervonden hoe efficiënt essentiële oliën zijn en hoe snel ze werken. Je moet ze wel slim combineren om hun werking te versterken. Dat is niet zo makkelijk. Daarom brachten wij met Puressentiel een aantal kant-en-klare formules op de markt."

Waarom is aromatherapie zo populair?

"Na een overconsumptie van geneesmiddelen de afgelopen jaren kiezen steeds meer mensen ervoor om gezondheidsproblemen op een natuurlijke manier aan te pakken. Essentiële oliën hebben wetenschappelijk bewezen resultaten en minder ongewenste neveneffecten."

Wat gebruik je zelf?

"Ik kan niet zonder de Spray Assainissant met 41 essentiële oliën (€ 22,80) voor mijn astma. Ik gebruik ook dagelijks de Huile Beauté de la Peau (€ 16,20) en de Huile Minceur (€ 20,90) en als ik ga zwemmen de Huile de Soins Capillaires (€ 14,90). En onlangs lanceerden we de biologische Duo Huiles (€ 15,80) voor gezicht en lichaam die je als verzorging na de douche kunt gebruiken, of als demaquillant. Je kunt ze mengen met essentiële oliën om hun effect nog te versterken. Als je aan de Peau Mature Onagre Bourrache bijvoorbeeld Romeinse kamille toevoegt, krijgt hij een antirimpel-effect." www.puressentiel.be. Bij de apotheker.

