FEBBRAIO 2014 - N°24 - MENSILE - 1,90€

SAPERVIVERE

LA GUIDA PRATICA PER LA TUA SALUTE

PERIODICITÀ MENSILE - POSTE ITALIane S.p.A. - SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n°46) art. 1 comma 1 NE/VR

LA GUIDA PIÙ UTILE PER COMBATTERE IL MAL DI TESTA

VINCI LE CEFALEE CON SOLUZIONI EFFICACI

E SE AVESSI IL DIABETE?

Il 50% di chi ne soffre non sa di averlo

I SEGNALI DA VALUTARE E COME CONTROLLARLO

IL TEST CHE RIVELA L'ETÀ DELLA TUA PELLE

RINGIOVANISCI IL TUO VISO

E togli anni dal tuo aspetto

ASSUMI SUFFICIENTE CALCIO?

TUTTO QUELLO DI CUI HAI BISOGNO OLTRE AI LATTICINI

Piano speciale 2 CHILI IN MENO IN UN MESE

LA NUOVA DIETA DEPURATIVA

PERDI PESO E NON LO RIPRENDI, SENZA RISCHI!

ELIMINA LE TOSSINE · ACQUISTA ENERGIA · MANTIENI I RISULTATI

40024
9 772279 604005

UNA VERA CONFETTURA DI FRUTTA

Si chiamano le Difrutta e sono l'ultima novità della Cascina San Cassiano in nove versioni: albicocche, pesche, fragole, ciliegie amarene, mirtilli, more, arance amare e marroni. Confetture di frutta, senza zuccheri aggiunti, né coloranti dolcificate con la Stevia. **4,50 €**

I biscotti del mattino senza zucchero

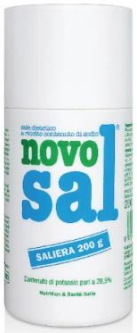
La gamma di prodotti GIUSTO Giuliani, dal sapore dolce, ma senza zuccheri aggiunti, grazie alla sostituzione con edulcoranti, si arricchisce con i Biscotti del Mattino, classici frollini ideali per l'inzuppo. Grazie alla nuova ricetta sono ancora più gustosi e leggeri perché con il 30% di grassi in meno rispetto ai frollini tradizionali e più pratici grazie al nuovo formato con 4 confezioni salva fragranza. **3,90 €**

Una difesa dal raffreddore

Apropos Immuno3Defens jr è un integratore che agisce fornendo tre livelli di protezione: a livello della bocca con la propoli, dell'intestino, con i fermenti lattici tindalizzati, e del sistema immunitario, con sostanze di origine naturale. **12,90 €**

IL BUONO DEL SALE ANCHE DURANTE LA COTTURA

Novosal, sale dietetico con un contenuto di potassio pari a 28,5%, è indicato nelle diete iposodiche in sostituzione del comune sale da cucina. 3,10 €



Gustose insalate alla Julienne

Per un'insalata sempre ricca Bonduelle porta in tavola Le Julienne, i freschissimi mix di insalata e ortaggi selezionati, lavati e tagliati a fili sottili con cui realizzare tante preparazioni invitanti e appetitose. Le Julienne Bonduelle sono subito pronte da condire per un piatto completo e delicato. 1,65 €

Ravioli al Brasato: la nuova ricetta Buitoni

Per soddisfare il gusto esigente degli Italiani, sempre più attenti agli ingredienti, Buitoni ha scelto come partner il gruppo Cremonini per valorizzare l'italianità di successo e per garantire la qualità che meritano da un prodotto così tipico della cultura culinaria italiana. Si reinventano così Le Ricette della Tradizione Ravioli al Brasato di Buitoni, con il 34% di carne bovina italiana garantita nel ripieno. Per gustarli al meglio, cuoci i ravioli in brodo di dado.