

domenica
22
ottobre

TUTTA ITALIA

*Natura fa rima
con letteratura*

«Accade a volte di sognare di passeggiare tra le pagine di un libro; ma che ne direste se ad avvolgersi attorno a voi fosse un intero parco letterario?». Le parole della poetessa Ginevra Lilli catturano l'anima della Giornata nazionale dei Parchi letterari, luoghi magici che si ritrovano nelle opere di Dante e di Petrarca, di Pasolini e di Carducci, oggi tutti da scoprire. www.parchiletterari.com



SETTIMANALE DI SALUTE, BELLEZZA, BENESSERE, AMBIENTE, ALIMENTAZIONE, CONSUMI **SOLO € 1,50**

Viversani

e belli

SPICY DIET
bruciagrassi

- 2 KG E MEZZO
IN 7 GIORNI
CON ZENZERO,
RADICI E
PEPERONCINO

**CON IL LIBRO
LE CURE
DOLCI
d'autunno**

Pelle da star
L'HOLLYWOOD PEEL
PER UNIFORMARLA
COME ANGELINA JOLIE
E KIM KARDASHIAN

ANEMOPATIE
Sono le malattie
causate dai venti:
ansia, mal di testa,
ipertensione tra le
conseguenze

Antibiotici
NON SAI MAI SE
PRENDERLI O NO?
I CASI CONTROVERSI

AFFE IN BOCCA
Quali cibi scegliere
(ricchi di ferro) per
non farle comparire!

Gym + cosmetica
unite per snellire
i fianchi e rassodare
braccia e glutei

Shiatsu in ospedale
IN MENOPAUSA, CONTRO
I DISTURBI ALIMENTARI
E PER LA RIABILITAZIONE

IN FORMA
pancia piatta
in 15 minuti
4 step per sgonfiarla a tempo di record