

SABER VIVIR tve

¡LA REVISTA
MENSUAL
MÁS VENDIDA
DE ESPAÑA!

**¡NI UN SOLO
DOLOR DE
CABEZA MÁS!**

**La guía más útil
para lograrlo**

Sea cual sea su origen

**¿Entiendes
las etiquetas de
los alimentos?**

**TE AYUDAMOS
A ELEGIR (SOLO)
LO MÁS SANO**

ANTI-KILOS • VITALIDAD • SUEÑO

**DESCUBRE LA
CAMINATA QUE
TÚ NECESITAS
Y EN QUÉ TE BENEFICIA**

**Silvia
Abascal**
Luchadora y
confiada tras
sufrir un ictus

**LOS EJERCICIOS
QUE REDUCEN
LA ANSIEDAD**

¡DESHÍNCHATE Y ELIMINA GRASA!

39 CONSEJOS PARA ADELGAZAR MEJOR

**RECETAS, TRUCOS Y MENÚS QUE REDUCEN VOLUMEN,
TE SACIAN Y EVITAN EL PICOTEEO QUE MÁS ENGORDA**





Participa, gana y sé solidaria

Bajo el lema "¡Premios para ti y sonrisas para ellos!", Juanola ha puesto en marcha una promoción en la que puedes ganar 500 € y elegir qué proyecto solidario entre los tres propuestos (Banco Farmacéutico, Fundación Pasqual Maragall o Vision Mundi) debe llevarse también otros 500 €. Tienes toda la información en www.juanola.es

AL BAÑO CADA DÍA

El complemento "Santa Flora 11-12 LAX", de Dimefar, está elaborado con sen, alcaravea, regaliz, menta y malva, que regula el tránsito intestinal. Consulta con tu médico.



Aire más limpio

"Papier d'Armenie" es un papel elaborado con fibras especiales y de forma ecológica que nació en París en 1885. Se prende como un palito de incienso y su peculiar aroma ayuda a purificar el aire y a absorber cualquier mal olor.

PVP: 3€

EL AROMA DEL CAFÉ DE SIEMPRE

Marcilla amplía su oferta de cafés para la cafetera italiana que tiene un 60% de españoles con la gama Marcilla Scala. Incluye 4 variedades, desde la más intensa a la descafeinada.

PVP: 1,99€



Pies de seda

Las durezas son un engrosamiento de la piel producido por el roce o la presión del zapato. Para combatir las, Saltratos ha lanzado una crema a base de urea que hidrata a fondo, y ácido glicólico que reblandece las zonas endurecidas.

PVP: 7,80€

Combate el cansancio

Laboratorios Nutergia lanza Vegenu-tril, un preparado alimenticio a base de proteínas y enriquecido con vitaminas y minerales que puede ser una ayuda en etapas de desgaste físico y mental.

PVP: desde 23€



DISIMULAR CICATRICES

El gel de silicona "Kelo-cote® UV" ayuda a suavizar y reducir las cicatrices, ya sean antiguas o recientes. Además, gracias a su factor de protección 30, disminuye la decoloración y el enrojecimiento causado por el sol. También alivia el picor y las molestias típicas de estas lesiones.

PVP: 46,40€



Protégete del sol 365 días

La nueva crema anti-edad "Diadermine Lift+Protección Solar 30" tiene un efecto lifting y además te protege de las radiaciones UVA, UVB e infrarrojos, que son las principales causantes del envejecimiento de la piel.

PVP: 14,23€



Una ayuda para broncearte

"Expert Solar" de Laboratorios Forté Pharma está formulado con aminoácidos, carotenoides y otras sustancias que ayudan a potenciar el bronceado. Consulta con tu médico antes de tomar suplementos.

PVP: 19,98€



Labios sensuales

Las barras de labios "Shimmering Rouge" de Shiseido hidratan en profundidad, dan volumen y permanecen inalterables durante horas. Puedes elegir entre 7 tonos distintos.

PVP: 26,90€

