

MENTE SANA



DEJA DE SENTIRTE JUZGADA

APRENDE A DIALOGAR CON TU JUEZ INTERIOR

PARA QUÉ SIRVE LA RISA
TU GRAN ALIADA EN LAS RELACIONES

Besos, abrazos y caricias
EL ALIMENTO DEL BEBÉ

SUPERAR LAS ADICCIONES
Y LLENAR TU VIDA DE SENTIDO

CÓMO DAR BUENAS Y MALAS NOTICIAS

Autores estrella

- ★ LAURA GUTMAN
- ★ JUAN PUNDIK
- ★ SERGIO HUGUET
- ★ CARMEN VÁZQUEZ
- ★ CLAUDIA TRUZZOLI
- ★ GASPAR HERNÁNDEZ
- ★ F. RAMON-CORTÉS
- ★ MARGARITA TARRAGONA

ESPECIAL

NUEVO LIBRO DE JORGE BUCAY
"El camino de la espiritualidad"

HACER LAS PACES CON UNO MISMO

PARA RECONCILIARSE CON LA VIDA



Unas vacaciones diferentes

Para todos aquellos que necesiten recargar las pilas, Viajar con Encanto ofrece un programa de viajes y salidas en pequeños grupos a distintos parques naturales de España, complementados con talleres de risoterapia, yoga, chi kung o biodanza. Más información: www.viajarconencanto.com



Para favorecer el tránsito intestinal

Aloe Vera Fibra Líquida es un jarabe de aloe vera, extracto de higo y Fibersol2 (una fibra soluble natural derivada del maíz) que favorece el tránsito intestinal y ayuda a mejorar la absorción de los nutrientes en el intestino delgado. De venta en tiendas de dietética. Precio aprox. 19,95 €.

Equilibradas en la menopausia

Forté Pharma ha formulado Femme+ Menocontrol 24, un complemento alimenticio con isoflavonas de soja para mitigar los sofocos de la menopausia y reencontrar el equilibrio. Comprende dos tipos de comprimidos, que actúan sobre los síntomas del día y los de la noche. De venta en farmacias y parafarmacias. Precio aprox. 20,29 €.



Pan de molde bajo en grasas

El pan Bimbo, elaborado con aceite de oliva, presenta una sana novedad, avalada por la Fundación Española del Corazón: su composición nutricional es la más saludable del mercado por su bajo contenido en grasas, grasas saturadas y azúcares.



12 sales que nos regulan

Las Sales de Schüssler, de los Laboratorios DIU, son una terapia homeopática que nos ayuda a absorber mejor los minerales de los alimentos que ingerimos. Cada una de las 12 sales está indicada para una determinada dolencia. De venta en farmacias. Precio aprox. 3,95 €.



Peinados con un resultado profesional

HDstyle es la nueva colección de Montibello para cubrir todas las necesidades del peinado. Se presenta en cuatro gamas: definición, fijación, textura y brillo. De venta en peluquerías. Precio aprox. a partir de 12,55 €.

