

VISO & CORPO



**ANTISTRESS**

1. Ansia, nervosismo e depressione possono indebolire corpo e psiche, ma anche il sistema immunitario. Una soluzione naturale? SOS Stress Roller ai 12 oli essenziali di **Puressentiel**. Si applica sui polsi, si sfregano e poi si respira profondamente (€ 9,90 in farmacia).

**SUCCO DI VITALITÀ**

2. Le bacche aranciate dell'olivello spinoso sono un cocktail concentrato di vitamina C, vitamina E, carotene, acido folico, ferro e sali minerali che danno energia e buonumore. Lo utilizza **Weleda** nel suo Succo di Frutta con polpa di olivello spinoso Vital (€ 15,80 in farmacia).

**UNA MARCIA IN PIÙ**

3. È buono, al gusto di limone o arancia, è pratico perché si beve ovunque senz'acqua ed è perfetto in viaggio o in ogni momento della giornata quando ci si sente giù. **MG. Vis Pocket Stick** pronto da bere di **Pool Pharma** contiene magnesio e potassio (€ 12,50 in farmacia).



**COME UN PIATTO DI PESCE**

1. Pelle sensibile che tende a desquamarsi? Se non viene aiutata e protetta, rischia di segnarsi prima del tempo. Ci pensa **Fish Factor Skin** con tocotrienolo e tocoferolo di **Avantgarde** (€ 25 in farmacia).

**NO AL COLESTEROLO**

2. Molto spesso il colesterolo viene autoprodotta. Ma ci sono sostanze in natura che lo tengono sotto controllo: riso rosso, frutto di arancio dolce e coenzima Q10. **Equacol Colesterolo** di **Bios Line** (€ 19 in farmacia e in erboristeria).

**IMPERFEZIONI ADDIO**

3. Chi produce troppo sebo deve detossinare l'organismo dall'interno. Due compresse al giorno per 2 o 3 mesi di **Imperfections D-Tox Zoom** di **Innéov** con solfato di magnesio e piridossina assicurano risultati visibili (€ 26,50 in farmacia).



Più energia, difese potenziate e resistenza allo stress. **Multicentrum**, con un mix di vitamine e minerali (per adulti da € 10,20 in farmacia).