

TOP beauty

AUTUNNO, CHE BELLEZZA

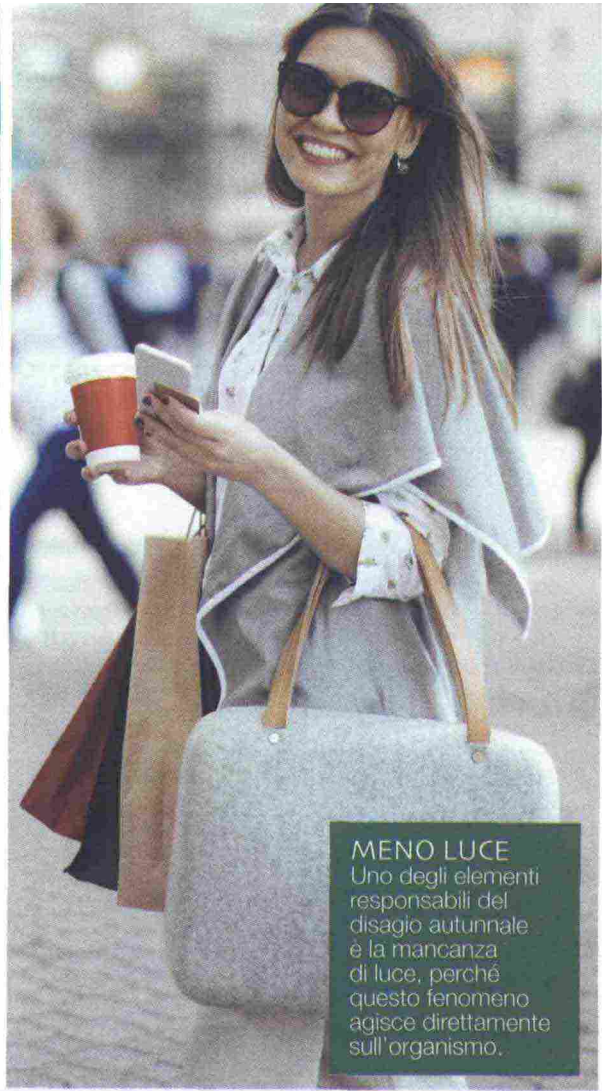
PER CONTRASTARE LA SPOSSATEZZA, TIPICA DEL CAMBIO DI STAGIONE, SEGUI UNO STILE DI VITA SANDO E RICORRI A UN CICLO DI INTEGRATORI ENERGIZZANTI

Si chiama S.A.D. (*Seasonal Affective Disorder*) e indica quell'insieme di sintomi (spossatezza, stanchezza, cattivo umore) di cui, secondo una ricerca condotta da *Message in a Bottle*, soffre in questo periodo un italiano su due. I rimedi? Fare vita so-

ciale, seguire una dieta sana e idratarsi in modo corretto.

Meglio integrare

Ti può aiutare anche un ciclo di integratori ricchi di minerali, antiossidanti. Li trovi in confezioni molto comode: flaconcini o bustine poco ingombranti, che puoi consumare anche lontano da casa. **T**



MENO LUCE
Uno degli elementi responsabili del disagio autunnale è la mancanza di luce, perché questo fenomeno agisce direttamente sull'organismo.



1. Un mix di minerali ed estratti vegetali che contrastano la spossatezza nelle bustine tonificanti a base di fragola e guaranà **Centripura di Biosline (13,50 €)**. **2.** Aiuta a ritrovare vitalità ed energia per corpo e mente **Rekord B12 Plus di Sigma-Tau (13,90 €)**. **3.** Flaconcini (a base di miele e succo di goji) comodi da bere subito che donano una carica immediata **Fruvis Multi-Fruit Pappa Reale di Pool Pharma (21,90 €)**.

NEWS

CONFEZIONI D'ARTISTA

I prodotti più venduti di **Kiehl's**, il famoso marchio americano di cosmetici, si "vestono" dei disegni di **Jeremyville**, l'artista newyorkese celebre per ispirarsi ai luoghi iconici della Grande Mela. Un'iniziativa che, oltre a una finalità creativa, ha uno scopo benefico: parte del ricavato, infatti, viene devoluto a **Dynamo Camp**, un progetto di **Terapia Ricreativa** che si svolge in Italia per ragazzi colpiti da gravi patologie. Nella foto, la confezione di **Crème du Corps** (36 euro). Info: www.kiehls.it



BENESSERE DI NUOVA GENERAZIONE

Spa, centro estetico e di massaggi, palestra e consulenza alimentare. **Elite Spa & Wellness** (attualmente a Milano, a Capri e prossimamente a Campione d'Italia, in provincia di Como) offre un nuovo concetto di benessere, per il quale gli ospiti possono godere di un servizio "sartoriale", che va dall'estetica (con macchinari ipersofisticati) all'allenamento in palestra, fino alla nutrizione e ai consigli di salute. Info: www.elitewellness.it



Servizio di **Francesca Marotta** - testo di **Carla Tinagli**