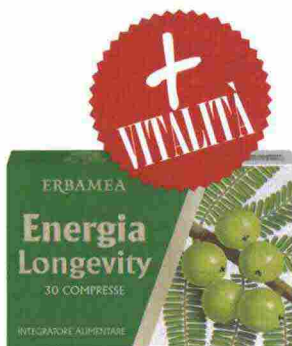


top shop

senior

a cura di Lorenza Resuli



PER RICARICARE LE PILE

È un vero e proprio "tiramisù" naturale *Energia Longevity* di Erbamea (erboristeria, 30 compresse, € 15), che agisce su più fronti. Combate la stanchezza fisica e mentale, protegge le cellule dallo stress ossidativo, sostiene le difese naturali dell'organismo e contribuisce al normale metabolismo energetico.

PER SOGNARE

Anche nell'età d'argento è possibile assicurarsi... sogni d'oro, in modo tutto naturale. *Melatonin Pura Activ* di Esi (farmacia, 30 ovalette, € 12,50) aiuta a riconquistare un sonno ristoratore grazie all'unione vincente di melatonina e valeriana.



PER RINFORZARE LE DIFESE

Mai come quest'inverno è importante che le categorie più deboli mantengano forte e attivo il proprio arsenale difensivo. Il nuovo integratore *Forhans Lattoferrina Immuno++* (farmacia, 30 capsule, € 28,90) stimola il sistema immunitario, ma fa ben di più, prevenendo le infezioni virali e batteriche o bloccandole sul nascere.



Gli over 70 di oggi? Non sono più quelli di una volta! Vitali, pieni di impegni e di interessi, assaporano fino in fondo tutto il bello della maturità. E sanno scegliersi gli **alleati giusti per vivere in salute e in bellezza!**

età d'argento



PER STARE BENE DENTRO E FUORI

La salute psicofisica affonda le radici... nell'intestino, che spesso nella terza età è pigro o in disordine. Con ceppi probiotici selezionati e microincapsulati uno a uno, *Osmobiotic Flora Adulto* di Boiron (farmacia, 12 bustine, € 16,50) restituisce equilibrio e benessere alla flora intestinale con benefici per tutto l'organismo.

32 viversaniebelli



PER IL BENESSERE INTIMO DI LUI

La natura risolve con dolcezza tanti problemi "da uomini". *Serenoa Prostate* di Matt (farmacia, 20 capsule, € 8,70) favorisce le funzionalità delle vie urinarie e, grazie allo zinco, mantiene normali livelli di testosterone nel sangue.



PER IL BENESSERE INTIMO DI LEI

Tutte le donne la temono, ma la fine della vita fertile non significa l'inizio di un periodo negativo, anzi. *Kiločal'Age Menopausa* di Pool Pharma (farmacia, 30 compresse, € 28,50) si rivela una preziosa amica intima, perché evita di prendere peso, rinforza le ossa e tiene alla larga vampate & Co.

PER SENTIRSI... IN GAMBA!

Con il freddo e l'invidia uscire il meno possibile per limitare il rischio di contagio, le gambe si muovono poco e si gonfiano molto. Un massaggio al mattino e alla sera con *RuscoVen bioGel* di Aboca (farmacia, 100 ml, € 15,80) restituisce subito la leggerezza!





ELIMINA L'ANSIA CON DOLCEZZA

Agitazione, angoscia, stress... stati d'animo condivisi dalla maggior parte dei senior in questo periodo e che Vitacalm Ansistop (farmacia, 60 compresse, € 18) di Bios Line contrasta in modo naturale, restituendo calma e serenità.

MANTIENI LA PELLE GIOVANE

Punta a rimpinguare le riserve naturali della proteina della giovinezza Collagen Skin (www.herbalife.it, 171 g, € 63,57) il nuovo integratore di Herbalife Nutrition al gusto di fragola e limone, che regala una pelle più liscia, luminosa e compatta in 4 settimane.



DAI UNA MANO ALLA MEMORIA

Letture, parole crociate... la memoria va tenuta in costante allenamento, ma anche protetta dallo stress ossidativo. Cognis di Specchiasol (farmacia, 30 compresse, € 22,50) preserva le funzioni cognitive e stimola l'attività mentale con Bacopa, taurina e vitamine.

BEVI IL PIÙ POSSIBILE!

Mantenersi giovani e sani è facile come bere... un bicchier d'acqua! Anzi, più di uno, perché è fondamentale far scorta di liquidi nell'arco di tutta la giornata. La scelta migliore? Lauretana, povera di sodio e priva di metalli pesanti (Gdo, vari formati).



CAMMINA TANTO E BENE

Fa bene al cuore e alla circolazione, scarica le tensioni... Camminare è un toccasana, a patto di scegliere la scarpa giusta. Il modello Tulia (€ 195) di Mobils Ergonomic by Mephisto assicura massimo comfort grazie alla pianta larga, all'imbottitura morbida e alla soletta flessibile. In pelle scamosciata, con cerniera che facilita la calzata.

età d'oro



NUTRI LA MENTE DALL'INTERNO

Proprio come il corpo, anche il cervello va mantenuto in forma! Clear Brain di New Nordic (farmacia, 60 compresse, € 32,95) lo aiuta fornendogli tutti i nutrienti più preziosi per le prestazioni mentali, tra cui iodio, acido pantotenico, riboflavina, niacina e vitamine B.

NON PERDERE LA FEMMINILITÀ

Comodità può far rima con femminilità. Lo dimostra Tena Silhouette, a prima vista "solo" una bella mutandina, in realtà un'efficace protezione dalle perdite urinarie, senza farsi vedere né sentire, perché la pelle è a contatto con un morbido tessuto (farmacia e Gdo, pack da vari formati).



TIENI SU L'UMORE

Studiato per proteggere il benessere psicofisico degli over 60, il nutraceutico SameFast Advance di Fidia (farmacia, 20 compresse) agisce grazie alla molecola SAME, coinvolta nella sintesi della serotonina, la sostanza del buonumore.

