

SETTIMANALE DI SALUTE, BELLEZZA, BENESSERE, ALIMENTAZIONE, CONSUMI

Viversani

BEAUTY

il biologico è davvero un bluff?
VERITÀ E FALSE ASPETTATIVE

DIABETE
PRESTO SI CURERÀ
CON LA CHIRURGIA

COSMETICI IN TESSUTO
IDRATANTI E ANTIRUGHE PER
I PUNTI FRAGILI DEL VISO

trekking
È DI MODA FARLO
IN CITTÀ

furti in ospedale
COME DIFENDERSI

MACUMBA
IL BALLO CHE
FA DIMAGRIRE

**stringi il girovita con
la dieta etnica**
- 3 kg in 14 giorni

mamma over 40
I VANTAGGI E I RISCHI

bambini
MEGLIO I PANNOLINI
"ECO" O QUELLI
CLASSICI?







TUTTE LE SOLUZIONI

**caduta dei capelli
i rimedi**

7.004.0

9 771124 240009

L'AGENDA DELLA SETTIMANA

DOVE	EVENTO	INFORMAZIONI	COSTI
Lunedì 1 OTTOBRE	Tutta Italia Per avere capelli sani Ottobre è "Il mese della salute del capello", un'iniziativa Dercos di Vichy, che offre gratuitamente un kit con shampoo, energizzante e volumizzante. Inoltre, collegandosi al sito www.dercos.it sarà possibile avere una consulenza di un dermatologo, esperto nella caduta dei capelli.	www.dercos.it	Kit gratuito nelle farmacie con il logo "Mese della salute del capello"
Martedì 2 OTTOBRE	Milano  Nonni in movimento Un pomeriggio all'insegna del ballo liscio e di tanto divertimento. Per festeggiare questa giornata dedicata a chi si occupa dei nipoti, ma non rinuncia al proprio tempo libero. È un'iniziativa Polident, che offre anche il buffet.	Presentarsi nel locale "Arizona 2000", via N. Battaglia 14, dalle 16 alle 20	Ingresso libero
Mercoledì 3 OTTOBRE	Monza (Mi) Urban center via F. Turati 6 Longevità: un progetto sostenibile Una conferenza aperta al pubblico, dove verranno spiegati anche esercizi per tenere in allenamento la mente.	 Associazione Mens sana, tel. 039.2320032	Ingresso libero
Giovedì 4 OTTOBRE	Tutta Italia Per la prevenzione del tumore al seno Anche quest'anno torna la campagna Nastro Rosa, in collaborazione con la Lega italiana per la lotta contro i tumori, per convincere sempre più donne a fare prevenzione e a tenere sotto controllo il proprio seno.	Per prenotare numero verde: 800.098877	Visite al seno gratuite, ma con prenotazione
Venerdì 5 OTTOBRE	Pontremoli (Ms) centro storico Premio Bancarella della Cucina Un concorso per i libri che si occupano di gastronomia, cucina, ma che ripropongono antiche ricette e nuovi accostamenti di cibo. Non solo libri, ma anche assaggi e degustazioni.	 www.premiobancarella.info , tel. 0187.830676	Ingresso libero
Sabato 6 OTTOBRE	Urbino  Biosalus È iniziata ieri e si conclude domani. Si tratta di una rassegna dedicata al benessere: mercatini biologici, conferenze e dibattiti. Ma anche spettacoli di danza del ventre e altre discipline orientali, o lezioni di trucco con prodotti naturali.	www.istitutomedicina.naturale.it	Ingresso libero
Tutta Italia	"Facciamo la nanna" In 70 negozi Chicco oggi uno psicologo fornirà consigli ai genitori per insegnare ai bambini come dormire tranquilli, fin dai primi mesi di vita. La consulenza dello specialista è gratuita.	 www.chicco.com numero verde 800.188898	Gratis, ma serve iscriversi nel negozio dove si vuole andare
Domenica 7 OTTOBRE	Tutta Italia La Giornata del risveglio Una serie di iniziative rivolte alle famiglie dei malati in coma. Conferenze, dibattiti, ma anche spettacoli teatrali e tornei di pallavolo.	www.amici diluca.it	Iniziativa gratuita
Tutta Italia	Le città del trekking Da Siena a Cosenza, da Bari a Urbino. Un nuovo modo per fare trekking, attraversando il centro storico delle più belle città italiane. (Per saperne di più vedi articolo a pag. 82)	 www.trekkingurbano.info	Iscrizione gratuita

A cura di Maura Prino