

# SONO in SALUTE



Pianeta **SCIENZA**

**23!**  
medici  
al tuo servizio

@ **BUFALINI**  
IN RETE

Gli italiani  
cascano qua  
sempre

Mensile | Anno 1 | Numero 3 | Ottobre 2018 | € 1 in Italia

Pianeta **DONNA**

**PANCIA** gonfia? Non è sempre colpa del cibo

Pianeta **UOMO**

**BARBA** e **BAFFI**: ecco i look più gettonati

Pianeta

**ARGENTO**

I nipoti, per i **NONNI**, sono una vera medicina

Pianeta **FAMIGLIA**

**DENTI**: prenditi cura così del sorriso di tuo figlio!

Pianeta **PSICHE**

Sex toys e travestimenti hot in tema **HALLOWEEN**

Pianeta **BENESSERE**

**PALESTRA**: ti aiutiamo a trovare il corso che fa per te

Pianeta

**ALIMENTAZIONE**

Ricette a base di **ZUCCA** per vegetariani, vegani e non solo



# Generazioni a confronto

d.o.

**CINEMA, LIBRI E TV**



SOLANGE

MIRIAM CANDURRO

**L'ARTE È UN TOCCASANA!**

✓ **MENO 1,5 KG CON LA DIETA ANTIACIDOSI** ✓ VIAGGI ✓ MOD

✓ **PSICOTEST: SEI ISTINTIVA O RAZIONALE?** ✓ RISPARI ✓ ANIMA



Per gli amanti delle gite fuori porta, l'autunno è un'ottima stagione per conoscere nuovi posti. Inoltre, "staccando" dalla routine per concedersi qualche giorno di relax insieme alla famiglia o agli amici si ricaricano le batterie

di Alessandro Pinoli

**D**al 26 al 28 ottobre, saranno le Montagnine le protagoniste della 3 giorni della *Festa della Patata*, che prevede vari eventi tra Campo Lomaso e Dasingo, 2 frazioni di Comano Terme (TN). Il pacchetto weekend "ComanoDiGusto" prevede una notte in camera doppia, una cena con il "menu della patata" e una visita guidata a un'azienda agricola.

**Per informazioni:** APT Terme di Comano e Dolomiti di Brenta, telefono 0465.702626, sito internet [www.visitacomano.it](http://www.visitacomano.it), email [info@visitacomano.it](mailto:info@visitacomano.it).

## Gustose patate Montagnine



senior  
bimbi  
giochi



### In vacanza con i nonni

Il 2 ottobre si celebra la Festa dei Nonni. A loro e ai nipoti, il consorzio Italy Family Hotels propone offerte speciali. Al Rio Stava Family Resort & Spa di Tesero, in provincia di Trento (sopra), pacchetti speciali per 2 nonni e bimbi, mentre all'Oxygen Lifestyle Hotel di Viserbella di Rimini (RN), dotato di animazione, mini club e spazio giochi per bimbi, i piccoli fino ai 5 anni soggiornano gratis e quelli da 6 a 12 anni pagano la metà.

**PER INFORMAZIONI** Italy Family Hotels, telefono 0541.394851, sito internet [www.italyfamilyhotels.it](http://www.italyfamilyhotels.it), email [info@italyfamilyhotels.it](mailto:info@italyfamilyhotels.it).

### A Torino come in Mongolia

L'Oriente è più vicino di quanto si pensi. Per viverne l'atmosfera basta infatti andare Gassino Torinese (TO), sulle colline che circondano il capoluogo piemontese. Qui, infatti è possibile soggiornare in una affascinante Yurta (o Gher), un'originale tenda mongola, posizionata su un'altura da cui è possibile godere di una meravigliosa vista sulle Alpi e sulla città di Torino. La tenda, ecosostenibile, è fornita di tutti i comfort, compreso un bagno in legno dotato di doccia Jacuzzi.

**PER INFORMAZIONI** Yurta Soul Shelter, sito internet [www.ecobnb.it](http://www.ecobnb.it), email [info@ecobnb.com](mailto:info@ecobnb.com)

