

NATURAL

N. 208 mensile - ottobre 2020 - 2,50 euro

style

Rachel Weisz

**A 50 ANNI
HO SCOPERTO
LA TERAPIA
DI COPPIA...
IN CUCINA**

BEAUTY

**LA STAGIONE
DEI CAPELLI
LE CURE PER DARE
CORPO E VITALITÀ**

RELAX

**7 CAMMINI
SPETTACOLARI
DAL FRIULI
ALLA SARDEGNA
TURISMO GREEN**

WELLNESS

**LE BUGIE CHE TI
RUBANO LA FELICITÀ
SMETTI DI DIRTELE!**

**BENESSERE
VIRTUOSO**

**I PICCOLI ATTI
CHE TI FANNO
DAVVERO BENE**

**MISTERIOSO PIACERE
SCOPRI L'ESSENZA E
LE GIOIE DELL'EROS**

**IMPARA A MEDITARE
E LA VITA TI SORRIDE**

DIETA

**SALVA LE FORESTE
CON IL MENU
DI SLOW FOOD**

Dolcissimo autunno

*Rituali da compiere a casa o alla Spa, comfort food, yoga,
bagni di luce: i consigli degli esperti per goderti il romantico blues*



CAIRO EDITORE

Poste Italiane Spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/2003 art. 1, comma 1, L.O./M.I. - Austria euro 5,90 - Belgio euro 4,90 - Lussemburgo euro 4,70 - Francia euro 4,70 - Principato di Monaco euro 4,70 - Germania euro 6,30 - Portogallo (Cont.) euro 4,10 - Spagna euro 4,30 - Svizzera CHF 7,00 - Svizzera Canton Ticino CHF 6,00 - P.I. 01-10-2020