



per chi desidera disintossicarsi: aderendo alla mucosa intestinale, "cattura" metalli pesanti e residui di pesticidi, che vengono poi smaltiti per via metabolica. Infine, la star delle alghe è una miniera di Omega 3, che aiutano a normalizzare i livelli di colesterolo e trigliceridi, ed è anche alleata di chi vuole dimagrire: contiene infatti un aminoacido essenziale, la fenilalanina, che riduce l'appetito», spiega il professor Sorrentino.

GETTY, STOCKFOOD

FITNESS

Prova lo Street workout

Tutti a fare fitness con la musica in cuffia. L'appuntamento è il primo dicembre a Milano per lo Street workout: guidati da 4 trainer ci si metterà alla prova in varie attività, dal walking dinamico alla Zumba, dal piloxing al functional training. Se l'idea ti piace prenota subito la cuffia su *streetworkout.fit* (dove trovi le info per partecipare). Con la quota di iscrizione, di 10 €, ricevi una maglietta in omaggio.

+89%

ANNO RECORD PER LE OLIVE

La produzione di olio, in Italia, sarà quasi doppia rispetto all'anno passato: 330mila tonnellate, contro le 170mila del 2018. Sono le stime del consorzio nazionale ItaliaOlivicola. La raccolta delle olive è andata bene soprattutto nelle Regioni del Sud sia per quantità sia per qualità, nonostante i problemi legati alla Xylella, batterio che infetta gli alberi.



BELLEZZA

Arrivano le punturine fai da te

Grande novità nel mondo beauty. È appena stato lanciato da **B Selfie** il primo trattamento biorivitalizzante da fare a casa. Si chiama **Deep Self Biorevitalizing Serum**: grazie a un'innovativa siringa predosata e dotata di microaghi da 0,5 mm, si veicola nell'epidermide, in modo indolore e senza sanguinamento, il siero rivitalizzante. Le micropunturine assicurano un istantaneo effetto rimpolpante e tensore. Il risultato è un viso rigenerato, più giovane e luminoso (offerta lancio 99 €, info e punti vendita su *bselfie.it*).



BELLEZZA

Arrivano le punturine fai da te

Grande novità nel mondo beauty. È appena stato lanciato da **B Selfie** il primo trattamento biorivitalizzante da fare a casa. Si chiama **Deep Self Biorevitalizing Serum**: grazie a un'innovativa siringa predosata e dotata di microaghi da 0,5 mm, si veicola nell'epidermide, in modo indolore e senza sanguinamento, il siero rivitalizzante. Le micropunturine assicurano un istantaneo effetto rimpolpante e tensore. Il risultato è un viso rigenerato, più giovane e luminoso (offerta lancio 99 €, info e punti vendita su bselfie.it).