

# NATURAL

N. 125 mensile - novembre 2013 - 2 euro

# style

## *La dieta di Henri Chenot*

DETOX E ANTIETÀ  
FACILE DA SEGUIRE

## *Mangiar sano*

FRUTTA SECCA,  
LA BONTÀ  
CHE GUARISCE

## *Tutta la verità sulla palestra*

QUALE E QUANTA  
GYM TI FA  
BENE DAVVERO

## *Quando è bello fidarsi*

IMPARA A  
RICONOSCERE  
I VERI AMICI

## *Psicosomatica dell'amore*

IL CORPO  
TI RIVELA  
SE SEI FELICE  
CON LUI

## *Energy*

TROVA DENTRO  
DI TE LA FORZA  
E LA GIOIA  
DI VIVERE

## *Tu e gli altri*

MOSTRA IL  
LATO FRAGILE:  
SARAI PIÙ AMATA

## *Beauty*

SENSIBILITÀ  
A FIOR DI PELLE?  
CALMALA COSÌ

*Naomi Watts*

SEGUO L'ISTINTO  
E LA MIA INDOLE  
SELVATICA









