

> | CHRISTMAS BLUES TRISTEZA, SOLIDÃO E ANSIEDADE | <

OFERTA
NO VERSO

NÚMERO 344
MENSAL
DEZEMBRO 2023

Saúde



E BEM-ESTAR

PRIMEIRA INFÂNCIA

- CRIAR COM AMOR SEM SOBREPOTER
- PRIMEIRAS PALAVRAS
- BRINCAR É APRENDER
- LIVROS INFANTIS

TRATAMENTOS ESTÉTICOS DE INVERNO

MANTER O PESO EM DEZEMBRO?
SIM, É POSSÍVEL!

DIETA DE INVERNO

AS MELHORES OPÇÕES PARA OS MESES FRIOS
SOPAS CASEIRAS: RECEITAS RICAS EM VITAMINAS E MINERAIS



3,50€



PREÇO CONTINENTE

5 11 607727 003502

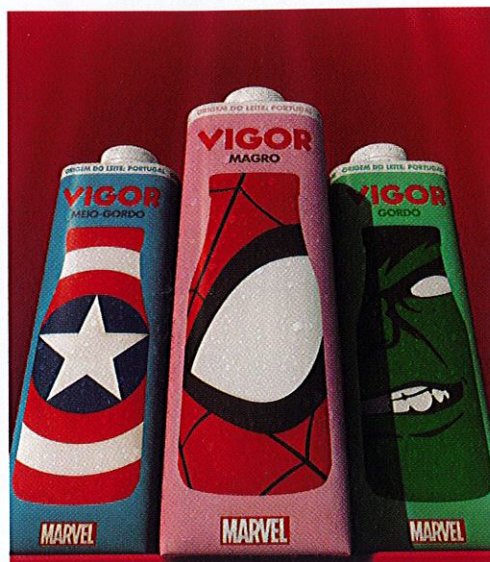
Reforço contra gripes e constipações

A carência de selênio deixa o sistema imunitário mais vulnerável ao desenvolvimento de infeções, gripes, constipações e outras doenças virais. Se é o seu caso, o BioActivo Selénio+Zinco pode ser a solução. A ingestão diária de um suplemento com selênio e zinco estimula a produção de células importantes para o sistema imunitário que intervêm ativamente no combate de vírus. Mais informações em: www.bioactivo.pt



Ajuda contra o excesso de peso

Activ Minceur Brûleur, da Thalgo, é um suplemento alimentar que ajuda a combater o excesso de peso. Contém um extrato de alga *Fucus vesiculosus* L, que ajuda na gestão do peso; iodo e vitamina B6, que contribuem para o normal funcionamento do metabolismo produtor de energia; e zinco, para o normal metabolismo dos hidratos de carbono.



O leite fresco tem superpoderes?

As embalagens de leite fresco Vigor têm agora os heróis da Marvel como protagonistas. A missão? Proteger o sabor e esmagar pequenos-almoços aborrecidos! Uma edição limitada com o objetivo de impactar os consumidores dos 8 aos 80, incentivando à experimentação de leite fresco de forma entusiasta e divertida.

Mais opções Mimosa Proteína

Acabam de chegar ao mercado as novas propostas de iogurtes sólidos Mimosa Proteína, com uma receita melhorada, em taça de 140 gr, nos sabores natural, stracciatella e framboesa e morango. A novidade vem juntar-se ao leite em embalagem familiar, às bebidas lácteas e aos iogurtes líquidos que a marca apresentou ao mercado em outubro e que têm em comum 25gr de proteína por copo, ausência de lactose, glúten ou açúcares adicionados.



Nova gama de suplementos alimentares

À medida que envelhecemos, a nossa pele enfrenta inúmeras transformações que resultam da combinação de fatores como a diminuição da produção de colagénio e elastina, a exposição solar e o estilo de vida. De modo a contribuir para uma vida mais longa e com mais saúde, a marca portuguesa Advancis apresenta a gama Advancis Agellai. Criada com fórmulas criteriosamente selecionadas, esta gama, desenvolvida com o objetivo de promover o bem-estar e otimizar o processo de envelhecimento celular, contribui para um cuidado de dentro para fora.



Para o conforto das peles secas e muito secas

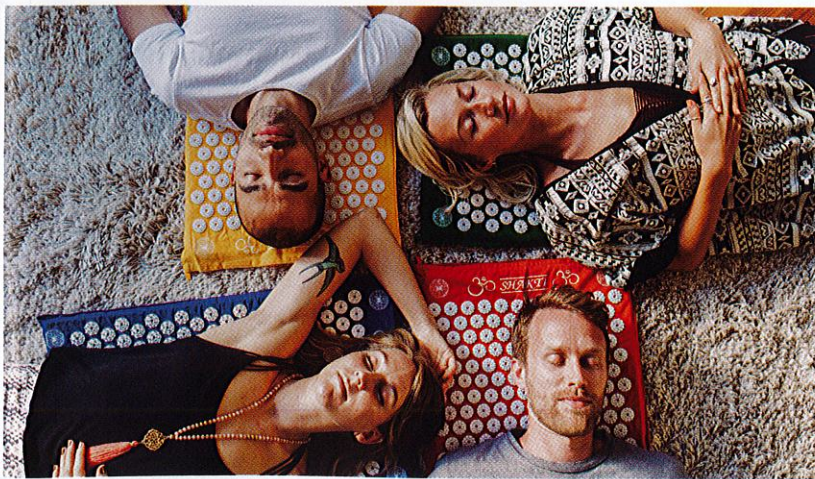
A Thalgo revisita a fórmula do Cold Cream em versão marinha para fornecer à pele os lipídios, que lhe são essenciais, numa forma altamente assimilável. Crème Nutri-Confort e Crème Riche Nutri-Confort protegem e relipidam a epiderme durante 24 horas, para restaurar o conforto e suavizar a pele seca e muito seca.

Freshly apresenta linha para pele madura

Para a nova geração de mulheres que gosta de se cuidar e mimar, a Freshly desenvolveu uma gama de cuidados com ingredientes ativos naturais hidratantes para dar resposta às necessidades da pele madura. Composta por creme facial hidratante,

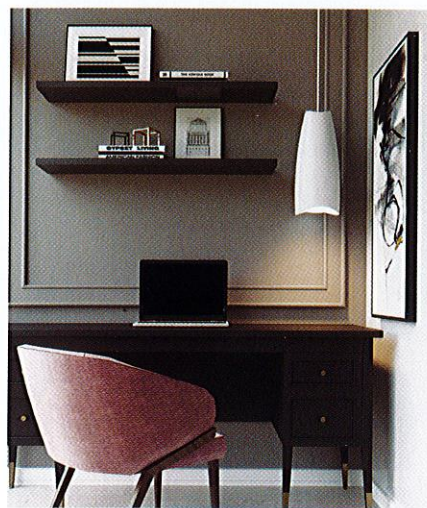


sérum facial nutritivo, creme para o contorno dos olhos e lábios, e bálsamo hidratante íntimo, a linha Natural Menopause foi criada em conjunto com um grupo de mulheres que partilharam as suas experiências para encontrar uma rotina simples e eficaz no combate aos sinais da menopausa.



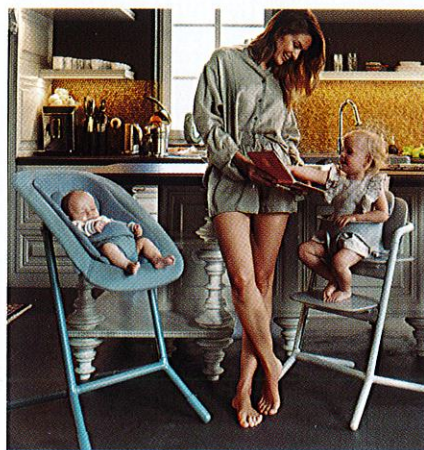
ShaktiMat Mais que um tapete de acupressão

ShaktiMat é muito mais que um tapete com picos que proporciona bem-estar e que tem uma produção ética e responsável. ShaktiMat proporciona os benefícios da acupressão, contribuindo para o bem-estar geral, desde simples problemas do dia à dia até insónias. Além disso, a marca estabeleceu um compromisso de auxílio a uma comunidade de mulheres na Índia, ajudando-as a ganhar não só o seu sustento e das suas famílias, como também a contribuir para o seu desenvolvimento pessoal e das suas filhas. Conheça toda a história em www.shaktimat.de



"Dar à luz" e purificar

Lamp, um aparelho que purifica o ar e é, ao mesmo tempo, um candeeiro de teto e também uma elegante peça design. Da nacional Airfree, trata-se de um dos seus mais recentes modelos híbridos, numa linha que, para além da tecnologia TSS (Thermodynamic Sterilization System), de esterilização de vírus, bactérias e outros alérgenos do ar, tem capacidade para capturar partículas de incêndios florestais e da poluição atmosférica que se infiltra nas casas. Tem 4 intensidades de iluminação e LEDs substituíveis, pode ser controlado pelos sensores de toque no próprio aparelho, controlo remoto, App ou por voz; não requer manutenção e é totalmente silencioso.



Cybex Lemo 4-in-1

Uma cadeira de refeição que poderá ser utilizada desde o nascimento até aos 99 anos! Cybex Lemo 4-in-1 é uma solução de mobiliário intemporal, que permite ao recém-nascido juntar-se à diversão em família à mesa, logo desde o início. Disponível em 6 cores diferentes.