

Confidenze

N. 3 · 8 Gennaio 2019

SE PERDI UN'AMICA
Caso per caso,
ecco come reagire

**UN MENU
A TUTTO SAPORE**
**PROTAGONISTA
LA SALSICCIA**

36 PAGINE
DI LETTURE FORTI

* 8 storie vere di
baci rubati e
avventure del cuore

* 3 nuove scrittrici
da ConfyLab

* Un appassionante
romanzo di
Silvia Montemurro

**SOS DOLORI
ARTICOLARI**
PROVA CON QUESTI
RIMEDI DOLCI!

FUGA AL SOLE
FASCINOSO MAROCCO

ANTIFREDDO

Mani e labbra
ora devi
proteggerle

FRANCESCA CAVALLIN

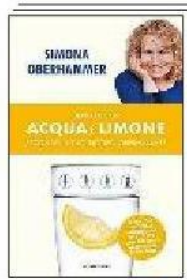
**Il mio relax? Una
serata di danze sfrenate
al femminile**

in Italia € 1,60



Confidenze

IL MANUALE



✘ Se ne bevi un bel bicchiere la mattina a digiuno depuri l'organismo, sgonfi la pancia, scacci la stanchezza, illumini la pelle, attenui i dolori articolari e rinforzi le difese immunitarie. Il tutto, senza la minima fatica. Insomma, se ancora non lo fai, abituati anche tu a darti il buongiorno con *Acqua e limone* (Mondadori, 18 euro): è il consiglio di Simona Oberhammer, naturopata e autrice di questa guida alle molteplici virtù della bevanda.