

saber viver

agosto 2010 * número 122 * mensal * ano 11 * 2.20€ * Portugal Continental

teste o seu estilo de vida

E APRENDA
A SER MAIS SAUDÁVEL!

O peso ideal

Descubra qual é o seu

Cozinhar & Congelar

Os melhores métodos

Saúde em Férias

Praia, campo
ou montanha?

Beleza

Dieta para
uma pele perfeita

Roupa que emagrece

Os truques certos



Alternativa à cirurgia

Os produtos de **Biologique Recherche** (www.biologiqueportugal.com), com alta concentração biológica e à base de bio-marinhos quase puros e virgens, são uma alternativa à cirurgia plástica e técnicas de injeção. A sua acção é reforçada pelo *Remodeling Face*, uma biotecnologia avançada especialmente concebida para a marca. Em Portugal, Ana Teresa Estética e Cosmética é o instituto piloto da marca.



Veja o que não vê, na pág. 19

