



MANDRAROSSA
LA SICILIA CHE NON TI ASPETTI

BenEssere *La salute con l'anima*

BENESSERE – LUGLIO 2020



Cibo & salute | Scelti per voi

* benessere@etnpaoli.it

Igiene e gusto A ogni tempo la sua soluzione



**MANDRAROSSA
ETNA BIANCO**
Mandraro è un brand
che innova senza confini,
per questo nel 2018
ha scelto di proseguire
il progetto, andando alla
ricerca di altri territori
di cui raccontare la vera
essenza. Così nel 2020
vedranno la nascita i Vini
dell'Etna Mandrarossa,
un Nerello Mascalese
e un Carricante in purezza,
figli del suolo vulcanico.
www.mandraro.com

80 | BenEssere | luglio 2020



**ROCCHETTA
NATURALE**
Il 20-30% dell'acqua
contenuta nel nostro
organismo si distribuisce
nell'epidermide,
portando senza il continuo
apporto di questo
elemento vitale la pelle
si deteriora, perdendo
elasticità e consistenza.
Rocchetta è un'acqua
"amica della pelle",
perché contribuisce
a preservare l'idratazione
della cute dall'interno.
www.ocquesdella salute.it

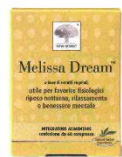
Rimedi naturali

Qualche consiglio per alleviare lo stress

di Alessandra Rovida, naturopata

Visto il periodo appena trascorso, è molto facile sentirsi "fuori dal mondo". Tornare alla normalità non è stato facile. Molti di voi avranno avvertito un aumento di acidità, con conseguenti bruciori e dolori anche a livello articolare. Più è alto lo stress, più il nostro corpo abbassa le difese immunitarie.

La prima cosa da fare, è quella di bere durante la giornata, una bottiglia di acqua con un po' di limone. Tra le innumerevoli proprietà di questo agrume, c'è quella di alleviare l'acidità in eccesso. Se volete, potrete bere il succo di un limone 30 minuti prima di colazione. Per alleviare l'ansia e il peso delle "gambe stanche", potete fare una bella tisana dopo cena a base di melissa, un'ottima rimedio contro l'insonnia notturna, ma è anche un rilassante a livello muscolare. Potreste alternarla anche con del riglio argentato, sempre in tisana. Ricordatevi come ultimo consiglio di mangiare alimenti ricchi di vitamina B (uova, verdure a foglia verde, pesce, latte, lievito di birra).



**NEW NORDE
MELISSA DREAM™**
Le compresse Melissa
Dream™ contengono
estratti di melissa
e tè verde che aiutano
il rilassamento e un sonno
tranquillo, più vitamine
del gruppo B che aiutano
le funzioni del sistema
nervoso. Contengono anche
magnesio che agisce contro
lo stress favorendo un
fisiologico riposo notturno.
60 compresse, 28,95 euro.
In farmacia o su www.nordec.it



**ETNA
CLEAN & SHINE**
Deterge tutte le superfici:
rivestimenti, ceramica,
laminati plastici, superfici
smaltate, acciaio
inossidabile, vetri e specchi.
Ideale per le ante di cucine
e bagno, mobili e laminati
di ufficio. Perfetto
per il top di marmo,
granito, agglomerati
in marmo e quarzo.
Flanillato da 750 ml
con erogatore a spruzzo
(trigger): cartoni da 6 pezzi.

MANDRAROSSA ETNA BIANCO

Mandraro è un brand
che innova senza confini,
per questo nel 2018
ha scelto di proseguire
il progetto, andando alla
ricerca di altri territori
di cui raccontare la vera
essenza. Così nel 2020
vedranno la nascita i Vini
dell'Etna Mandrarossa,
un Nerello Mascalese
e un Carricante in purezza,
figli del suolo vulcanico.
www.mandraro.com