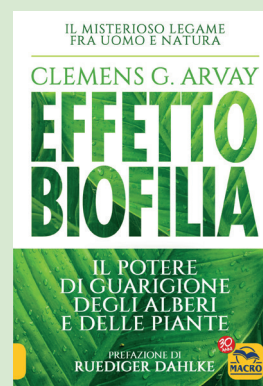


RICONNETTERSI CON LE NOSTRE RADICI

Il potere di guarigione degli alberi e delle piante

Nel corso degli anni si sono susseguiti numerosi studi scientifici che hanno provato i potenti effetti terapeutici che la natura ha sull'essere umano. In particolare le piante riuscirebbero a comunicare con il nostro sistema immunitario, rafforzandolo e mantenendo efficienti le nostre difese. Inoltre una camminata in spazi verdi permette un considerevole aumento delle cellule sane nel nostro corpo, aumento che continua per oltre una settimana, e un miglioramento della respirazione. Per non parlare poi di alcune sostanze rilasciate dagli alberi che sembrano curare alcune patologie. Questo libro vuole proprio analizzare profondamente questa intima relazione tra natura e uomo, grazie anche all'esperienza personale dell'autore, Clemens G. Arvay, biologo, che da anni si occupa degli effetti benefici del vivere a contatto con piante, alberi e animali.

"Effetto Biofilia" di Clemens G. Arvay, Macro Edizioni - € 15,50



AGUNGA

Un capo innovativo nel corredo dei nuovi arrivati

Agunga è un pannolino cucito a mano in modo artigianale secondo la migliore tradizione italiana. È lavabile e realizzato a "km 0" nella sartoria Green Group Industry, azienda olistica di Prato, città per eccellenza dei filati e della tessitura. Ogni capo è unico e di alta qualità con la ricerca, per prima cosa, della comodità, della vestibilità, della leggerezza e della delicatezza del tessuto: il piccolo così sarà protetto e le parti delicate rimarranno fresche. Il pannolino è composto da due elementi: la mutandina impermeabile, con tessuto esterno di cotone 100% biologico, e il tampone con doppia spugna e amido. La mutandina inoltre può anche diventare un elegante costumino per la piscina o un vero e proprio capo d'abbigliamento esclusivo, se abbinato, quando la stagione lo permetterà, a un bel vestitino o a una t-shirt. La novità della collezione Autunno/Inverno sono i pannolini a cui viene aggiunta la fragranza d'arancio, secondo i canoni dell'aromaterapia, per coccolare ancor di più i nostri bambini. Questo profumo, infatti, richiama alla tranquillità e aiuta a distendere i nervi.

www.agunga.it



I "SUPERFOOD" PER CURARE LE OSSA

I cibi vegetali potenti alleati della salute

La Farmacia Boccaccio di Milano ha organizzato, il 21 settembre, in collaborazione con Pharmavegana (associazione finalizzata alle esigenze di vegani e vegetariani), una conferenza dal titolo "La salute di ossa, muscoli e legamenti", concentrata sul contributo fondamentale che danno i cosiddetti "alimenti", ovvero alimenti funzionali ricchi di sostanze nutritive come cranberry, bacche di goji e açai. La dott.ssa Lara Guardavaglia, esperta della stessa farmacia, ha sottolineato la loro importanza per contrastare problematiche fra cui l'osteoporosi, patologia molto comune nelle donne specie dopo la menopausa, dovuta a una carenza di vitamina D e calcio nelle ossa. "Ad esempio - ha spiegato - non tutti sanno che alcune ottime fonti naturali di questo minerale sono di origine vegetale: mandorle, fichi secchi, more di gelso bianco o rucola sono infatti utili a bilanciare quelle proteine animali il cui eccesso, invece, può portare il corpo a una condizione di acidosi che provoca a sua volta penuria di calcio. Allo stesso modo il silicio, importantissimo per unghie e capelli, può essere estratto dal bambù per risultare più facilmente digeribile".

www.farmaciaboccaccio.it