

PSICOLOGIA *práctica*

DESCUBRE QUIÉN ERES y hacia dónde vas

Domina el arte
de **conversar**
y gana amigos de verdad

Transforma **tu dolor**
en una oportunidad para avanzar

Informe

**DETECTA AL
MALTRATADOR**
en las primeras citas

Perdonar te ayuda
a ser más feliz

Pon humor en tu vida
Cómo lograrlo

¿**Buscas pareja**
por internet?
Afirma bien tu personalidad

*** Test**
¿El amor te impulsa
o te esclaviza?





TONIFICA E HIDRATA TU PIEL A DIARIO

Seguro que has oído hablar de los beneficios del Aloe vera, una planta con un gran poder hidratante y regenerante, justo lo que tu piel necesita. Por eso, el aloe es uno de los ingredientes principales de los productos de Naetura, que cuenta además con el certificado Ecocert, que garantiza su práctica respetuosa con el medio ambiente. Si quieres disponer de un cuidado diario de la piel para toda tu familia, libre de sustancias sintéticas, Naetura te propone el Aloe Express: contiene un 85 por ciento de Aloe vera biológico procesado en frío y un 10 por ciento de agua floral de neroli de cultivo ecológico, que añade a los beneficios del aloe sus propiedades calmantes y suavizantes.

Más información:
naetura.com

DERIVADOS LÁCTEOS ¡SIN LACTOSA! Aptos para todos los públicos

Se estima que el 15 por ciento de los españoles tiene intolerancia a la lactosa, por lo que evitan los lácteos, reduciendo así su ingesta de proteínas, calcio, fósforo y vitaminas. Pero esto no tiene por qué seguir siendo así. La compañía láctea Kaiku ha desarrollado una técnica para eliminar la lactosa de la leche sin que pierda sus propiedades nutricionales, y ha lanzado su gama de productos Kaiku Sin Lactosa. Leche desnatada, semidesnatada, yogur natural azucarado, queso emmental y



queso gouda cien por cien digestibles y aptos para personas con problemas digestivos, con inflamación de colon o con la enfermedad de Crohn.

Más información:
kaikusinlactosa.com

PRACTICA YOGA Y APRENDE INGLÉS Regálate una semana de calma en Granada



En la Laguna de El Padul, dentro del Parque Natural de Sierra Nevada, se encuentra este acogedor cortijo, cuyos dueños, experimentados profesores de yoga, organizan cursos del 2 al 9 de junio, del 11 al 18 de junio y del 25 al 31 de agosto. Un regalo redondo para relajar cuerpo y mente.

Más información: kalmayoga.com

EL SECRETO DE LA LEY DE LA ATRACCIÓN Descúbrelo en tu DVD

Te gustan los secretos? Te vamos a desvelar uno: la ley más poderosa del Universo es la Ley de la Atracción. Y, ¿en qué consiste? Quienes mejor te lo pueden aclarar son Esther y Jerry Hicks en su DVD *El secreto de la Ley de la Atracción*. El matrimonio Hicks, pre-

cursor de esta ley, nos revela, entre otras cosas, que si aprendes a canalizar tus actitudes y a atraer pensamientos positivos descubrirás cuáles son las leyes que gobiernan el Universo y cómo hacer que actúen a tu favor.

Precio: 22,95 €

