

Diretta da  
**RAFFAELE MORELLI**

**RIZA**

Posta Italiana s.p.a.  
Sped. in a. b.  
20064 Roma - Poste  
D.L. 353/2003 (art. 1)  
L.23/2/2004 (n.140) art. 1,  
comma 1, LGM



# Dimagrire

**IN SALUTE SENZA STRESS**

Periodico Mensile Luglio 2021 Nr. 231

ITALIA € 3.90 P.I. 20062021

CHIT 230/CHIT F 4 500 - PIR CONT 4 430 - CHS 70/CHS DE 0 930

**IL GONFIORE ADDOMINALE BLOCCA IL METABOLISMO**

## **SGONFIA LA PANCIA PERDI SUBITO UNA TAGLIA**

*Bisogna eliminare le fermentazioni  
Sono loro la causa dei chili in più*

**LE MOSSE VINCENTI CHE FUNZIONANO**  
*Segui il programma dei nostri nutrizionisti  
che agisce direttamente sull'intestino*

**VIA LA MONOTONIA DALLA TAVOLA**

Lo dice la ricerca: mangiare sempre le stesse cose fa ingrassare. Ecco cosa fare

a pag. 68

**NOVITÀ!**



Dimagrire  
è in edicola  
anche con  
il libro *Fai  
la prodigiosa  
dieta alcalina*

**RAFFAELE MORELLI  
RISPONDE AI LETTORI**

**Cambia testa, non dieta!  
Solo così riesci a raggiungere  
facilmente il tuo peso forma**



*Dimagrire*  
LO SPECIALE DI LUGLIO

# PANCIA PIA

con il programmn



Con la consulenza del professor **Marcello Mandatori**, medico, esperto in nutrizione, specialista in ecologia clinica, del dottor **Francesco Garritano**, biologo nutrizionista e di **Silvana Gambaro**, naturopata.

FERMENTAZIONI E CHILI  
IN PIÙ SONO LEGATI A  
DOPPIO FILO. PER PERDERE  
PESO DEVI RIEQUILIBRARE  
L'INTESTINO ED ELIMINARE  
I PROCESSI INFIAMMATORI  
CHE TI FANNO  
ACCUMULARE GRASSO

