

image not found or type unknown



Fecha de publicació:

22/03/2017

Sello Editorial:

Columna Edicions

Contacto de prensa

Nombre: Núria Rosell

Teléfono: 93 492 86 71

Email: nuria.rosell@grup62.com

Nombre: Andrea Cuéllar

Teléfono: 93 492 8211

Email: andrea.cuellar@grup62.com

Nombre: Xavier Gafarot

Teléfono: 93 492 8654

Email: xgafarot@grup62.com

Nombre: Directora de marketing i comunicació AIG: Marta Oliva i Domènech

Teléfono: 93 492 8155

Email: moliva@grup62.com

Com a mi m'agrada

Sílvia Abril

L'actriu Sílvia Abril ens ofereix les claus per mantenir una vida sana.

L'actriu Sílvia Abril ens ofereix les claus per mantenir una vida sana.

La meua vida va fer un gir de cent vuitanta graus després de conèixer el psiconeuroimmunòleg Xevi Verdager, gràcies als canvis que vaig introduir en la meua alimentació. Ingredients nous, coccions diferents, menús inèdits, més vambes que talons...

Tot un repte, però amb humor, alegria i molt d'amor he aconseguit cuidar-me molt millor a mi i a la meua família. Em fa molta il·lusió compartir les receptes que formen part del meu dia a dia, i gràcies al nutricionista Marc Vergés coneixeràs tots els beneficis que poden aportar a la teua salut.

M'hi acompanyes? Som-hi!

Amb la col·laboració de la Generalitat de Catalunya, Departament de Cultura.

Sílvia Abril