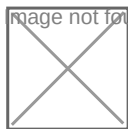


Image not found or type unknown

**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 Verdaguer, gràcies als canvis que vaig introduir en la meua alimentació. Ingredients nous, cocccions 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**