



Cover: iTrunk

la prossima settimana

L'8 ottobre potrai trovare *Starbene* in edicola anche con *Donna Moderna*, al prezzo di 2 €. Altrimenti da solo al solito prezzo di copertina.

Attualità

3 7 giorni con noi

9 Attualità

Quante stranezze nel beauty case

11 Fitness

Scegli la tua palestra

13 Salute

La ricetta elettronica

14 Alimentazione

I corsi di cucina naturale

16 Ecologia

Gli energy park

18 Ambulatori ok

Risonanza magnetica: i centri a Torino

20 Psicologia

Psicologi "col ticket"

21 Shopping

I cinque sensi

22 Un minuto per te

La bellezza di stare insieme

Alimentazione

25 La scelta giusta

La dieta anticolesterolo

28 Ragazzi

Ricette al cioccolato

30 Noi ce la faremo

Ora Claudio si dà al fitness

33 Punta sulla qualità

Il caffè

35 Il piacere a tavola

Le verdure ripiene

39 Gli esperti rispondono

Bellezza

41 Messi alla prova

I cosmetici antimacchia

44 Relax

Il massaggio berbero

48 Beauty farm

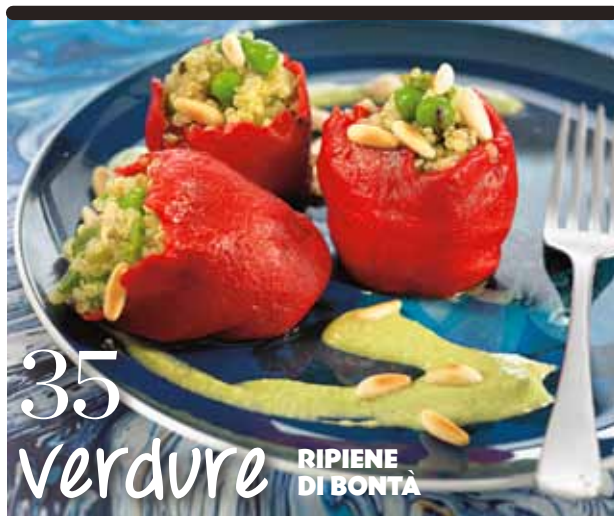
Spa a 5 stelle a Venezia

49 Fai da te

Il pediluvio rilassante

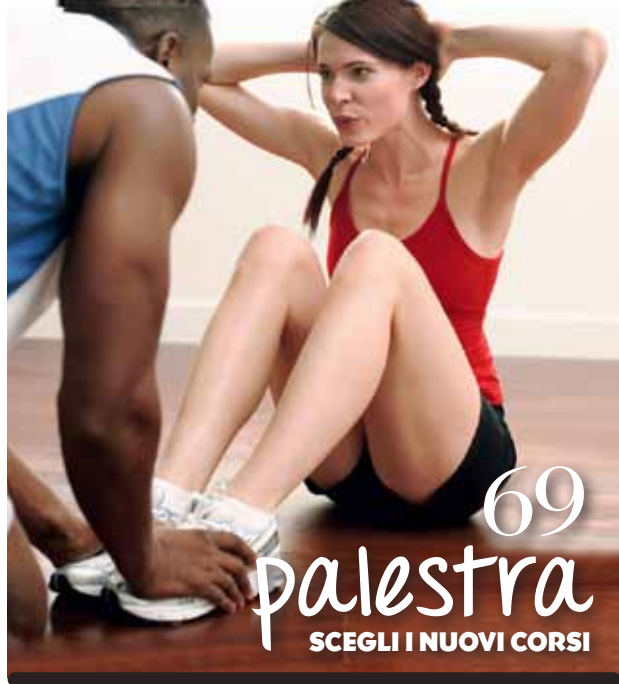
50 Scuola di trucco

Le spazzole più nuove



35
Verdure

RIPIENE
DI BONTÀ



69

palestra
SCEGLI I NUOVI CORSI

52 Moda

I piumini leggeri

53 Gli esperti rispondono

Salute

55 La scelta giusta

Lo strabismo

58 Fai il check

Il test dell'urina fai da te

60 Il tuo farmacista

I dentifrici

61 Il tuo punto debole

La pressione bassa

63 Pronto intervento

Il torcicollo

64 Corpo & mente

I gemmoderivati

66 Uomo

Il naso aquilino

67 Gli esperti rispondono

Fitness

69 Attualità

I nuovi corsi in palestra

72 Il programma su misura

Gli esercizi con la Swiss ball

74 Mettiti alla prova

Il Nordic walking

Ecologia & Co.

77 Ecologia

I trucchi per la spesa low cost

80 Animali

Il pesce rosso

81 La scelta giusta

Gli aspirapolvere senza sacco

Psicologia

83 Attualità

L'eiaculazione precoce

86 Sindromi & complessi

L'invadente

88 Gli esperti rispondono

Tempo per me

89 Leggi

E trovi nuove idee

96 Viaggi

Le vie della spiritualità

98 Armonia cosmica

moda

52
PIUMINI
LIGHT



NON PERDERTI
LO SPECIALE
PELLE PERFETTA
SUL PROSSIMO NUMERO