

LE GAMBERI FOODS

Mangiare e dimagrire

L'estate ci ha regalato il sole, le lunghe giornate, un mare azzurro in cui si specchiava un luminoso cielo. L'estate ci ha regalato anche la freschezza dei gelati, la pizza all'aria aperta, un aperitivo in più con gli amici, qualche giorno di riposo. **L'estate ci ha regalato, forse, qualche chilogrammo.** Tra breve l'estate se ne andrà per far posto all'autunno. Avremo un sole dolce, con giornate più brevi, con il caldo che si attenuerà e con un mare che specchierà un cielo più cupo. L'autunno ci chiuderà di più nelle case. Ed attorno ad un tavolo, in compagnia degli amici, ci farà desiderare di essere libere di mangiare, mentre vorremmo stare a dieta, per perdere quei maledetti chili che abbiamo preso. Ma la parola dieta ci toglie il sorriso, perché sappiamo bene **quanto sia difficile rinunciare ai prodotti farinacei a cui siamo abituati, e ai dolci soprattutto.** Ora queste limitazioni sono superate. Nel negozio **Le Gamberi Foods** si trovano prodotti alimentari con forme e tipologie del tutto simili a quelli tradizionali, che non contengono né farina né zuccheri. Quindi **pasta, pane,**

croissant, biscotti, cioccolata, dolcificante, cracker, grissini, fette biscottate dolci e salate, pizza, snack e tanto altro preparati con miscele contenenti **proteine vegetali e fibre vegetali.** Un'alimentazione aglicidica consente un'alimentazione iperlipidica. Panino con la mortadella? Va bene. O col salame, o con altro che piace? Va bene. Pasta ben condita? Va bene. Cioccolata e dolci ogni volta che se ne ha voglia? Va bene. Un buon bicchiere di vino? Va bene. Perciò niente arrabbiature, niente più diete, ma mangiare ogni volta che si vuole senza limiti di quantità con la certezza di dimagrire. La gioia di vedere il nostro corpo che si modella fino

ad essere magre e belle come desideriamo. E tutto in modo naturale, senza farmaci, senza pillole, senza beveroni. Mantenere il gusto di mangiare e sentirsi sempre appagate. È facile.

Mangiare e dimagrire? Finalmente si può. A Ravenna da Viviana Le Gamberi Foods, viale Newton 70 tel. 0544 478994 www.mangiareedimagrire.it



PROFUMERIE SABBIONI E ETHOS

Premi ai clienti con regali da sogno

In palio Vespe Piaggio e robot Bimby e un nuovo catalogo premi tutto da scoprire

Diciotto mesi per accumulare punti e assicurarsi splendidi regali. Tre settimane per sfidare la fortuna e vincere una Vespa. Sei mesi per portarsi a casa l'innovativo e insostituibile Bimby, il robot da cucina che vi semplificherà la vita in cucina.

Come fare? Semplice: facendo acquisti in una delle Profumerie Sabbioni! Acquistando almeno 50 euro di spesa vi verrà subito regalata la Ethos card, la fidelity del consorzio nazionale di cui le Profumerie Sabbioni fanno parte. Ogni 6 euro di spesa effettuata vi verrà caricato 1 punto e, per 18 mesi (la nuova collezione scadrà, infatti, il 30 aprile 2011), potrete accumulare punti per assicurarvi uno dei bellissimi regali proposti nel nuovo catalogo (dalla comoda bistecchiera, alla tuta sauna, al pratico kit da giardino fino ai buoni spesa da 10, 30 e 50 euro).



Un'ulteriore novità: da dicembre 2009 a maggio 2010 i possessori della Ethos card potranno partecipare anche ad un concorso a vincita istantanea. Ogni volta che faranno acquisti, indipendentemente dall'importo della spesa, presentando alla cassa la loro Ethos, sapranno subito alla chiusura dello scontrino se hanno vinto, o meno,

uno dei super premi in palio: 4 Bimby e una bicicletta da donna Atala, modello Bridge.

Dal 9 al 30 novembre, poi, ci saranno anche tre settimane di promozioni imperdibili: acquistando almeno un prodotto tra quelli in promozione verrà consegnata una cartolina per partecipare al concorso con in palio una Vespa Piaggio LX 125cc 4t di colore blu. Davvero tanti i prodotti in promozione, tra cui, solo per citarne alcuni: profumi di Armani, Calvin Klein, Lancome e Versace, creme Estee Lauder, Biotherm e Clarins, una vasta scelta tra bagnoschiuma, prodotti per capelli, deodoranti, fissativi, fino a piastre e phon professionali. Acquistando almeno un prodotto a marchio Lacoste Challenge (la nuovissima fragranza maschile) si riceveranno, invece, non una ma due cartoline per partecipare all'estrazione di una Vespa Piaggio LX 50cc 2t di colore rosa. Insomma, iniziative, concorsi e promozioni da Sabbioni sono all'ordine del giorno.

E non partite prevenuti dicendo "Tanto non vinco mai". Questo per due motivi: primo perché la dea Bendata può baciare chiunque, secondo perché proprio lo scorso anno un fortunato cliente della Profumeria Sabbioni di via Galilei ha vinto, in un concorso analogo, una fiammante Vespa. Tentare, dunque, non costa nulla!



Valentina Bartolini



Assistenza domiciliare e ospedaliera per malati anziani disabili o persone non autosufficienti

- Badanti 24 ore su 24 a domicilio
- Badanti a ore in struttura ospedaliera e a domicilio
- Pratica di regolarizzazione badanti
- Visita medico specialistica a domicilio
- Assistenza infermieristica domiciliare:
 - Prelievi e consegna referti
 - Medicazioni
 - Flebo
 - Iniezioni
- Fisioterapia a domicilio
- Fornitura di pasti a domicilio
- Servizi coperti da assicurazione rc



Per informazioni e appuntamenti:

Tel. 327 5308774 / 327 5308775 www.adiura.com email: info@adiura.com

ADIURA

Servizi e vantaggi dell'assistenza sanitaria privata e integrata

Dalle "badanti" alle visite specialistiche, alle terapie a domicilio: prestazioni offerte con la massima qualità e professionalità

L'allungamento della vita media porta a un progressivo invecchiamento della popolazione. Partendo da questo presupposto, nel 2008 nasce Aditura - Assistenza sanitaria integrata, il primo esempio di assistenza privata a tutto tondo a Ravenna che mira a dare una risposta concreta ed efficace alle nuove esigenze della società.

«La qualità della vita umana, in ogni momento della nostra esistenza, è un bene fondamentale da proteggere, soprattutto in momenti di malattia, dipendenza fisica o psicologica, anzianità - illustrano Guido e Stefano Gismondi -. La ricerca della cura e del benessere al domicilio o durante la condizione di ricovero è l'elemento base della nostra attività. Il nostro obiettivo è quello di offrire al malato e all'anziano un'assistenza confortevole, qualificata e adeguata alle proprie esigenze, rispettando i principi di libertà, dignità e integrità psicofisica. Il nostro intervento è concordato con il malato e la sua famiglia in funzione delle sue condizioni di salute, delle prescrizioni mediche e degli scopi da raggiungere».

In definitiva quindi, l'assistenza privata di Aditura interviene per integrare o completare le prestazioni socio-sanitarie usuali, fornendo servizi selezionati, referenziati e garantiti che rappresentano un valido alleggerimento e so-

stegno per la famiglia. Il servizio assistenziale più richiesto è quello delle badanti, nuove figure professionali la cui regolarizzazione è stata di recente favorita dal Decreto di sicurezza approvato nel luglio scorso.

«A tal proposito, siamo in grado di proporre badanti residenziali o a ore - aggiungono i fratelli e soci Gismondi -. Nel primo caso, ci occupiamo della selezione di badanti da inserire in pianta stabile in famiglia. In genere, prediligiamo persone, ovviamente in regola con il permesso di soggiorno, in Italia già da tre o quattro anni, con referenze e discreta conoscenza della lingua italiana. Seguiamo i nostri clienti nei primi mesi e ci occupiamo di tutte le pratiche per la messa in regola e di qualsiasi problema giornaliero. A chi ne fa richiesta, proponiamo anche badanti a ore durante tutto l'arco della giornata, sia per ricoveri ospedalieri che a domicilio per piccoli aiuti, quali andare a fare la spesa, andare dal medico o in farmacia».

Tra i servizi di Aditura rientrano anche le visite mediche specialistiche a pagamento, l'assistenza domiciliare (fra cui la preparazione e fornitura di pasti), anche di tipo infermieristico e la fisioterapia riabilitativa a domicilio.

Info: www.adiura.com.