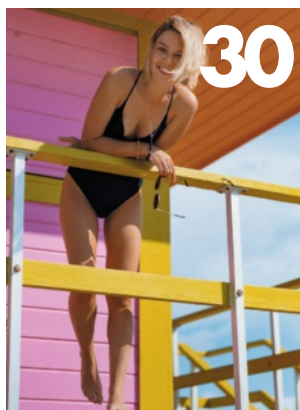




In copertina
Shutterstock

AGOSTO 2026

sommario



30

RUBRICHE

6 Flash

10 Trend

Oltre il giardino

L'INTERVISTA

12 Delia: «È successa una magia»

ATTUALITÀ

16 Micro o macro wedding?

18 La crema solare non basta più

22 Risveglia l'energia dolce

24 Ti presento un'amica



36

LAVORO

28 In viaggio con il pet sitting

LINEA

30 La dieta drena & rassoda per gambe al top

34 Esotici spezzafame

36 Non restare a secco

MEDICINA ESTETICA

40 Tempo di tweakments

42 Il "Gen Z pout" non è solo un selfie

46 Fianchi sottili



74

FITNESS

48 Al ritmo degli ormoni

52 Montagna sicura

54 Push up per i glutei

BELLEZZA

56 Giochi di trasparenze

58 Labbra: metti un filtro

60 Sapore di mare



10

62 Nocciola & pistacchio

64 Sole d'agosto

66 Questione di contorno

68 Non solo bronzer

70 Protezione: parti dai capelli

72 Raccolto estivo

74 Voglia di leggerezza

BENESSERE

76 Fiori a cascata

78 Erbe alpine anticellulite

82 Quest'estate no

84 Otite del nuotatore

FOOD

86 Surgelati: una buona idea

88 Variazioni in viola

OROSCOPO

92 La valigia delle vacanze

FUGHE DI BENESSERE

94 Mindful travel



94