



**DIMENSIONE
BENESSERE**

LA TUA NUOVA DIMENSIONE
DEL BENESSERE



MENSILE FEB 2015 N.2 ANNO III EURO 2,40

**SPECIALE
FERTILITÀ**

La dieta per favorirla
e cosa fare quando il
figlio non arriva

BELLEZZA

Come valorizzare
gli occhi azzurri

**VOGLIA
DI NEVE**

Le Dolomiti
che non ti aspetti

ediz. n. 10
per



ISSN 1120-3462

Dimensione
Benessere in TV
Tutti i sabati
su Canale 5

MENTE

Gli esercizi
per allenare
il cervello

STILE

Sciare
con classe

SALUTE
10 Consigli per
un anno senza
problemi

Programma
Il tuo **benessere!**

Ecco il piano di azione per vivere meglio

BENESSERE • SALUTE • FITNESS • BELLEZZA • TAVOLA • AMBIENTE



DIMENSIONE
BENESSERE

*Guardaci anche
in TV!
Ogni sabato su
canale 5 alle ore
8.45*

CONDOTTO DA TESSA GELISIO

“Dimensione Benessere, una guida pratica per un benessere quotidiano, declinato in ogni azione, in ogni momento; mai banale, mai ripetitiva, ci aiuta ad adottare uno stile di vita teso a farci star bene dentro e fuori”.

Dal mensile di benessere più diffuso in Italia, ‘In Forma Dimensione Benessere’, il magazine televisivo condotto da Tessa Gelisio, in onda il sabato mattina su Canale 5 alle ore 8.45”.





Ogni numero è caratterizzato da un “fil rouge” di stretta attualità stagionale, un approccio di lifestyle emozionale che legherà gli argomenti del mix editoriale e si rifletterà anche nelle rubriche presenti nella testata, che saranno prevalentemente curate da medici specialisti ed esperti settoriali.

A cominciare dai TEMI DEL MESE, temi legati alla salute, che verranno analizzati in tutte le loro componenti e che, per ognuna di esse, proporranno molteplici soluzioni sia di tipo “tradizionale” che “alternativo”. L’apertura mentale contraddistinguerà le proposte: dai rimedi della medicina ufficiale a quelli omeopatici, dai suggerimenti alimentari a quelli sportivi, dall’approccio psicologico a quello comportamentale. Tanti i suggerimenti perchè tutti trovino la propria risposta!

Benessere e

SALUTE

Ogni mese gli esperti rispondono alle domande dei lettori con preziosi suggerimenti.

FITNESS

Dalle problematiche correlate al nostro “modus vivendi”, alle schede dedicate a semplici esercizi ginnici.

BELLEZZA

Una sezione dedicata ai suggerimenti estetici (make-up, hair style, chirurgia estetica), e ai consigli sul look.

A TAVOLA

Cinque chef di grande profilo propongono ogni mese una ricetta ciascuno in base ai prodotti stagionali.

DINTORNI

Rubrica che propone un nuovo approccio al mondo della casa, cura del verde e animali domestici.



www.dimensionebenessere.bio

Diffusione Media: 180.000 copie di cui 100000 in edicola e 80000 distribuite gratuitamente nei punti vendita LillaPois*.

Core Target: donne con un'età compresa tra 30 e 54 anni, di un livello socioeconomico medio.



*Dichiarazione editore



SPECIFICHE **TECNICHE**



Dimensione pagina singola: 200x280 mm + 5 mm abbondanza.

Dimensione pagina doppia: 400x280 mm + 5 mm abbondanza.

Materiali: verranno accettati file in alta risoluzione (PDF chiuso 300 dpi) con crocini di registro e senza barre colore.

Tutti i materiali devono essere consegnati entro e non oltre il 18 del mese antecedente l'uscita all'indirizzo:
traffico@adhoc-consulting.it



Concessionaria in esclusiva:

ADHOC CONSULTING

Via Mecenate 76 32/34 - 20138 Milano - Italy
Telefono: (39) 02 58.01.95.21

Email: marketing@adhoc-consulting.it
Website: www.adhoc-consulting.it