



COMUNICATO STAMPA

**OGGI PRESENTA IL NUOVO SANO&LEGGERO**

***In edicola completamente rinnovato il mensile del brand OGGI, in collaborazione con MELAROSSA, dedicato alla corretta alimentazione, al benessere e agli stili di vita per imparare a stare bene e perdere peso mangiando con gusto***

Milano, 7 gennaio 2019 - **Nuovo anno e nuovo look per Sano&Leggero.** Il mensile del brand **OGGI**, dedicato alla corretta alimentazione, al benessere e agli stili di vita per imparare a stare bene e perdere peso mangiando con gusto, è in edicola più ricco nei contenuti, con una nuova grafica e una coloratissima scansione delle sezioni: dal verde al blu, fino al rosso della *Dieta del mese*: un **programma personalizzato per dimagrire**, a cura di *Melarossa* e studiato appositamente da nutrizionisti, per una dieta bilanciata e gustosa, ispirata ai cibi e alle ricette della tradizione mediterranea, ed estraibile, per averla sempre a portata di mano.



“Il nuovo *Sano&Leggero* è ancora più ricco e colorato, come il cibo che propone. Perché il cibo è allegria, è convivialità e non serve sacrificare il gusto per avere un'alimentazione corretta, come ci spiegano gli esperti e come dimostriamo con ricette e programmi alimentari personalizzati e sfiziosi.” - **spiega il direttore Umberto Brindani** - “Da questo numero poi ancora più idee, dai viaggi al beauty, per un benessere a tutto tondo e tante informazioni per conoscere meglio i prodotti che arrivano sulle nostre tavole e le aziende che li producono.”

**Nuove sezioni e contenuti arricchiscono la rivista RCS**, a partire dal personaggio *Vip* del mese, interprete dei valori della vita sana, attiva e positiva che propone *Sano&Leggero*, che in questo numero vede protagonista *Michelle Hunziker*.

Il nuovo *Sano&Leggero* conduce poi alla scoperta del *Vino*, trattato con un'inedita classificazione in base al territorio di provenienza, e delle *Storie* delle aziende di grande tradizione e d'eccellenza. Il *Viaggio*, tra enogastronomia, sport, turismo sostenibile e tradizioni culturali, a gennaio porta invece in Valle d'Aosta. Indicazioni utili e tante idee beauty poi nella rinnovata rubrica *Bellezza & Benessere*, dedicata questo mese ai consigli e ai trattamenti per la pelle secca.

Tra le tante novità esclusive di *Sano&Leggero*, inoltre, una ricetta ogni mese donata ai lettori da uno *Chef*, a partire da *Davide Caranchini* del ristorante *Materia* di Cernobbio, che propone le sue "Penne, mirtillo e aglio nero, parmigiano e dragoncello".

Nel numero in edicola, non mancano i consueti servizi di educazione alimentare, mercato e “vita sociale light” sotto la diretta supervisione del medico nutrizionista *Luca Piretta*, esperto della rivista. Tra i contenuti: le *fake news* del senza lattosio, la mini-guida ai sali minerali, i cibi che aiutano a combattere gli effetti dello smog, la ginnastica preparatoria agli sport d'inverno e la *dieta del mese*, dedicata a come si combatte il freddo a tavola.

Il nuovo *Sano&Leggero*, in edicola, è supportato da una campagna di comunicazione realizzata da *Hi! Comunicazione*, diramata attraverso i mezzi *RCS*, le emittenti televisive *Mediaset* e *Rai* e con comunicazioni agli iscritti di *Melarossa*. La raccolta pubblicitaria di *Sano&Leggero* è affidata a *Progetto Srl*.

Comunicazione e Ufficio Stampa RCS - Periodici e Sfera

Barbara Ruggeri – [barbara.ruggeri@rcs.it](mailto:barbara.ruggeri@rcs.it) - tel. +39 0225845414 – 3351247734

[www.rcsmediagroup.it](http://www.rcsmediagroup.it) – [www.oggi.it](http://www.oggi.it)