

## travel news

### PERSONAL GUIDE

L'avventura di Moleskine continua. Dopo la riedizione del leggendario taccuino nero, compagno di viaggio tascabile di artisti e intellettuali, esce ora Moleskine City Notebook, guida-taccuino dedicata a 12 città europee. Oltre a 76 pagine bianche per gli appunti personali e 96 di archivio, ogni guida contiene mappe, cartine, fogli mobili e lucidi da sovrapporre alla mappa per tracciare i propri percorsi. In vendita nelle migliori librerie. A Milano da Fnac, Mondadori e Feltrinelli.



Moleskine City Notebook  
ed. Modo & Modo  
[www.moleskine.com/](http://www.moleskine.com/)

## food news

### PERSONAL DIET

Mettersi a dieta senza fatica. Per cinque giorni alla settimana e per un minimo di 2 settimane, Diet To Go consegna a casa o in ufficio una borsa termica con un menù completo: colazione, pranzo, spuntino e cena cucinati secondo il metodo dietetico ASI. Il menù (di 1.200 Kcal per le donne e 1.500 per gli uomini) costa circa 30 € al giorno. Per il weekend è fornito un ricettario con consigli per l'uso.

Per informazioni,  
[www.diet-to-go.com/](http://www.diet-to-go.com/)



ità in  
à più  
nuove  
in  
Gray  
sti, la  
a ne-  
riture  
L'ac-  
ne fir-  
o per  
cofila  
dato,  
i, per  
ll'ap-  
n ses-  
reti a  
irato,  
mente  
augu-  
fown  
li cer-  
avrà  
co», e  
con i  
nale.  
isom-