

EN FAMILIA

Tentempiés divertidos para la piscina

En verano podemos llegar a pasar muchas horas fuera de casa, pero eso no debe ser un impedimento para que los más pequeños disfruten de una merienda o un tentempié de media mañana saludable, que les ayude a cargar las pilas para seguir dando guerra, sin necesidad de recurrir a la bollería

Bebedino

Doce botellines coleccionables para que los niños se alimenten y al mismo tiempo imaginen aventuras

**Griego**

El mejor yogur del mundo ofrece dos nuevas variedades, mora y fresa, a partir de la receta original

**Actiguerreros**

Su nuevo diseño son tres personajes de Actimel: Ele (azul) Casei (amarillo) y Nitass (morado)



FOTO: www.jmarior.net

Aunque parezca mentira, el verano es una de las épocas del año en que más energía consumimos, especialmente cuando estamos al cargo de los más pequeños. Playa, piscina, parque... la actividad no cesa y es necesario asegurarnos que nuestros niveles de energía y el de nuestros hijos no llegue nunca a estar bajo mínimos. Por eso, durante esta época es habitual encontrar los productos estrella de la temporada pero con nuevos formatos, más prácticos. **Marc Carrión**, del equipo de marketing de Actimel, desvela que uno de los objetivos del departamento es "conseguir un componente de juego que haga que los niños disfruten más de la merienda". Esa intención ha dado como resultado el nuevo, divertido y personalizable formato de Actimel, al que han bautizado como los Actiguerreros, una forma de acercar los productos lácteos a los más pequeños, haciendo su ingesta mucho más divertida. La idea es que los niños ganen autonomía y puedan merendar ellos solos, sin dejar de jugar y al mismo tiempo fomentar su imaginación. De todos modos, los más pequeños no tienen por qué ser los únicos protagonistas del verano. También el mercado presenta novedades para los mayores, para que rellenen sus neveritas de playa con productos saludables. Porque aunque a menudo el verano esté asociado a los excesos, nunca es tarde para cambiar esa tendencia y empezar a disfrutar de un verano delicioso y sano. ■

¿TIENES PLAN? Música a la fresca



FESTIVAL DE PERALADA Hasta el próximo 17 de agosto pasarán por sus increíbles jardines artistas como Miguel Bosé o Alejandro Sanz. Este año, la ópera y la danza ganan un espacio principal, en homenaje del bicentenario del nacimiento de Verdi.



PORTA FERRADA El festival de Sant Feliu de Guíxols es el más antiguo de los que se celebran en Catalunya. Este año, Diego el Cigala y Niña Pastori encabezan el cartel de participantes.



CAP ROIG Su Jardín Botánico acoge cada año el mayor evento musical de la Costa Brava, en un espectacular auditorio al aire libre frente al mar. Ainoa Arteta, Enrique Iglesias o Katie Melua son algunos de los artistas de esta edición.