

PRESSMEDDELANDE

GODA VANOR

– ett helt NYTT MAGASIN från Året Runt!

Goda Vanor ger dig allt som förenar det njutbara med det hälsosamma här i livet!

Fullmatad med läcker, hälsosam mat och recept! Proppfull med tips, råd och inspiration för aktiva kvinnor.

Året Runts succéavdelning Goda Vanor har vuxit och blivit tidningens första oneshot någonsin!

I morgon tisdag **17 april**, kommer Aller media ut med en helt ny tidning i butik. Det är ett lustfyllt magasin med tyngdpunkt på god och hälsosam mat och inspirerande hälsoråd.

– Goda Vanor förenar mat och hälsa, de två stora områdena som är kärnan i Året Runt, säger Året Runts **chefredaktör Eva-Stina Sandstedt**.

Magasinet riktar sig till kvinnor och är fullt av fantastiska bilder och oumbärliga recept på ljuvlig mat och härligt bak. Här finns allt från oemotståndliga GI- och LCHF-recept till kalorismål festmat! Varje recept är kaloriberäknat och läsarna ser också hur mycket protein, fett och kolhydrater varje portion innehåller.

– Det är ett magasin som visar att det visst kan vara lustfyllt att leva hälsosamt. Det går att äta gott och ändå inte tappa formen, säger Eva-Stina Sandstedt.

Redaktör för Goda Vanor är **AnnCharlotte Jägberg** och tidningen är formgiven av **Catarina Åhlander**.

För mer information, frågor och fler bilder: Redaktör AnnCharlotte Jägberg, 08-679 47 93
Ansvarig utgivare och chefredaktör, Eva-Stina Sandstedt, 08-679 47 88

