

SANTÉ & BIEN-ÊTRE POUR ELLE

SANTÉ

& bien-être

POUR ELLE

BEAUTÉ

Maquillage printanier

**COIFFURES
TENDANCES**
en pas à pas

ALLERGIE RESPIRATOIRE

Je vis (bien) avec !

ALZHEIMER & COMMUNICATION

Ne pas renoncer !

EUTHANASIE

Où en sommes-nous ?

SOCIÉTÉ

Nos enfants victimes
de la **SÉDENTARITÉ**

BIEN-ÊTRE

*Je choisis
la phytothérapie*

MINCEUR & VITALITÉ

- ▶ MA CURE VÉGÉTARIENNE
 - ▶ MENUS ET RECETTES
 - ▶ **Je crée mes COSMÉTIQUES MINCEUR**
 - ▶ MASSAGE THAÏ *mon soin vitalité*
- + TOP 5 des plantes détox**

n°9 • avril-mai-juin 2014

L 15096 - 9 - F: 2,80 € - RD



SE DÉSTRESSER

En moins
de 5 minutes

C'EST L'HISTOIRE...

Des premiers
PACEMAKERS

HYPERACTIVITÉ

Stop à la
banalisation !

ZOOTHÉRAPIE

Quand l'animal
est médiateur



ACTUS BEAUTÉ

En route pour le Brésil !

Birchbox a élaboré la formule imparable pour vivre la Coupe du Monde de football 2014 comme de belles cariocas ! L'expert beauté décline sur le thème du Brésil une box en édition limitée en partenariat avec Hipanema : le bijou star de la marque, une sélection pointue de soins et maquillage cultes made in Brasil, le tout assaisonné de découvertes et de surprises.

Disponible à partir du 1^{er} juin - série limitée - 49 €
www.birchbox.fr

Les Françaises ont-elles la foot attitude ?

48 % des femmes annoncent qu'elles regarderont les matchs de la Coupe du Monde au Brésil en juin 2014.

32 % des femmes se font les ongles devant les matchs de foot.

93 % des femmes organisent généralement une soirée entre filles ou une soirée cocooning pendant les matchs de foot.

Étude menée en février 2014 par Birchbox sur un panel de plus de 400 femmes.

NATUREL

Le + beauté

Riche en acides gras insaturés, en vitamine E, et source de composés protecteurs comme les phytostérols et les phospholipides, l'huile de noix du Brésil apporte douceur, confort et élasticité à la peau tout en jouant son rôle d'antioxydant naturel. Sèche, elle pénètre parfaitement à l'intérieur du cheveu et constitue un soin d'exception pour les pointes abîmées et fourchues.

Huile végétale de noix du Brésil bio - 6,90 €

www.aroma-zone.com



Conseils beauté



Frédérique Alcaraz
Make-up artist
chez
Couleur Caramel

Le look idéal

✓ En journée, le maquillage nude pour un effet naturel et bonne mine, qui va aussi bien aux jeunes femmes qu'aux femmes matures.

✓ En soirée, un maquillage charbonneux avec un rouge à lèvres nude et très peu de fard à joues ou alors un maquillage glamour avec un trait d'eye-liner, deux couches de mascara et un rouge à lèvres rouge mat.

Les erreurs à ne pas commettre

- ✗ Les yeux hiboux causés par un anticerne trop clair.
- ✗ Le ton sur ton : un fard bleu sur des yeux bleus.
- ✗ Un teint trop poudré qui accentue les traits.

La puissance des plantes amazoniennes

De l'association innovante de plantes fraîches (acérola, algues, argile) en cosmétologie, se dévoile ce masque à l'acérola qui agit comme une seconde peau pour profiter de tous les bienfaits de la cerise d'Amazonie gorgée de vitamines C aux vertus antioxydantes. Effet « coup d'éclat » garanti !

Masque Coup d'éclat à l'acérola - 21 €

www.guayapi.com





CARNET D'ADRESSES

- 2B** - www.2b.eu
- 3M** - www.solutions.3mfrance.fr
- AFTOC** - www.aftoc.org
- AGETI** - www.agetit.fr
- ADMD** - www.admd.net
- ANNEMARIE BORLIND** - www.borlind.com
- ARCANCIL** - www.arcancil.com
- AROMA**ZONE - www.aroma-zone.com
- AVON** - www.avon.fr
- BASSAM FATTOUH** - www.bassamfattouh.com
- BENEFIT COSMETICS** - www.benefitcosmetics.com
- BIO PLANETE** - www.bioplanete.com
- BOBBI BROWN** - www.bobbibrowncosmetics.fr
- BRAUN** - www.braun.com
- CARITA** - www.carita.fr
- CAUDALIE** - www.caudalie.com
- COMPTOIR DES LYS** - www.comptoirdeslys.com
- DIETWORLD** - www.dietworld.eu
- DOUCE BOUILLOTTE** - www.doucebouillotte.fr
- DURANCE** - www.durance.fr
- EAU CELTIC** - www.eauceltic.com
- ÉDITIONS JOUVENCE** - www.editions-jouvence.com
- ELIXIRS & CO** - www.lesfleursdebach.com
- EPII'SPRING** - www.epilspring.com
- E SWIN** - www.e-swin.com
- FRANCOIS NATURE** - www.francois-nature.com
- FRDP** - www.bioregard.fr
- GARANCIA** - www.garancia-beauty.com
- GILLETTE** - www.gillette.fr
- GHD HAIR** - www.ghdhair.com
- GUINOT** - www.guinot.com
- HOLISTE** - www.holiste.com
- HUILERIE VIGEAN** - www.huileriesvigean.com
- INGRID MILLET** - www.ingridmillet.com
- INSTITUT FRANÇAIS DE ZOTHÉRAPIE**
www.institutfrancaisdezootherapie.com
- KADALYS** - www.kadalys.com
- LA SULTANE DE SABA** - www.lasultanedesaba.com
- LABELL PARIS** - www.intermarche.com
- LABORATOIRE DRS COULET**
laboratoiredrscoulet.com
- LAINO** - www.laino.fr
- LAURENCE DUMONT** - www.laurence-dumont.fr
- LISANDRA** - www.laboratoire-lisandra.com
- LOGONA** - www.logona.com
- LOREN KADI** - www.lorenkadi.com
- LUMIE** - www.lumie.fr
- MAC** - www.maccosmetics.com
- MONT ROUCOUS** - www.mont-roucouis.com
- NAIR** - www.nair-epilation.fr
- NATURE & DECOUVERTES**
www.natureetdecouvertes.com
- NATURE ALGUES** - www.nature-algues.com
- LISANDRA** - www.laboratoire-lisandra.com
- MAVALA** - www.mavala.com
- PB COSMETICS** - www.pb-cosmetics.ma
- PHARMA NORD** - www.pharmanord.fr
- PHYTALESSENCE** - www.phytalescence.com
- PHYTOSUN ARÔMS** - www.phytosunaroms.fr
- REVLON** - www.revlon.com
- SANTE NATURKOSMETIK** - www.sante.de
- SEPHORA** - www.sephora.fr
- STALLERGENES** - www.stallergenes.com
- TALIKA** - www.talika.fr
- TEVA SANTÉ** - www.teva-france.fr
- THERMES DE CAPVERN**
www.thermesdecapvern.com
- TOO FACED** - www.toofaced.com
- YVES ROCHER** - www.yves-rocher.fr