

# santé

Le GUIDE  
des  
solutions  
naturelles

HIVER

PRINTEMPS

ÉTÉ

AUTOMNE

## GRIPPE, RHUMES, ALLERGIES, GASTRO...

Nos moyens d'y échapper  
(ou de s'en sortir)

DOS,  
ARTICULATIONS  
même pas mal !

Je m'en  
débarresse :  
Stress, tabac,  
migraine...

Toute une année  
sans médicaments

N°1079

3,95€



3 264420 410123

Belgique 4,10€ - Luxembourg 3,98€

Quel sport  
pour m'aider ?

# Ma trousse idéale

## Les soins indispensables du printemps!



### HYDRATER ET PROTÉGER

Cette crème de jour hydrate et illumine le teint sans oublier de nous protéger des premiers rayons du soleil grâce à son filtre UV. **Picture perfect day, Formula 10.0.6, 14 € env. (75 ml).**

### CONTENIR LA REPOUSSE

Pour afficher des gambettes toujours nettes, un lait hydratant qui retarde la repousse. **Acorelle, lait minimiseur de repousse, 30 € env. (75 ml), déo minimiseur de repousse, 13 € env.**



### RÉVEILLER L'ORGANISME

Un cocktail de plantes inspiré par la médecine chinoise pour accompagner le changement de saison. **Complément alimentaire printemps, Laboratoire Bimont, 45 € env. (100 gélules).**

### ÉLIMINER LESTOXINES

Tonus et drainage intensif grâce à l'action couplée du pissenlit et du citron. **Laboratoires Juvamine, Infusion détox, 3 € env., Gélules détox, 6 € env.**



### RESPIRER UN AIR PLUS SAIN

Un complexe d'huiles essentielles qui assainit l'air ambiant et vous débarrasse des acariens. **Essential Elements, Diffuseur Iris, 60 € env., recharges Air box, 15 € env. (3 capsules).**



## La pharmacie des petits !



### SOIN DÉO

Sans alcool, une gamme de déodorants destinés à nos ados. Les odeurs corporelles sont neutralisées et la peau préservée. **Déodorant gingembre ou vanille, Born to bio, 4 € env. (75 ml).**



### LA CHASSE AUX SPOTS !

Un complexe d'huiles essentielles pour libérer les pores des peaux bourgeonnantes de nos ados. Calme les peaux irritées. **Lotion déboutonnez-moi, Indemne, 20 € env. (50 ml).**

### RITUEL BEAUTÉ DES JEUNES FILLES

Une mousse nettoyante toute douce qui désincruste les pores et élimine les impuretés et les traces de pollution. **Mousse nettoyante, Lady green, 15 € env. (125 ml).**



## RETROUVER UN TEINT LUMINEUX

Un soin masque qui capture les impuretés incrustées et redonne de l'éclat aux teints brouillés.

**Masque visage 14, Baija, 24 € env.**



## À CHACUNE SA DÉTOX

En sticks, en gélules ou en concentré à boire, tout est bon pour purifier l'organisme et éliminer les toxines. **Fleurance nature, gamme détox, à partir de 12 € env.**



## FAIRE PEAU NEUVE

On réveille sa peau en douceur avec ce scrub gourmand au miel et respectueux de l'épiderme. **Gommage festin royal, Baija, 12 € env. (70 ml).**

## DRAINAGE

Idéal pour réguler la fonction hépatique après les excès alimentaires de l'hiver. **Hydrolat de romarin à verbénone, Aroma-zone, 3 € env. (100 ml).**