

Le féminin qui fait du bien

DÉCEMBRE 2014
N°468 - 1,70 €

santé

santemagazine.fr

uni
éditions

L 14315 - 468 - F - 1,70 € - RD

magazine

NOUVELLE FORMULE

1,70
1€
SEULEMENT!

-3 KILOS EN 2 SEMAINES

LE WEIGHT
WATCHERS

SPECIAL FÊTES

Les bons réflexes pour
anticiper et réparer les excès

PRÉMÉNOPAUSE
Cycles irréguliers,
bouffées de chaleur,
prise de poids...
Les solutions sans
hormones

LA VALÉRIANE
POUR RETROUVER
UN BON SOMMEIL

**RHUME, TOUX
GRIPPE, GASTRO...**

Nos ordonnances
naturelles

POUR TOUTE LA FAMILLE

MAL DE DOS

ET SI C'ÉTAIT UN PROBLÈME
DE POSTURE ?

MESURER SA FORME

Les objets connectés
tiennent-ils leurs promesses ?

15 FAÇONS
DE CULTIVER
L'OPTIMISME

PAROLES
DE FEMMES
ELLES FONT
DIX ANS DE
MOINS

PROSTATE
Un nouveau traitement
sans chirurgie

beauté INFOS EXPRESS

Zoom

sur l'extrait de pin

Il fait partie de la grande famille des antioxydants, et les marques rivalisent de prouesses pour en extraire les ingrédients les plus actifs. Chez Ixxi, l'OPC de Pin maritime des Landes est 30 fois plus puissant que la vitamine C.

Résultat: un actif très performant pour les soins anti-âge, et plus récemment dans une nouvelle gamme qui cible les imperfections. Chez Océopin, l'huile de graines de pin maritime est obtenue par simple pression à froid, et contient 70 % d'acides gras essentiels bons pour la peau.

Shopping

Océopin Huile de graines de pin maritime, 68 € les 30 ml en pharmacies et boutiques bios. Ixxi Initial Perfection Soin mat équilibrant, 24,90 €. En pharmacies.



9 SUR 10!

C'est le nombre de femmes qui déclarent mettre du lait pour le corps régulièrement, 5 fois par semaine en moyenne. Ce petit sondage a été fait auprès de femmes qui achètent souvent leurs cosmétiques en pharmacies.

Source A-Derma.

LE TOP 6 DES PLUS JOLIS COFFRETS

Les offres de coffrets se multiplient pour Noël. L'occasion de faire plaisir...

1 Voluptueux : il fera le bonheur d'une sensuelle nonchalante qui aime se prélasser dans sa salle de bains, avec un vaporisateur 100 ml + un gel douche 50 ml + un lait corps 50 ml. Coffret Gingembre Roger & Gallet, 39,10 €. En pharmacies.

2 Douillet à souhait : sa petite boîte est notre coup de cœur. Elle renferme une crème mains + un baume lèvres + un savon parfumé. L'Occitane coffret Joyeuses fêtes, 20 €. Dans les boutiques de la marque.

3 Anti-âge : la grenade est un actif anti-âge de référence. Le coffret comprend : une crème mains + une huile régénératrice + une crème de douche. Weleda Coffret Grenade, 29,90 €. En pharmacies et instituts.

4 Very make-up : sa pochette laquée rouge ne vous quittera plus, avec un mascara + un blush + 2 rouges à lèvres + 4 ombres à paupières. Clarins palette de maquillage Noël 2014, 46 €. En parfumeries.

5 100 % belle peau : il est inspiré de la gamme visage du même nom. Il contient : un pot de crème + un tube en format voyage + un échantillon de sérum. Vichy Coffret Idealia, 28 €. En pharmacies.

6 Sophistiqué : le plus de ce coffret ? Il est "personnalisable". Il contient : une crème hydratation optimale + un soin de 45 min (avec diagnostic préalable). Ioma Coffret instant beauté, 88 €. Chez Marionnaud.

