

HORS-SÉRIE FÉVRIER 2017

# Femme actuelle

RÉÉDITION DE NOTRE  
BEST-SELLER

+  
11 pages  
d'idées  
créatives  
à faire  
soi-même

# 750 Trucs & astuces

de grand-mère

**Et aussi:**

LES REMÈDES D'HIER QU'ON ADORE - LE GUIDE DU DÉTACHAGE EXPRESS -  
JARDINER AVEC LA LUNE - ON NE JETTE RIEN, ON CUISINE TOUT! - DÉCOCTION,  
GROG: LES SECRETS DES BOISSONS BIEN-ÊTRE - MON KIT BEAUTÉ VINTAGE...



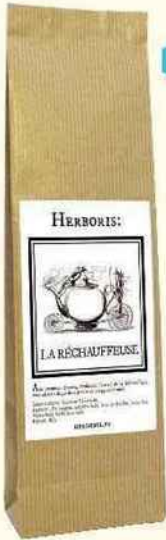
# SHOPPING

## Naturellement sain!

Envie de se remettre daplomb ou tout simplement de s'offrir un agréable moment de détente? Nous avons sélectionné huit produits naturels qui vous veulent du bien.

### ANTI-COUPS DE FROID

Frissons, mains et pieds gelés? On laisse infuser 5 à 7 min ce mélange composé de pin, marjolaine, reine-des-près, verveine, menthe et sureau, on ajoute un trait de jus de citron et un soupçon de miel, on sirote sous sa couette, et l'état fébrile ne sera bientôt plus qu'un lointain souvenir. **Infusion la réchauffeuse Herboris**, sachet de 100g, 9,70€.



### AMBIANCE MÉDITATIVE

Plus de 40h de diffusion pour ce format XXL en cire 100% naturelle! En plus de créer une atmosphère boisée chaleureuse au cœur de l'hiver, le cèdre a des vertus anti-stress et apaisantes propices à la méditation. Bougie 3 mèches cèdre. **Esteban chez Natures & Découvertes**, 500g, 39,95€.

### TRIO ÉNERGISANT

Quelle que soit l'heure, on fait le plein d'énergie grâce aux pouvoirs des fleurs de Bach: le matin, on pschitte la brume; tout au long de la journée, on se shoote au spray buccal; en cas de fatigue, on applique le roll-roll sur le creux de ses poignets. **Coffret Rituel de bien-être énergie, Elixirs & Co**, 27,50€.



### ASSAINISSANT

Un seul pschitt et ce complexe exclusif à base de 28 huiles essentielles libère la maison des bactéries, des champignons et même des virus. Et grâce à son parfum de lavande et de plantes aromatiques, il dissipe durablement les mauvaises odeurs en s'attaquant à leur source. **Spray purifiant Bio Provence Revel Essence**, 180ml, 12,95€.



### RECONSTITUANT

Bon vieux remède de grand-mère, le lait de poule fait son retour! Composée de jaune d'œuf, de lait, de sucre et d'épices (gingembre, vanille, cannelle, noix de muscade), cette potion ancestrale n'a pas son pareil pour réconforter, fortifier et favoriser le sommeil de toute la famille. **Eggnog Vitaflor**, boîte de 160g, 8€.



### DÉCONTRACTURANT

Inspirée du célèbre baume chinois, cette formule composée, entre autres, de camphre, menthol, eucalyptus et sang du dragon (résine amazonienne) décongestionne et soulage les muscles après le sport. Chauffante, elle peut être appliquée avant, en préparation. **Baume des litans rouge, Laboratoires Bimont**, stick de 20g, 9€.



### ULTRA-NUTRITIVE



L'huile de foie de morue revient sous forme de gélules. L'occasion de faire le plein d'acides gras et de vitamines A et D, sans faire la grimace! **Huile de foie de morue, Laboratoires Juvamine**, boîte de 30 gélules, 5,90€.

### APAISANT

Stress, surmenage, déprime passagère... Formulé à base d'extrait de rhodiola rosea, de miel d'orange, de fleur d'oranger et de vitamine B6, ce spray ramène instantanément le calme et la sérénité, et apporte une énergie positive. **Spray anti-stress, Famille Mary**, 20ml, 8,90€.





# Carnet d'adresses

## A

**Algoflash** [algoflash.fr](http://algoflash.fr), dans les jardineries et grandes surfaces de bricolage  
**Alinéa** [alineia.fr](http://alineia.fr)  
**Ambiance & Styles** [ambianceetstyles.com](http://ambianceetstyles.com)  
**AM.PM** [ampm.fr](http://ampm.fr)  
**lrcopal** [latabledarc.com](http://latabledarc.com) ou dans les magasins Leclerc, Cora ou L'incroyable

## B

**Babyliss** [babyliss.fr](http://babyliss.fr)  
**Baumalu** [mathon.fr](http://mathon.fr)  
**Bayer Healthcare** en pharmacie  
**Beija Flor** [beijaflorworld.com](http://beijaflorworld.com)  
**Belle de Jour** [belle-de-jour.fr](http://belle-de-jour.fr)  
**Bio by Nuxe** [fr.nuxe.com](http://fr.nuxe.com)  
**Boho** [bohocosmetics.com](http://bohocosmetics.com)  
**Boiron** [boiron.fr](http://boiron.fr), en pharmacie  
**Bosch** [bosch-do-it.com](http://bosch-do-it.com)  
**Botanique Editions** [botaniqueeditions.com](http://botaniqueeditions.com)  
**Bourjois** [bourjois.fr](http://bourjois.fr)  
**BSI** [jardiland.com](http://jardiland.com)

## C

**Caron** [parfumscaron.com](http://parfumscaron.com)  
**Casa** [casashops.com](http://casashops.com)  
**Castorama** [castorama.fr](http://castorama.fr)  
**Chevalier Diffusion** [mathon.fr](http://mathon.fr)  
**Claire's** [claires.fr](http://claires.fr)  
**Clairland** jardineries, grandes surfaces de bricolage, grandes surfaces alimentaires  
**Compagnie de Provence** [compagniedeprovence.com](http://compagniedeprovence.com)  
**Couleur Chanvre** [couleur-chanvre.com](http://couleur-chanvre.com)  
**Culinarion** [culinarion.com](http://culinarion.com)

## D

**Décamp'** [jardiland.com](http://jardiland.com)  
**Delpeyrat** [delpeyrat.com](http://delpeyrat.com), en grandes et moyennes surfaces (GMS)  
**Deroma** [jardiland.com](http://jardiland.com)  
**De Saint Hilaire** [de-sainthilaire.com](http://de-sainthilaire.com)  
**Docteur Valnet** [docteurvalnet.com](http://docteurvalnet.com)  
**Durance** [durance.fr](http://durance.fr)

## E

**Elixirs & Co** [lesfleursdebach.com](http://lesfleursdebach.com)  
**Elle & Vire** GMS et elle-et-vire.com  
**Emile Henry** [mathon.fr](http://mathon.fr)

**Esteban** [esteban.fr](http://esteban.fr)

**Etamine du Lys** [comptoirdeslys.com](http://comptoirdeslys.com)  
**Eyes Lips Face** [eyeslipsface.fr](http://eyeslipsface.fr)

## F

**Famille Mary** [famillemary.fr](http://famillemary.fr)  
**Fleurance** [fleurancenature.fr](http://fleurancenature.fr)  
**Fleury Michon** [fleurymichon.fr](http://fleurymichon.fr), en GMS  
**French Rosa** [frenchrosa.com](http://frenchrosa.com)

## G

**Gaiia** [gaiia-shop.com](http://gaiia-shop.com)  
**Galeries Lafayette** [galerieslafayette.com](http://galerieslafayette.com)  
**Graines en folie** [jardins-animes.com](http://jardins-animes.com)

## H

**H2O Home** [H2O-at-home.com](http://H2O-at-home.com)  
**Houra** [houra.fr](http://houra.fr)

## I

**Ikea** [ikea.com](http://ikea.com)

## J

**Jardinor** [leroymerlin.fr](http://leroymerlin.fr)  
**Jardins Animés** [jardins-animes.com](http://jardins-animes.com)

## L

**Laboratoire Kleire** [kleire.fr](http://kleire.fr)  
**Laboratoires Bimont** [laboratoiresbimont.fr](http://laboratoiresbimont.fr)  
**Laboratoires Juvamine** [juvamine.com](http://juvamine.com)  
**Laboratoires Mercurochrome** [mercurochrome.fr](http://mercurochrome.fr), en GMS  
**La Corvette** [la-corvette.com](http://la-corvette.com)  
**Ladrôme** [ladrome.bio](http://ladrome.bio)  
**La Ratte du Touquet** [larattedutouquet.com](http://larattedutouquet.com), en GMS  
**La Trésorerie** [latresorerie.fr](http://latresorerie.fr)  
**Leclerc** [e-leclerc.com](http://e-leclerc.com)  
**Leonor Greyl** [leonorgreyl.com](http://leonorgreyl.com)  
**Lhomme lefort** [jardiland.com](http://jardiland.com)  
**L'Oréal Paris** [loreal-paris.fr](http://loreal-paris.fr)

## M

**Madam Stoltz** [madamstoltz.dk](http://madamstoltz.dk)  
**Make up For Ever** [makeupforever.com](http://makeupforever.com)

**Mas du Roseau** [masduroseau.fr](http://masduroseau.fr)  
**Mathon** [mathon.fr](http://mathon.fr)

## N

**Naturactive** [naturactive.fr](http://naturactive.fr)  
**Natures & Découvertes** [natureetdecouvertes.com](http://natureetdecouvertes.com)  
**Nivea** [nivea.fr](http://nivea.fr)

## O

**Osmobio** [jardins-animes.com](http://jardins-animes.com)

## P

**Pacifica** chez Monoprix, [monoprix.fr](http://monoprix.fr)  
**Paulette** [chezlapaulette.com](http://chezlapaulette.com)  
**Paul & Joe** [paul-joe-beaute.com](http://paul-joe-beaute.com)  
**Phyt's** [phyts.com](http://phyts.com)  
**Picard surgelés** [picard.fr](http://picard.fr)  
**Pierre Fabre** [pierre-fabre.com](http://pierre-fabre.com), en pharmacie  
**Puresentiel** [puresentiel.com](http://puresentiel.com)

## R

**Rainett** [rainett.fr](http://rainett.fr)  
**Revelescence** [revelescence.com](http://revelescence.com)

## S

**Sabaton** [sabaton.fr](http://sabaton.fr)  
**Sanoflore** [sanoflore.fr](http://sanoflore.fr)  
**Sema Design** [semadesign-deco.fr](http://semadesign-deco.fr)  
**SuperDiet** [superdiet.fr](http://superdiet.fr), dans les magasins bios, en pharmacie et parapharmacie  
**Synthol** [fr.gsk.com](http://fr.gsk.com), en pharmacie

## T

**Téfal** [tefal.fr](http://tefal.fr)  
**The Vintage Cosmetic Company** [thebeautyst.com](http://thebeautyst.com)  
**T.LeClerc** [t-leclerc.com](http://t-leclerc.com)

## W

**Weleda** [weleda.fr](http://weleda.fr)

## Z

**Zao** [zaomakeup.com](http://zaomakeup.com)  
**Zara Home** [zarahome.com](http://zarahome.com)