

FEMME ACTUELLE
Presse Hebdomadaire Nationale
DU 12 AU 18 JANVIER 2009
Audience / Lectorat : 1053171 Exemplaires



Mes doudoudous de l'hiver

Baume réconfort, spray aux plantes... Voici tous les mini-objets bien-être incontournables à glisser dans son sac à main ou le tiroir du bureau.

J'ai un petit coup de blues

Les people adorent les Fleurs de Bach! A commencer par la fameuse « moutarde des champs » qui permet de retrouver sérénité, bonne humeur et joie de vivre. Diluez deux gouttes de cette essence naturelle dans un verre d'eau et buvez par petites gorgées tout au long de la journée.

❖ Fleurs de Bach « Mustard », 11,50€. (1)

Je suis « moulu »

Très riche en huiles essentielles, ce joli baume de massage soulage les douleurs musculaires causées par un coup de froid. En plus, on peut aussi l'utiliser pour calmer la toux. Côté pratique: on applique juste une noisette de cet onguent qui sent délicieusement bon sur les zones tendues ou sur la poitrine, et ça soulage.

❖ Baume chinois, Arkomédika, 9,80€. (2)

J'ai le nez bouché

Véritable concentré d'huiles essentielles, cet inhalateur contient également des extraits naturels de camphre et de menthol qui dégagent les voies respiratoires.

❖ Inhalateur aux huit plantes, Vegebom, 3,55€. (3)

Je dors mal

A base d'huiles essentielles de lavande et de camomille, reconnues pour leurs vertus apaisantes, ce baume se dépose sur les tempes juste avant de se glisser sous la couette pour détendre et faciliter l'endormissement.

❖ Marchand de sable, Lush, 7,30€. (4)

Je me sens patraque

Ce mini-spray renferme des huiles essentielles 100% bio, purifiantes et

