



nouveautés
bien-être

**Le +
forme**

Le brownie des winneuses

Pas question de courir le ventre vide ! Facile à préparer (on dilue un sachet dans de l'eau tiède, 30 minutes au four et c'est prêt), ce moelleux au cacao, miel et gelée royale bio, sans gluten ni lactose, est destiné à prévenir la baisse de forme. Bourré d'énergie et hyperdigeste, il est conseillé de le consommer 1h30 avant l'effort. Et une fois cuit, on peut le conserver au frigo ou au congélateur. Courir ? C'est du gâteau !



MelTonic, boîte de 400 g, 12,90 € sur meltonic.fr. Plus d'infos : 02 41 55 75 52.



C'est de saison **MENUS BELLE PEAU** Coup de soleil, petits boutons... pensez d'abord à votre assiette. Une dermato livre ses secrets et recettes bourrées d'antioxydants. Un livret à dévorer ! « Mon cahier beautyfood ». 9,90 €. Marabout.

87%
DES FEMMES

PRÉFÈRENT LES TORSSES VIRILS...

... mais entretenus tout de même ! Si le poil hirsute n'a pas vraiment la cote, l'épilation totale, elle, n'est pas appréciée du tout. Quant à la moustache ou la barbe, c'est tendance pour 52 % des femmes. Avis à nos hommes !

Source : mecacroquer.com.

Vraiment top LE SOIN INTIME POUR FUTURES MAMANS

Voici le premier soin d'hygiène intime dédié aux femmes enceintes plus sujettes aux petits soucis gynéco. A base d'eau de cranberry, d'aloë vera et de glycérine, il est tout doux. **L'intime Omum, 10,90 €** chez Biocoop, Monop Beauty, et sur omum.fr.



Ça requinque LE GINSENG À BOIRE

Le secret de cette boisson, c'est cette précieuse racine pleine de vitalité star de la médecine chinoise. Associé à du thé vert, noir ou blanc et à des notes fruitées d'açaï, grenade, pêche ou cerise, on obtient le nouveau drink bio du moment. A siroter sur son transat ou après son cours de Pilates. **Little Miracles, 2,25 €** dans les Monoprix.

Indispensable LE SOIN QUI FAIT LES JAMBES SLIM

Une formule idéale (olive hydratante et hélichryse bonne pour la circulation) dans cette huile de massage qui allie à merveille cosmétique et thérapie. Souveraine quand nos jambes se font lourdes comme celles d'un éléphant. **Huile bio Olivarium, 28,80 €** sur doux-good.com.



Ça vient de sortir

Le gommage aux agrumes qui dope les sens

Quand la chaleur a tendance à nous ramollir, ce gommage extra vivifiant procure un shoot d'énergie comme un jus frais pressé. Son duo d'actifs ensoleillés, orange sucrée et bois de cèdre, donne un pep d'enfer dès le réveil. Associé au gel douche et à la crème nourrissante de cette nouvelle collection de soins corporels, c'est une expérience parfumée extrême. Notre peau en frissonne déjà !



Good Luck Scrub Rituals, 19,50 €. En vente dans les boutiques Rituals, les grands magasins et sur rituals.com.

Par Muriel Gaudin, Charlotte Moreau