

positif * inspirant

happi·body

HORS-SÉRIE N° 7
happinez

BESTSELLER
148 pages
d'inspiration
POUR UNE
VIE SAINES



libérer

le corps & l'esprit

Danser avec la Lune

Se réconcilier avec soi

Do-in, le yoga japonais

Fontaines de jouvence

Le secret des rois

Le bien-être du poids naturel

Oui, j'ai découvert que tu m'aimais, mon corps



L 14122-7 H. F. 6,95 € - RC
ISSN 1756-0065 - 7.10€ - DF - 10.00 F/S

Hors-série n° 7



AUTHENTIQUE - ÉCOLOGIQUE - INSPIRANT - DURABLE - ARTISANAL - PUR - ÉQUITABLE - UNIQUE - SHOPPING



L'automne en douceur

Le soleil qui s'amenuise, les températures qui refusent de grimper... Pour beaucoup d'entre nous, l'automne est synonyme de stress et de sommeil difficile. Ces capsules d'huiles essentielles bio accompagnent en douceur sur le chemin de la sérénité retrouvée. **Ladrôme, capsules Aroma Sommeil Détente, environ 13 € en magasins de produits bio et diététiques, renseignements sur www.ladrôme.bio**



Humm...

En cire végétale 100 % naturelle, cette jolie bougie diffuse un doux parfum aux notes dominantes de dragées et de fuits rouges. Parée d'un écrin de verre platinum, elle nous invite à savourer l'instant présent. **Theodor Paris, bougie carpe diem, 44,95 € sur www.theodor.fr**



Roi de la forêt

Beau, résistant, à croissance rapide... Le pin maritime (*Pinus pinaster* pour les intimes) est le roi des conifères ! Et, en plus, il fait du bien aux peaux qui font grise mine : ses graines contiennent une huile fine qui s'avère être une alliée de taille dans la lutte contre les radicaux libres. La bonne nouvelle ? Une entreprise française vient de parvenir à mettre ses bienfaits en bouteille. **Océopin, huile de graines de pin maritime, 38 € la fiole de 15 ml sur www.oceopin.com**

L'AMI DE L'HIVER

De la douceur, de la douceur, de la douceur. Avec ses subtils dégradés de tons chauds, ce col en jersey de laine sans couture est un véritable doudou pour le cou comme pour l'âme ! **Whole, col adulte Woog, 78 € sur www.whole.fr**



Un si bel ailleurs

Une brume d'eau s'élève sous le vent des réacteurs... Ce beau coussin en lin, invitation au voyage poétique, est signé du peintre Haby Bonomo et mis en volume dans les ateliers français de l'éditrice textile Geneviève Lévy. **Housse de coussin en lin hydravion, 56,30 € sur www.maisonlevy.fr**