



## actu BIEN-ÊTRE

**1**

### CURES PRÉTOX

**1. COUPE-FAIM**  
Des fibres en sticks pour absorber moins de graisses et limiter l'apport calorique. Capteur SOS Petits Ecarts, LPG, 89 €, sur [endermologie.com](http://endermologie.com).

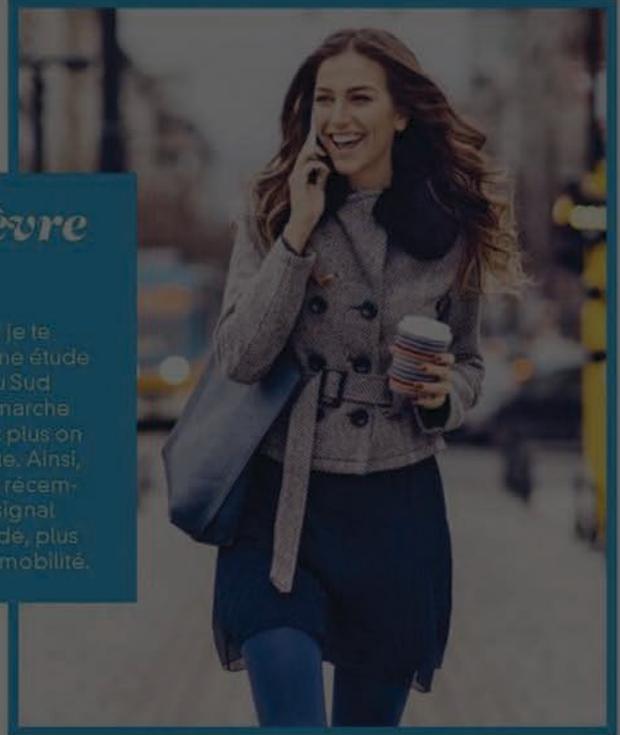
**2. DRAINANT**  
Des ampoules d'eau alcaline enrichie en vitamines, thé vert et plantes dépuratives. Fil Water, Dietox, 36 €, [dietox.fr](http://dietox.fr).

**3. BONNE FLORE**  
Ces comprimés riches en prébiotiques boostent le développement des bactéries amies dans l'intestin. Florilège, Source Claire, 19,90 €, en magasin bio et pharmacie.

## Prévention

### Êtes-vous lièvre ou tortue ?

Dis-moi comment tu marches, je te dirai comment tu vas. Selon une étude de l'Université de Caroline du Sud (États-Unis), notre vitesse de marche révélerait notre état de santé: plus on marche vite, mieux on se porte. Ainsi, voir la démarche d'un patient récemment opéré ralentir serait un signal d'alerte. Car plus on est malade, plus on perd de force, et donc de mobilité.



### CARTES DE VŒUX SOLIDAIRES

La tradition a du bon: en envoyant ces cartes de vœux au design exclusif, vous ferez des heureux et une bonne action en faveur de l'Unicef. Collection Unicef/Antik Batik, 13 € les 10 cartes avec enveloppes sur [boutique-solidaire.com/unicef](http://boutique-solidaire.com/unicef).

# 66%

**DES ENFANTS SE RETIENNENT D'ALLER AUX WC À L'ÉCOLE**

PROPRETÉ QUI LAISSE À DÉSIRER, ABSENCE DE PAPIER, VÉTUSTÉ, PROMISCUITÉ, LES TOILETTES DE L'ÉCOLE FONT L'OBJET DE NOMBREUSES CRITIQUES. RÉSULTAT, DEUX ENFANTS SUR TROIS AFFIRMENT N'ALLER AUX TOILETTES QU'AVANT OU APRÈS L'ÉCOLE.

\* Etude Ifop-Essity.

## Pour déclarer sa flamme



«Relax, tout va bien se passer», «Je pense à toi»... Voilà de jolies bougies qui portent toutes un message réconfortant, voire un mot d'amour ou d'amitié. Elles sont proposées dans un coffret, avec un livret contenant pensées positives et citations inspirantes. A offrir à un être cher ou à soi-même. Coffret bougie à message, éd. First, 10,95 €.

## Club Femme Ac'

**30% de remise**

sur votre abonnement au site de rencontres pour les plus de 50 ans [disonsdemain.fr](http://disonsdemain.fr) avec le code AMOUR.

Un joli cadeau à s'offrir pour Noël.

[DisonsDemain.fr](http://DisonsDemain.fr)

**TÉLEX...** 4 Français sur 10 seront touchés par l'herpès labial (ou bouton de fièvre) au moins une fois dans leur vie. Sur [moinsdherpestabial.com](http://moinsdherpestabial.com), on trouve toutes les clés pour le prévenir, l'identifier et le soigner.