

# VOTRE BEAUTÉ

décembre 2015  
janvier 2016

crèmes  
de nuit  
les meilleures  
amies de nos  
insomnies

esthétique  
pour ou contre  
le peeling

médailles  
d'or 2016  
le best

## 55 ANS



## AVANT LA FÊTE

### ACTIVER SA ROUTINE SOIN

**Raffermir tout en douceur.** Avec un masque à base d'argile, aux nombreuses vertus. «L'argile blanche, dite kaolin, tonifie la peau, raffermi les tissus et stimule également la circulation. Appliquez en couche opaque deux fois par semaine, laissez poser dix à quinze minutes, puis rincez à l'eau froide pour un flash tonique», conseille Marlène Zitout, directrice de la formation chez Biologique Recherche. Masque Bain de Plantes de **Biologique Recherche**.

santé  
tout va mal.  
et si c'était  
la thyroïde?

supplément  
parfum

44 pages  
décrypter ses  
codes, ses modes,  
ses accords et  
choisir le sien

L 15858 - 877 - P: 3,50 € - RD

