

Bien-être Forme **Santé**



Inhalation naturelle

C'est bien connu, les plantes sont le remède idéal face aux petits maux qui viennent troubler la saison printanière. La preuve est faite avec cet inhalateur aux 8 plantes qui dégage votre nez à tout moment de la journée.

Laboratoires **Vegebom**, inhalateur aux 8 plantes, 3,50 € environ.

Le patch relaxant

Ce procédé délivre un micro courant afin de lutter contre les douleurs de l'organisme que celles-ci soient chroniques ou d'apparition récente. Placez ce patch là où le corps est endolori et vous

voici rapidement soulagée. Fonctionnant à l'aide d'une pile, cet appareil s'emmène partout pour des instants de détente garantis !



l. Management, dispositif **Kalm Patch**, à partir de 50 € environ.

Jolie **santé !**

Par Marie Guyader

Faites de beaux rêves...



Les nuits agitées sont parfois un vrai cauchemar et ce sont malheureusement les journées qui en pâtissent ! À la recherche d'un remède anti-stress 100% naturel ? Voilà un nouveau concentré de zen, conçu spécialement pour vous aider à retrouver des nuits paisibles. Deux pulvérisations dans la bouche ou dans un

verre d'eau à renouveler et Morphée vous tend peu à peu les bras.
Laboratoires **Farnadem**
Diafarm,
Rescue Spray Nuit, 18,50 € environ.



Problèmes de **toux ?**

La toux sèche est un vrai problème même en cette belle saison printanière. Elle peut entraîner des insomnies, des vomissements et épuiser à la longue l'organisme. Ce sirop aide à lutter efficacement contre ce type de toux et à calmer peu à peu les irritations de la gorge.
Vicks, Toux Sèche Miel, 5,80 € environ le flacon de 120 ml.

Brosse à dents nouvelle génération

Signal révolutionne l'image de la brosse à dents ! Avec une ossature en métal, une silhouette plus fine et plus cambrée, ce nouveau

modèle est capable de nettoyer toutes les dents, y compris celles du fond bien connues pour être difficiles à atteindre.
Signal, brosse à dents Style-Tech, 3,50 € environ avec socle et étui.



News

Lutter contre la fatigue oculaire

Créé sous la supervision du Dr Hisao Ishigaki, éminent spécialiste au Japon, ce logiciel permet de tester 5 forces de la vision (coordination œil-main, vision périphérique, mouvement



oculaire, vision instantanée et acuité visuelle dynamique) et de les renforcer à l'aide d'exercices variés. Toutes à vos Nintendo DS ! Nintendo, Gym des Yeux - Exercer et relaxer vos yeux, 30 € environ.

Mieux comprendre son corps

Ne rater pas la première édition du Salon direction **santé** au féminin qui se tient du 11 au 13 avril au parc floral de Paris. Pendant ces 3 jours, dédiés à la santé, profitez d'espaces de dialogue, de dépistage et de prévention, mais aussi d'ateliers pédagogiques et de conférences réunissant des experts. L'objectif est de permettre au public de mieux comprendre le fonctionnement du corps humain, de prévenir ses problèmes de santé et de se soigner de manière efficace.



Renseignement sur www.directionsante.fr

Brossage efficace ?

Détecter la plaque dentaire en toute simplicité, c'est désormais possible depuis sa propre salle de bains grâce à ce kit révélateur de plaque dentaire. Quelques gouttes de liquide déposées sur les dents et la lampe de détective en main suffisent pour repérer la plaque devenue fluorescente ! Laboratoires Sunstar Pharmadent, Gum Plak-Check, 11 € environ.



L'arthrose des seniors

Ce sont près de 4 millions de personnes qui sont aujourd'hui touchées par des problèmes d'arthrose. Le rôle de Siléo, complément alimentaire liquide à base de silicium organique naturel, consiste à retarder les effets du vieillissement sur les articulations.



Laboratoires Biopreventis, Siléo, 20 € environ le flacon de 500 ml.

Dites stop à la fatigue !

L'hiver vous a particulièrement épuisé et malgré le retour des beaux jours, vous n'arrivez pas à refaire le plein d'énergie ? Revitalose s'invite dans votre quotidien pour vous donner un coup de pouce : grâce à sa formule équilibrée en acides aminés, magnésium et vitamine C, il aide à lutter contre les états de fatigue passagers. Pierre Fabre Santé, Revitalose, 13,50 € environ la boîte de 14 doses de 2 ampoules buvables.



En cas d'inconforts digestifs

Il n'est pas toujours facile de faire face à des problèmes d'inconforts digestifs ! Les 3 Chênes se proposent de venir en aide à votre estomac grâce à un complexe phyto-aromatique puissant. Entre anis vert, artichaut et huiles essentielles d'origan et de coriandre, ce complément alimentaire est à même de vous soulager ! Les 3 Chênes, Digestion, 7 € environ la boîte de 30 comprimés.

Ah, les jambes lourdes !

Rêver de légèreté, c'est bien ; réaliser ses souhaits, c'est mieux ! Ce complément alimentaire vous aide à lutter contre la sensation de jambes lourdes en améliorant la circulation. Solgar, Marron d'Inde, 27 € environ la boîte de 60 gélules.

