

## Bien-être

Par Céline Durr et Emmanuelle Dreyfus

### >> De belles nuits

Contre les insomnies, vous pensez avoir tout essayé, en vain ! Pour retrouver le sommeil au naturel, Famille Mary a créé un grog au miel d'acacia et aux huiles essentielles apaisantes à déguster juste avant d'aller se coucher. Imparable.

Grog sommeil bio,  
**Famille Mary**, 8,90 €



### >> Des mains de princesse

Tout est bon dans la ruche ! C'est en tout cas la devise de la marque Abellie qui vient d'être distinguée pour sa fabuleuse crème pour les mains : meilleur produit bio 2018. La douceur du miel d'amandier et le karité aident à lutter contre les agressions du froid.

Crème mains nectar de douceur,  
**Abellie**, 11,95 €

### >> Jeunesse éternelle

Les soins anti-âge néo-zélandais Antipodes sont très addictifs car, tout simplement, les résultats sont visibles. La peau est hydratée, éclatante et retrouve son élasticité. Tous les produits sont respectueux de l'environnement et de l'humain.

Avocado Pear, crème de nuit nourrissante, **Antipodes**, prix conseillé 40 €



### >> Le charbon a tout bon

Hyper pratique avec sa forme prédécoupée, ce masque en tissu au charbon actif purifie la peau pour un effet bonne mine instantané !

Masque au charbon détoxifiant,  
**Lytess**, 9,90 €



### >> Nectar royal

Son secret ? Il dégomme boutons et points noirs. Perfusé au miel de Manuka, la Rolls-Royce des miels, ce sérum est une petite bombe pour lutter contre les imperfections.

Sérum Spot o' Spot,  
**Cosmoz**, 22 €



### >> Auto-massage

Brillance, repousse, anti-stress : le massage crânien fait des miracles. On se papouille le cuir chevelu avec cette brosse à picots qui stimule les points d'acupuncture. Divin !

Uka Scalp Brush Kenzan,  
**Uka**, 29 €



Sport Cérébral