

MISS MARCHÉ

LA REVUE DE LA FEMME MODERNE

PEOPLE
LE TOP 5
DES VOLEUSES
DE MARIAGE

USHER
CÉLIBATAIRE
ET HEUREUX

COIFFURE
ADOPTEZ LE STYLE
BUSINESSWOMAN

VIE INTIME
LEUR PLUS MAUVAIS
SOUVENIR AU LIT

NICKI MINAJ
ENTRE PROVOCATION
ET SÉDUCTION

SOCIÉTÉ
LE DESTIN TRAGIQUE
DES ENFANTS
DES RUES

SPÉCIAL
ACCESSOIRES
LES 80 TENDANCES DU PRINTEMPS

VÉCU
30 ANS DE PRISON
POUR RIEN

N° 102 - Mars 2011 - 3 €

M 01460 - 102 - F: 3,00 €



Sus au bouton !

En France, 800 000 personnes ont une crise d'aphtes plus d'1 fois par mois. La fréquence d'apparition des aphtes varie d'un individu à l'autre (terrain familial), mais les femmes sont plus souvent touchées que les hommes ! AftaZen® est un complément alimentaire qui permet de rééquilibrer le métabolisme du corps et de prévenir les crises d'aphtes. À base de zinc, vitamines et d'aloë vera pour ses vertus anti-inflammatoires, cicatrisantes et régénérantes, c'est un véritable traitement de fond !

Aftazen-1 boîte de 120 gélules

Prix : 45 €.

En vente sur www.aftazen.fr

Disponible en pharmacie ou au 09 72 15 17 01



5^e JOURNÉE
FRANÇAISE DE
L'ALLERGIE
ALLERGIES RESPIRATOIRES
Mardi 22 mars 2011



**ALLERGIES RESPIRATOIRES :
NE SUBISSEZ PLUS**

Agissez !

www.allergiesrespiratoiresagir.org



Journée spéciale

Le 22 mars prochain aura lieu la 5^{ème} journée française des allergies respiratoires.

Quelles sont les causes des allergies ? Quels risques quand on est allergique ? Qui est concerné ? Quels sont les symptômes ? Comment diagnostiquer ? Quels moyens pour agir ? L'Association Asthme & Allergies et la communauté allergologique se mobilisent auprès des Français durant 24 heures pour répondre à toutes les questions !

Plus d'info : www.asthme-allergie.org

Mincir à la créole !

Oui ! Vous pouvez stabiliser votre poids et mincir durablement en mangeant du riz, des pois et des légumes-pays cuisinés avec des sauces goûteuses et légères ! Voilà ce que nous apprend Marie-Antoinette Séjean dans son nouveau livre ! Il est tout à fait possible de manger les produits de nos terroirs, trop souvent exclus des régimes, et rester en pleine forme !

Médecin-nutritionniste, elle ne nous offre pas seulement un régime mais aussi une approche globale simple et efficace de la diététique créole. Vous êtes diabétique, stressée ou faites de la rétention d'eau ? À chacune sa diététique ! Ce livre vous permettra de façonner la vôtre !

La Diététique Créole - Marie-Antoinette Séjean - Orphie éditions

Tout un programme ! Le principe des 4 bols, le régime Équilibre, le Détox, le Drainage Express.

Marie-Antoinette Séjean

**LA DIÉTÉTIQUE
CRÉOLE**

POSITIVER, BOUGER ET BIEN MANGER



Un sourire éclatant !

Grâce à Colgate MaxWhite One, soyez fière d'arborez un joli sourire obtenu en une semaine seulement ! Avec ce dentifrice à la formule utilisant des microcristaux accélérateurs de blancheur qui libèrent leur formule pendant le brossage, offrez-vous à domicile une technologie similaire à celle des dentistes pour enlever les taches en douceur et prévenir la formation du tartre. Utilisé 3 fois par jour pendant 2 minutes, les dents gagnent 1 teinte de blanc au fur et à mesure des brossages !

Colgate® MaxWhite™ ONE

Disponible en grandes et moyennes surfaces
Prix : 3,19 €



Sport on-line !

Vous êtes débordée et n'avez pas le temps de faire un peu d'exercice ? GymStill est un nouveau programme permettant de bouger tout en restant devant votre écran d'ordinateur ! Sans avoir à enfilez un jogging vous pouvez exécuter des mouvements spécifiques destinés à entretenir votre forme mais aussi à chasser le stress, améliorer la posture, tonifier et raffermir les muscles et tout ça devant votre poste. Comptez environ de 6 à 8 minutes par séance ! À pratiquer quotidiennement, pour des résultats exceptionnels !

www.gymstill.com

