



BIEN-ÊTRE

JAMBES LOURDES... PANIQUE À BORD !

La saison chaude est là, avec son lot de bienfaits mais aussi de bobos. Pour certaines d'entre nous, cela signifie rétention d'eau, bouffées de chaleurs et jambes lourdes ! Le saviez-vous ? 7000 pas sont effectués en moyenne par jour. Le plus souvent dans des chaussures jolies, mais pas tout à fait confortables. Vos pieds ne méritent-ils pas un peu de réconfort ? Pas de panique, *Femme Africaine*

vous propose de petits produits sympas, histoire de faire du bien à vos gambettes qui méritent qu'on les bichonne. Oui ! Le bain de fraîcheur existe. Votre phlébologue vous conseillera le bain froid, avec du sel, de dormir les jambes surélevées etc. ; de boire de l'arnica et de la cerise, d'éviter les bains chauds et de porter des bas de contention (pas très sexy...). En attendant, voici nos favoris...

Jambes et pieds plumes, Senev

Grâce à sa texture légère et fondante au mythique parfum de menthe poivrée, vos jambes ressentent immédiatement une agréable fraîcheur, qui persiste par l'action combinée du menthol et de la menthe poivrée. En parallèle, l'extrait de vigne rouge active la microcirculation superficielle de l'épiderme et tonifie vos jambes.

Utilisation

Option nomade : Appliquez des pieds aux genoux dès que vous en ressentez le besoin, en effectuant des massages circulaires.
Option sédentaire : Toujours des pieds aux genoux, en insistant sur la plante des pieds et les chevilles. Puis surélevez vos jambes.

Tube 75ml, 12,50 €.

www.senev-cosmetiques.fr



Bois d'Amryis, Douces Angevines

Retrouvez des jambes légères et toniques, grâce à ce fluide drainant et vivifiant. Il procure entrain et vigueur pour démarrer la journée en stimulant les circulations énergétiques. Il délassé et défatigue à la fin d'une journée bien remplie. Des plantes amies offrent généreusement leurs vertus et leurs précieuses actions : le cyprès des Cévennes, le lentisque pistachier, l'amyris d'Haiti et le santal blanc de Nouvelle-Calédonie dominant cette synergie d'huiles essentielles à la puissante action de décongestionnant veineux, circulatoire et tonique.

Utilisation

Le matin ou le soir, faire pénétrer en frictions légères sur les jambes ou sur l'ensemble du corps. Appliquer en commençant par les pieds et en remontant jusqu'aux genoux puis aux hanches. (Déconseillé à la femme enceinte.)

Secret de composition

Une immersion profonde dans le monde pur des plantes, révèle geste après geste, goutte après goutte, une alchimie végétale unique et vivante d'huiles essentielles, macérat de plantes et d'huiles précieuses dynamisées. 100 % des ingrédients sont d'origine naturelle ; 99,24 % sont issus de l'agriculture biologique

Flacon 125 ml, 38,90 €.

www.lesdouceangevines.com

Fluidilège, jambes légères, Super Diet

Favorise les jambes légères et la circulation, 9 plantes et fruits bio. Si vous avez tendance à avoir de la peau d'orange, assurez-vous une bonne circulation du sang avec Fluidilège pour favoriser la bonne élimination de l'eau et des toxines.

Utilisation

Fluidilège est à consommer dans un demi-verre d'eau à raison d'une ampoule par jour en programme de 20 jours. Agiter l'ampoule avant utilisation. Pour compléter son action, vous pouvez associer Fluidilège ampoules buvables à Fluidilège gel. Il est recommandé de respecter les doses conseillées. Tenir hors de portée des enfants.

20 ampoules buvables de 15 ml, 19,40 €.
www.superdiet.fr

