

SEP M
TOP
ventes

Femme Actuelle

**DIGESTION,
HUMEUR, SOUFFLE...**

*10 défis pour
booster ma santé*

MAQUILLAGE
J'ose la couleur sans
faute de goût !

**ELLES
TÉMOIGNENT**
"Ce voyage a été
une vraie thérapie"

GRAND JEU
9500€
de cadeaux
à gagner

**CARTE
BANCAIRE**
Mon alliée durant
les vacances



À PRÉPARER ENTRE LA SIESTE ET L'APÉRO!

MES ÉPATANTES RECETTES D'ÉTÉ

BE: 2,9 € - CH: 4,5 CHF - CA: 5,8 CAD - DE: 4 € - ES: 3,1 € - GR: 3,1 € - IT: 3,1 € - LU: 3 € - PT: 3,1 € - TR: 7,7 TL - ZONE CSA AVION: 3,550 XAF - ZONE CFP BATEAU: 4,50 XPF - ZONE CFP AVION: 900 XPF

N° 2130 - DU 19 AU 25 JUILLET 2025

PM PRIMA MEDIA CPPAP

L 12291 - 2130 - F: 2,60 €



3

À VOUS DE JOUER

Les vacances sont le moment idéal pour laisser libre cours à son imagination et à sa créativité. Et pour vous aider, voici un cahier de 60 activités. On crée

un tote bag, un jeu de mikado, un herbier, des cartes à broder, des cartes postales... Origami, dessin, découpage... Plus une minute à perdre pour s'amuser et créer.

« UN ÉTÉ CRÉATIF », DE CLAIRE FAUVAIN, ÉD. FLAMMARION, 12,90 €.



4

Sauvagement stylée

Entre espadrilles et ballerines, notre cœur balance! Ce modèle hybride a tout bon, et son imprimé léopard s'inscrit en prime dans la tendance du moment. On adore!

BALLERINES, DIVINA CHEZ BESSON CHAUSSURES, 27,99 €.



5

2 en 1

On adore l'idée d'une tisane bio (thym, romarin, mauve sylvestre, menthe poivrée, pin), qui facilite la digestion. A déguster ou à plonger dans l'eau du bain...

Il fallait y penser! L'INFUSION BIO FORÊT, OCÉOPIN, 27 €.



9

Silhouette de rêve

Avec ce pantalon fluide à la coupe impeccable, vous serez parée pour les chaudes journées. En lin mélangé ultra-léger, il met en valeur toutes les morphologies, et son bleu royal apporte un coup d'éclat à votre look.

PANTALON JEANNE, ALMÉ PARIS, 80 €.



10

Bonne pioche!

Pour faire une pause, on tire l'une de ces 52 cartes: on y découvre une phrase positive, une bonne habitude à adopter, une illustration inspirante ou un exercice de visualisation.

« MES CARTES DE RELAXATION », ÉD. GRANCHER, 26 €.

