

SEP  
TOP  
ventes

maximag.fr

# Maxi

**Jardin**

DES FLEURS  
POUR ATTIRER LES  
PAPILLONS

**Côté psycho**

LE PRINTEMPS, PROPICE  
À UN NOUVEL ÉLAN

**À GAGNER**  
2 SÉJOURS VIP  
AU PUY DU FOU  
+60 ENTRÉES



**SARDINES, CRABE, THON**

**10 RECETTES AU  
BON GOÛT  
DE LA MER**

**Santé & intelligence  
artificielle**

UNE RÉVOLUTION EN COURS

Témoignage  
"J'ai gagné  
mon combat  
contre la  
narcolepsie"

# Soulagez vos articulations!

**TOUS LES BONS RÉFLEXES**

N°2060 du 20 au 26 AVRIL 2026 BAUER MEDIA CPPAP

L 14760 - 2060 - F: 2,70 €



BEL. 3 € / P. 920981 - CH. 4,60 CHF / VDZ 87855 - LUX. 3,20 € - ALL. 3,10 € - AUT. 3,10 €  
ESP. 3,10 € - ITA. 3,10 € - POR. 3,10 € - GR. 3,10 € - MAR. 34 MAD - TUN. 7 TND - DOM A 4,30 €  
DOM B 2,80 € - TOM A POL. 920 XPF - TOM A N.CAL. 1100 XPF - TOM B 450 XPF - ZA A 3800 CFA

## Mon rendez-vous nature

# LES MULTIPLES BIENFAITS DE la sauge

Elle en fait beaucoup pour la beauté, par son pouvoir anti-âge, assainissant et réparateur. Vite, on l'adopte dans nos routines soins.

Elle orne non seulement nos jardins et potagers de son joli vert grisé, relève la saveur de nos petits plats, mais fait également figure de plante médicinale depuis l'Antiquité. Ses superpouvoirs thérapeutiques sont nombreux : digestifs, thermorégulateurs à la ménopause, antiseptiques et anti-inflammatoires pour les muqueuses infectées... D'où son nom latin *salvia*, venant de *salvare* voulant dire « sauver ». Ses merveilleux atouts ont également été mobilisés pour la beauté et le confort de la peau comme des cheveux. À retrouver dans nos soins visage et corps, dans nos shampooings et nos déodorants pour être toujours belle et fraîche.

### Les cinq vertus esthétiques de la sauge

Elle doit ses nombreux bienfaits à la richesse de ses actifs, comme le diterpène, le salvène, les flavonoïdes et les tanins antioxydants, etc.

**Elle est anti-âge** : elle limite les effets du temps, tels que la progression des rides et du relâchement cutané, en vertu de son bouclier antiradicalaire.

**Elle affine la peau** : son effet

astrigent resserre les pores de la peau et les écailles des cheveux.

**Elle assainit** : en contribuant à limiter la production de sébum, elle limite les risques d'imperfections cutanées des peaux et des racines grasses.

**Elle est désinfectante** : de quoi traiter la peau acnéique.

**Elle est antisudorifique** : elle régule efficacement la transpiration excessive.



### À faire soi-même

#### Une recette beauté maison

**Un masque anti-imperfections à la sauge** : faites infuser des feuilles de sauge dans l'eau bouillante pendant 10 minutes. Utilisez l'infusion pour délayer 2 c. à soupe d'argile verte ou blanche, de manière à obtenir une pâte à appliquer sur le visage. Laissez poser 15 minutes et rincez.



### NOTRE sélection

**1. Anti-démangeaisons** Sérum capillaire apaisant bio, à l'infusion de sauge, au lait d'avoine et à l'eau d'orge, *Body Nature*, 13,95 € les 40 ml, sur le site de la marque.

**2. Tout doux** Soins démêlant bio, à l'huile de graines de pin, aux feuilles de sauge, mimosa et protéines de blé végétales, *Océopin*, 28 € les 250 ml, sur le site de la marque.

**3. Perfecteur** Soins visage pureté Mat Équilibre bio, aux 5 actifs végétaux, bruyère, fumeterre, lierre, myrrhe et sauge, *Coslys*, 15,39 € les 50 ml, sur le site de la marque et en magasins bio.

**4. Équilibrante** Lotion corporelle apaisante et équilibrante pour peaux normales à sèches, à l'HE de sauge, de romarin et de lavande, *L:A Bruket*, 40 € les 240 ml, sur le site de la marque.