

Méditation

• Le corps et l'esprit en parfaite harmonie •

RENCONTRE

MAUD ANKAOUA

« Être heureux, c'est avoir le courage de prendre le temps de ressentir »

COACHING
5 CLÉS POUR
DÉCONNECTER

TENDANCE
CONSTELLATIONS
FAMILIALES
Ce qu'elles révèlent
de notre vie

L'éloge du repos

Et si on arrêtait de s'épuiser ?

Interviews d'experts,
détox du cortisol, exercices...
Tout pour réussir à ralentir !

**+ CHALLENGE
DE L'ÉTÉ**

**MISSION ZÉRO DOUTE
AVEC LILOU MACÉ !**

10 pages pour retrouver
confiance cet été

Séances méditatives • Yoga Nidra • Journaling • Évasion bien-être

L 18987 - 29 - F: 6,90 € - RD



Nos sources

Notre
sélection
nouveautés
pour l'été
2026

de bien-être

Par Léa Follin

Remettre de la conscience + Prendre soin de soi + Nourrir son corps et son âme

FESTIVAL EUROPÉEN DE YOGA DANS LA VALLÉE DE LA LOIRE



EUROPEAN YOGA FESTIVAL

Du 1^{er} au 9 août, tapis et énergies se déploient au cœur de la vallée de la Loire, et plus précisément à Nouan-le-Fuzelier, pour accueillir le plus grand festival de Kundalini yoga au monde ! Au programme : cours de Kundalini yoga, White Tantric yoga, Kirtan (chants sacrés), méditation, alimentation ayurvédique végétarienne biologique, marché, soins holistiques... Convivial et profondément collectif, le festival repose sur le principe du service partagé. L'expérience se veut immersive tout en restant simple, entre tentes et chambres partagées. Un moment hors du temps, propice à une reconnexion profonde à soi-même et aux autres.

Réservation sur
europeanyogafestival.eu



© EUROPEANYOGAFESTIVAL.EU

Masque à lèvres

Pour cet été, le Lip Sleeping Mask à la saveur Blue Lemonade rafraîchit aussi bien les lèvres que les esprits. À la fois purifiant et délicieusement gourmand, il enveloppe les lèvres d'un film protecteur pour leur apporter douceur et réparation. Sa texture onctueuse et non collante s'associe à son complexe de baies rouges, de vitamine C et d'huile de coco pour nourrir et apaiser. Et si vous ne pouvez plus vous en passer, il est possible de l'appliquer également en journée.

Lip Sleeping Mask Blue Lemonade, édition limitée, 20 g, Laneige, 24 €

Savon suspendu

Baroudeur tout en douceur, cet authentique savon à corde sera le nouveau compagnon de route pour partir à l'aventure ou pour ramener le voyage dans son quotidien. Saponifié à froid, bio et surgras, il contient également des graines de pin broyées lui conférant son pouvoir exfoliant. Multi-usage, il nettoie, unifie et adoucit la peau sans jamais l'assécher. La force qui fait sa délicatesse ? Une fabrication artisanale, réalisée à la main et en circuit court.

Le savon à corde, 100 g, Océopin, 16 €



Flamme d'évasion



Partir en voyage comme on rentrerait chez soi, c'est possible grâce aux bougies Poécile. Chacune des fragrances est pensée comme une invitation vers de nouveaux horizons : cèdre, châtaigne et mousse de chêne pour l'Auvergne par exemple, alors que la Provence se fera plus gourmande avec des notes de miel de lavande, figue et fleurs des champs. Véritables parenthèses parfumées, elles sont composées de cire de soja, sans colorants, ainsi que d'une mèche en coton. En tout, on peut profiter de presque 50 heures de brûlage.

Bougies Sieste au soleil (Provence), French baguette (Paris), Silence au sommet (les Alpes), Balade en forêt (Auvergne), Poécile 190 g, 39 €