

Santé

magazine

**LE CAHIER
NUTRITION
22 PAGES**

À GAGNER!

10 séjours
en thalasso pour
2 personnes



**Le palmarès
des meilleurs
cosmétiques**

**ET SI C'ÉTAIT
LA THYROÏDE?**

**LA PROTÉGER,
L'ÉQUILIBRER**

**Après la crise du Levothyrox,
comment se soigner**

+ un test pour faire son diagnostic

**GARDER L'ÉNERGIE
DE SES 20 ANS,
C'EST POSSIBLE !**

MIGRAINE

**Les stratégies efficaces
pour combattre les crises**

**Un nouveau traitement
contre l'apnée du sommeil**

**SANTÉ
NATURELLE**

- **Maux de l'hiver :** homéo et huiles essentielles efficaces
- **Intestin irritable :** les bienfaits de l'ostéopathie
- **Douleurs des règles :** les plantes apaisantes

**Je me
détoxifie
(et en plus,
je perds une taille)**

**▶ 15 jours de menus
sains sans perturbateurs
endocriniens**

**10
façons de
SE LIBÉRER
DU PASSÉ**

**Comment aimer
le lundi ?**

M 05665 - 506 - F: 2,90 € - RD santemagazine.fr



LIFE IS PRECIOUS. BEAUTY TOO.*

Révolution dans l'univers de la dermo-cosmétique, **Ozalys est une marque créée par des femmes pour les femmes touchées par le cancer du sein.** Une gamme complète de soins d'Hygiène, Visage et Corps, pour les aider au quotidien à prendre soin d'elles.

Découvrez toute la gamme, en vente exclusivement sur :

ozalys.com

LABORATOIRE
Ozalys

OFFRE SPECIALE
POUR LES LECTRICES DE SANTÉ MAGAZINE**
FRAIS DE PORT OFFERTS AVEC LE CODE **SMG-FROF17** SUR **OZALYS.COM**
** Valable sur les livraisons en France Métropolitaine

* La vie est précieuse, la beauté aussi.



Ozalys
STAY BEAUTIFUL

SOIN ABSOLU
CRÈME HYDRATANTE MAINS ET PIEDS
Apaise, hydrate*, nourrit, adoucit
HANDS AND FEET MOISTURIZER CREAM
Soothes, moisturizes*, nourishes, softens
40 ml e
1.35 fl. oz.

Ozalys
STAY BEAUTIFUL

SOIN CARESSE
BRUÈME HYDRATANTE CORPS
Apaise, hydrate*, parfume délicatement, sèche rapidement
BODY MOISTURIZER MIST
Soothes, moisturizes*, softly perfumes, quickly dries
75 ml e
2.53 fl. oz.

Ozalys
STAY BEAUTIFUL

SOIN ONCTUEUX
CRÈME DÉODORANTE
Apporte du confort, masque les mauvaises odeurs
DEODORANT CREAM
Brings some comfort, masks unpleasant odours
40 ml e
1.35 fl. oz.

THAYER ALYSON GORNY / ARIJIST / ANNEC A - VILIA RIAM / SHUTTERSTOCK - IFS.THE.MAIL.FS.GANIFF
X agenceozalys.fr © photos Eric Blennau, stock.adobe.com