



## SOS AUDITION

### 1. ANTI-ACOUPHÈNES

Une synergie de plantes qui agit jour et nuit contre les sifflements et les bourdonnements. Audistim, 23,45€ (60 gélules). En pharmacie et sur [audistimpharma.fr](http://audistimpharma.fr).

### 2. EN PRÉVENTION

En plus de lutter contre le déclin cognitif, les actifs de cette plante favorisent la microcirculation au niveau de l'oreille. Ginkgo biloba, Solgar, env. 35€ (60 gélules). En pharmacie et magasin diététique.

### 3. CONTRE LES DÉCIBELS

Une valeur sûre que ces célèbres bouchons d'oreilles qui ont 100 ans. Boules Quiès, 3,65€ (8 paires). En pharmacie et GMS.

## Intimité

### Tampons green

La tendance écolo s'étend aux protections périodiques. De nouveaux tampons et serviettes qui respectent davantage la flore vaginale font leur apparition. «On trouve du chlore, mais aussi des traces de phtalates ou du glyphosate dans la composition de certains produits classiques», explique-t-on chez Jho ([jho.fr](http://jho.fr)), qui commercialise des alternatives en coton bio. Saforelle s'y met aussi, avec sa gamme Coton Protect.



### PAGES BONNE HUMEUR

C'est l'histoire d'une agoraphobe condamnée à rester chez elle et qui va pourtant trouver le courage de se lancer dans la vie. Un *feel good book*, idéal en cas de coup de blues. «Dépêche-toi, ta vie n'attend plus que toi!», Sandrine Catalan-Massé, éd. Eyrolles, 16€.

## 23 avril

### LE LANCEMENT DE LA PAIRE SOLIDAIRE

UNE OPÉRATION ORCHESTRÉE PAR SPARTOO POUR L'ASSOCIATION SOLES4SOULS: VOUS RAPPORTEZ UNE PAIRE DE CHAUSSURES DANS UNE BOUTIQUE DE L'ENSEIGNE OU EN POINT RELAIS, ET VOUS RECEVEZ JUSQU'À 20€ DE BONS D'ACHAT. LES PAIRES RÉCOLTÉES SONT RECYCLÉES ET DONNÉES AUX PLUS DÉMUNIS. [SPARTOO.COM/OPE](http://SPARTOO.COM/OPE) RATION-PAIRE \_ SOLIDAIRE.



## Maillots beaux et pros

Ils donnent envie de se jeter à l'eau, ces nouveaux maillots de bain de sport signés Michael Phelps, champion de natation le plus titré de l'histoire. On craque pour les couleurs toniques, les imprimés et la découpe très étudiée qui nous fait un corps de sirène. Parfait pour faire la belle à l'aquagym, en attendant la plage... Maillots de bain MP by Michael Phelps, 49,99€, en magasin de sport et sur [michaelphelps.com](http://michaelphelps.com).

**TÉLEX...** Pour faciliter le suivi de sa méthode minceur, Weight Watchers a mis en place, via Illico Fresco, un service de livraison à domicile de paniers recettes équilibrés, prêts à cuisiner. Rens. sur [weightwatchers.fr](http://weightwatchers.fr).