



Femme Actuelle

Senior

N°36

MAI 2021

**INSOMNIES,
ÇA SUFFIT!**
Les nouveaux
réflexes pour
mieux dormir

C'EST PROUVÉ

Les femmes s'en
sortent mieux
face à certaines
maladies

**Le sujet
qui fâche**

Pourquoi parler
d'argent reste si
difficile ?

C'est dans l'air
**Le retour en grâce
du viager**

NUTRITION

Tout bio ne veut
pas dire tout bon

DÉPENSER MOINS
30 CONSEILS POUR ALLÉGER LA FACTURE

● Énergie, alimentation, mode... Nos solutions faciles
à adopter ● Économiser jusqu'à 4 000 € par an

ARGENT

Plan d'épargne
retraite, attention
aux frais!



LA LISTE DE MES ENVIES



DÉLICATES
Boucles d'oreilles
en métal doré,
malachite et
cristaux Swarovski,
Satellite, 145 €.

PETITS POIS
Foulard en
twill 100% soie,
Malfroy, 78 €.



À TEMPS
Montre avec boîtier
en plastique et
bracelet en silicone,
mouvement à
quartz, Swatch, 65 €.



PAUSE CHLOROPHYLLE
Fauteuil et tabouret en tissu
et bois, Jardiland, 130 € et 35 €.

En vert et contre tout

La couleur de l'espoir apporte dans son sillage ce petit
souffle de fraîcheur et de nature qui sent bon le printemps.

LUCIE KRAMER

Retrouvez notre carnet d'adresses p. 146