



# 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