



COULEURS "POSITIVE ATTITUDE"

Selon les énergéticiens pratiquant la chromothérapie, les couleurs chaudes sont stimulantes, et les couleurs froides, apaisantes. Cette théorie s'applique notamment dans la décoration et l'habillement. Ainsi, pour ne pas accentuer une mauvaise humeur chronique et tirer la tronche tout l'hiver, on évitera les tenues grises ou noires et on optera pour des vêtements ou des accessoires péchus, comme ce foulard « Olala Chiquita », dessiné par l'architecte d'intérieur Cécile Siméone pour la maison de soierie lyonnaise Malfroy. ■

Châle en laine et soie et bandana en twill de soie, 265 € et 85 €, Cécile Siméone x Malfroy, shop.malfroy.com

SENTEURS RÉCONFORTANTES

Les odeurs étant liées au cerveau limbique, siège des émotions, l'olfactologie peut jouer un rôle dans l'équilibre des humeurs. Les huiles essentielles à privilégier : lavande douce, orange douce, petit grain bigarade... Les fleurs de Bach, sous forme d'élixirs floraux, peuvent également atténuer les coups de blues, à l'image du flacon Déprime, de la marque Elixirs & Co. Sa composition ? De l'ajonc, pour ne pas se résoudre à la fatalité, du châtaignier, pour sortir du tunnel, de la dame-d'onze-heures, pour réconforter... ■

Élixir Déprime, Elixirs & Co, 19,95 €, lestleursdebach.com



STIMULATEUR DE LIBIDO

La pop culture au secours des troubles de l'humeur ? C'était le pari, au mois d'octobre, du premier festival Pop & Psy, créé par Jean-Victor Blanc, médecin psychiatre à l'hôpital Saint-Antoine de Paris. Il n'est pas interdit de sourire en visualisant le blafard Andy Warhol, comme devant ce curieux petit objet visant au bien-être intime. La santé sexuelle étant de nos jours l'indice absolu de l'épanouissement, les gadgets de ce type prolifèrent.

Pour une séance de *slow sex* (sexe lent et en conscience), avec un partenaire ou avec soi-même, le stimulateur Aura, de la marque française

My Lubie, se présente comme le compagnon idéal. En silicone doux, waterproof, il mise sur une technologie à air pulsé sans contact et imite les sensations du sexe oral sur le clitoris, les tétons ou le frein du pénis... Autonomie de quatre heures, à utiliser de préférence avec un lubrifiant naturel. ■

Stimulateur clitoridien Aura, My Lubie, 90 €, mylubie.com

ÇA BOUME ?

Comment ça, mieux vaut être un Socrate malheureux qu'un pourceau satisfait ? En ces temps de positivité et de "win" obligatoires, philosophes et grognons n'ont plus la cote. Quelques produits pour les pousser dans la grande farandole de la joie de vivre perpétuelle.

PAR VANESSA HOUPERT

