

www.femmeactuelle.fr

# Femme actuelle

1,50€

N°1517 HEBDOMADAIRE  
DU 21 AU 27 OCTOBRE 2013

**Spécial**  
*salle de bains*  
**20 nouveautés**  
**top futées**

**Bien-être**  
*express*

**5 MINUTES POUR**  
**DÉCOMPRESSER**

**Trouver enfin**  
**le bon équilibre**

**JOB, VIE PERSO, FAMILLE**  
**LES PSYS VOUS CONSEILLENT**

**Make-up**

**FAUT-IL SE**  
**MAQUILLER AU DOIGT**  
**OU AU PINCEAU ?**  
**NOTRE BEAUTY GUIDE**

**Santé**  
**BAISSE DE**  
**LIBIDO, ON FAIT**  
**LE GRAND**  
**CHECK-UP**

**Forme au top**

**Coaching sportif**  
**en ligne, on l'a**  
**testé pour vous**

**Ultra bon**

**Tout chocolat,**  
**nos recettes**  
**les plus craquantes**

**+ DES CRÉATIONS INÉDITES D'UN CHEF PÂTISSIER**

**OUPS**  
**MON HOMME**  
**NE TRAVAILLE**  
**QU'AVEC**  
**DES FILLES**

**Mode**

**Blouson, toutes les**  
**façons de le porter**



GROUP PUBLI MEDIA

M 01188 - 1517 - F: 1,50 €



LE FÉMININ LE PLUS LU EN FRANCE

(Resultat One 2012 hors suppléments)

BEL: 1,60 € - CH: 3 CHF - CAN: 4,95 CAD - D: 1,20 € - E: 2 € - FIN: 2,80 € - GR: 2 € - ITA: 2 € - LUX: 1,60 € - PONT.COMT.: 2 € - DOM.: 2 € - AVON: 2,90 € - BATEAU: 1,60 € - MAY: 5 € - MAROC: 1,90 DH - TUNISIE: 2,5 TND - ZONE CFA AVION: 2,900 XAF - ZONE CFP AVION: 800 XPF - BATEAU: 350 XPF





## CHIMIO À DOMICILE LE RÔLE DES « INFIRMIÈRES GUIDES »

L'augmentation des chimiothérapies par voie orale permet aux patients d'être traités à domicile et d'éviter les séjours en milieu hospitalier. Si, en général, le confort d'être chez soi est apprécié, cette autonomie dans la maladie suscite souvent des interrogations. C'est pourquoi l'institut Curie a mis en place une consultation dédiée avec une infirmière, pour répondre aux questions des patients et assurer un bon suivi de leur traitement à domicile. Un bon exemple de coordination des soins entre la ville et l'hôpital.

## AROMATHÉRAPIE MISE EN BOÎTE

Quand on utilise l'aromathérapie, on a vite fait de se perdre dans tous ces petits flacons. Une solution : le coffret de rangement. Alors,

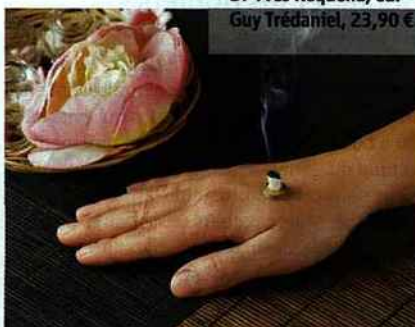


autant le choisir joli et écologique. **Aroma-zone** en propose trois modèles en bois de paulownia, de tailles différentes, pouvant accueillir de 12 à 50 flacons. Disponibles sur [www.aroma-zone.com](http://www.aroma-zone.com), entre 5,50 € et 25 € selon la taille.

## ÇA CHAUFFE! DÉCOUVRONS LES MOXAS CHINOIS

L'acupuncture, vous connaissez; mais pour vous, les moxas, c'est du chinois? Ça tombe bien, c'est le cas! Ce guide pratique vous explique justement comment utiliser ces petits bâtonnets d'armoise que l'on allume et qu'on utilise (sans qu'ils touchent la peau) pour chauffer les points d'acupuncture. Dans cet ouvrage, l'auteur précise pour chaque indication (de l'acné au zona en passant par les crampes ou le torticolis) comment les utiliser, mais aussi où se les procurer. « Guide pratique des moxas chinois », du

Dr Yves Réquena, éd. Guy Tredaniel, 23,90 €



LUCAS ZAREBSKI/OTHE LICENSING PROJECT; THINKSTOCK/GETTY IMAGES