

Santé

magazine

LE CAHIER
NUTRITION
22 PAGES

À GAGNER!

10 séjours
en thalasso pour
2 personnes



Le palmarès
des meilleurs
cosmétiques

ET SI C'ÉTAIT
LA THYROÏDE?

LA PROTÉGER,
L'ÉQUILIBRER

Après la crise du Levothyrox,
comment se soigner

+ un test pour faire son diagnostic

GARDER L'ÉNERGIE
DE SES 20 ANS,
C'EST POSSIBLE !

MIGRAINE

Les stratégies efficaces
pour combattre les crises

Un nouveau traitement
contre l'apnée du sommeil

10
façons de
SE LIBÉRER
DU PASSÉ

Comment aimer
le lundi ?

SANTÉ
NATURELLE

- Maux de l'hiver :
homéo et huiles
essentielles efficaces
- Intestin irritable : les
bienfaits de l'ostéopathie
- Douleurs des règles :
les plantes apaisantes

Je me
détoxifie
(et en plus,
je perds une taille)

▶ 15 jours de menus
sains sans perturbateurs
endocriniens

M 05665 - 506 - F: 2,90 € - RD santemagazine.fr



