BIEN-ÊTRE & SANTÉ

Soignez votre écologie féminine

Accompagner les femmes avec des produits naturels respectueux de leur métabolisme, telle est la mission de la marque française MiYé, qui signifie « la bonne amie » en provençal. Il s'agit notamment de répondre aux « tempêtes hormonales » : syndrome prémenstruel, post-partum, problèmes d'endométriose ou de SOPK, bouleversements de la ménopause... Le kit Sensualité de MiYé, comprend une brume intime apaisante, à base de pré- et postbiotiques, d'acide lactique et d'acide hyaluronique, un gel intime hydratant et rééquilibrant, à base d'extrait de muguet bleu, et le complément alimentaire Essentiels sérénité.

KIT SENSUALITÉ, *MIYÉ*

[My] Brume intime apaisante, flacon de 30 ml (50 utilisations).
[My] Essentiels sérénité, pot de 60 gélules (30 jours d'utilisation).
[My] Gel intime hydratant et rééquilibrant, tube de 20 ml.
À partir de 56 € le kit.
www.miye.care

Trois questions à Caroline Lanson, co-fondatrice de MiYé

Qu'est-ce que l'écologie féminine ?

Le corps de la femme est un écosystème, que les cycles féminins complexifient. On tient peu compte de cette différence par rapport à l'écosystème masculin. Une femme en quelques mois a plus de cycles hormonaux qu'un homme dans toute sa vie ! Préservons-la des perturbateurs endocriniens, impliqués dans des troubles tels que l'endométriose, les maladies auto-immunes et l'autisme. Ils sont encore présents dans de nombreux produits de beauté... mais pas dans les nôtres.

Quels sont vos impératifs ?

Nous ne concevons aucun produit qui n'apporterait rien de différent et de positif au marché. Par exemple, dans notre gamme intimité, il n'y a pas de gels nettoyants car ils sont inutiles : cette partie du corps se nettoie toute seule ! Mais nos produits pour le visage contiennent des postbiotiques, pour nourrir la peau. Nous cherchons à apporter plus de confort, à résoudre les problèmes d'inflammation, de peaux sèches ou de chute de cheveux d'origine hormonale.

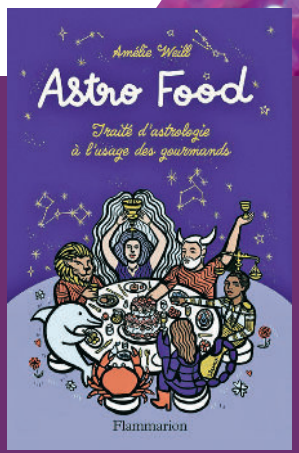
Et vos produits les plus originaux ?

Ceux de la gamme Intimité, uniques dans leur rôle et leur formulation. Ils sont légèrement acides comme les muqueuses, et non pas neutres, comme la plupart des produits existants. Et les compléments alimentaires, tels que les Essentiels Sérénité, qui comprennent trois types de magnésium, ainsi que des précurseurs de la sérotonine et de la dopamine. Il n'existe pas d'équivalents dans les compléments alimentaires.

ASTROLOGIE

Un traité à l'usage des gourmands

Que dit votre signe solaire de votre rapport à la nourriture ? Et votre signe lunaire de vos émotions culinaires ? Des astres aux assiettes, suivez le zodiaque et explorez avec gourmandise les ingrédients liés à votre thème astral. La journaliste et critique gastronomique Amélie Weill, férue d'astrologie, dévoile avec humour et légèreté ses savoureux secrets. « *Dissipez vos inquiétudes, vous ne trouverez dans cet ouvrage aucune injonction alimentaire, ni remède miraculeux. Si l'astrologie plonge ici dans la marmite de la gastronomie, ce n'est que pour explorer les ingrédients de votre savoureuse personnalité (et celle des autres au passage).* »



Amélie Weill
Astro Food
Flammarion, Jan. 2025, 18,90 €

RITUELLES_1.indb 64 20/02/2025 17:03