

avantages



N° 448 – FEVRIER

07/01 - BC 26/11 - RT 04/12

- ▶ CUISINE : Réconfort crousti fondant
- ▶ DOSSIER: Quoi de neuf en 2026
- ▶ MODE : GRAND FROID
- ▶ BEAUTE: la beauté tech, on a tout testé !
- ▶ SANTE: Hormones du bonheur doper son énergie & nutrition recharger les batteries & Thalasso
- ▶ TOURISME: Evasion l'Italie en train/ balade France la Côte bleue à l'ouest de Marseille

N° 449 – MARS

05/02 - BC 23/12 – RT 02/01

- ▶ CUISINE :ça mijote ! cocottes et compagnie
- ▶ DOSSIER: J'arrondis mes fins de mois
- ▶ MODE : Spécial Jean
- ▶ BEAUTE: **LES ACTIFS ANTI-AGE**
- ▶ SANTE: LONGEVITE + Anti-douleur
- ▶ TOURISME: évason Portugal, l'Algarve / Balade en France Archi Belles, les maisons emblématiques
- ▶ :

N° 450 – AVRIL

05/03 - BC 22/01 – RT 30/01

- ▶ DOSSIER: Bricoler, c'est pas sorcier
- ▶ MODE : **SPECIAL MODE (8 pages)**
- ▶ BEAUTE: **A VOS MASQUES**
- ▶ SANTE: Microbiote + DETOX

TOURISME : En France, idées week-end, nos coups de cœur (hôtels et chambres d'hôtes)

N° 451 – MAI

02/04 - BC 19/02 – RT 27/02

- ▶ DOSSIER: Spécial tourisme, quel profil pour quel voyage?
- ▶ MODE / BEAUTE : Cheveux & Bijoux
- ▶ SANTE: LONGEVITE + Anti-douleur
- ▶ TOURISME: Evasion City Guide Boston (/ Ballade France terre& Mer dans les Landes

N° 452 – JUIN

30/04 - BC 18/03 – RT 26/03

- ▶ CUISINE: : Mère/Fille
- ▶ DOSSIER : Une fête sans se ruiner
- ▶ MODE : Robes
- ▶ BEAUTE : Résultats GPAB & Parfums d'été
- ▶ SANTE: Mal de Dos
- ▶ TOURISME: Evasion Autriche, montagne bien-être/Balade France Le Perche Superstar

N° 453 – JUILLET

03/06 - BC 16/04 – RT 27/04

- ▶ DOSSIER : Le guide du linge (entretien, bien acheter...)
- ▶ MODE : Maillots
- ▶ BEAUTE : Solaires
- ▶ SANTE: Bobos de l'été & Hygiène alimentaire
- ▶ TOURISME: Evasion Québec à la cool/ Balade France : La France comme on ne l'a jamais vue

N° 454 – AOÛT

02/07 - BC 145 – RT 26/05

- ▶ CUISINE :ETE
- ▶ DOSSIER: Jeux de l'été
- ▶ MODE/BEAUTE : Beauté Eté /Collab Clarins
- ▶ SANTE: Dossier cerveau/ Médicaments douces pépins de l'été
- ▶ TOURISME: Evasion Balade France dans les Alpes de Haute Savoie

N° 455 – SEPTEMBRE

31/07 - BC 16/06 – RT 24/06

- ▶ CUISINE :ETE
- ▶ DOSSIER: Guide du Troc, par quoi je remplace ?
- ▶ MODE: Les bons basiques
- ▶ BEAUTE: para Pharmacie
- ▶ SANTE: Prendre soin de ses pieds
- ▶ TOURISME: Evasion Mexique, la Basse Californie / ballade France La corse

CALENDRIER

REDACTIONNEL 2026

N° 456 – OCTOBRE

03/09 - BC 23/07 – RT 31/07

- ▶ CUISINE :20 recettes inratables anti-charge mentale
- ▶ DOSSIER: STOP au Gaspi
- ▶ MODE: Spécial Mode
- ▶ BEAUTE: Les nouveautés pépites de la rentrée
- ▶ SANTE: :Immunité & Anti Inflammatoire (Nutrition)
- ▶ TOURISME : évasion Balade France Seine et Marne des artistes

N° 457 – NOVEMBRE

01/10 - BC 20/08 – RT 28/08

- ▶ CUISINE :Automne au Menu
- ▶ DOSSIER: Remplir son Frigo au meilleur prix
- ▶ MODE: Spécial Accessoires
- ▶ BEAUTE: Prendre soin de soi/cocooning ou soins cheveux
- ▶ SANTE: Cancer & Sommeil
- ▶ TOURISME : Evasion City guide Copenhague à l'heure des fêtes / balade France Médoc d'une rive à l'autre.

N° 458 – DECEMBRE NOËL

29/10 - BC 18/09 – RT 28/09

- ▶ CUISINE: Menu Fêtes
- ▶ MODE: Noel
- ▶ BEAUTE: Make up de fête
- ▶ SANTE: Stress & Spécial foie
- ▶ TOURISME : Evasion Balade France expériences Noel