

TOPNATURE

# TOPNATURE

LE MAGAZINE DE LA CULTURE BIO, C'EST MA VIE EN BIO !

**DE L'HIVER  
AU JARDIN  
PRENEZ-VOUS  
EN MAINS !**

**GRAND MÉNAGE  
DE PRINTEMPS  
ON JOUE  
LA DÉTOX  
GLOBALE**

**LA GUINGUETTE  
D'ANGÈLE  
DES PANCAKES  
TOUT VERTS  
QUI METTENT DU  
ROSE AUX JOUES**

**MATTHIEU  
RICARD  
SE LIBÉRER  
DE SES  
TOXINES  
MENTALES**

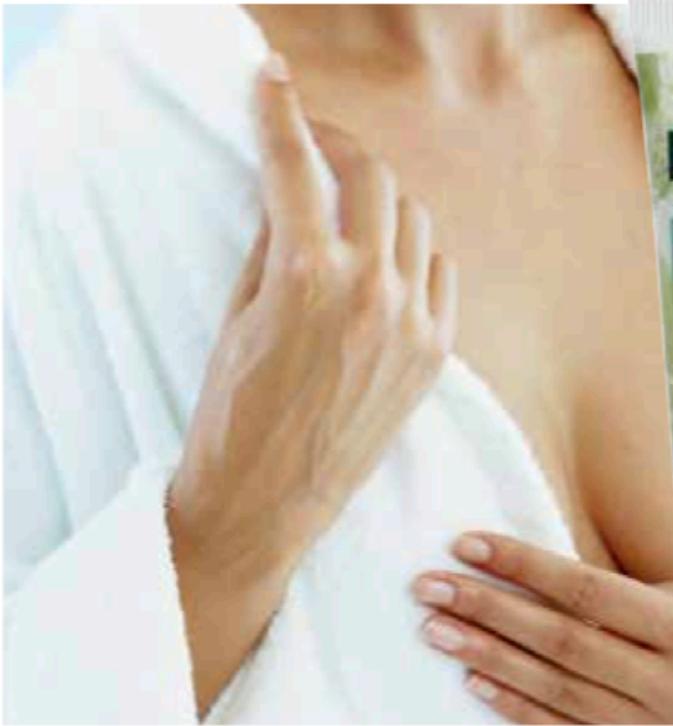
**ENFANTS  
BIEN SÛR QU'ON LES  
NOURRIT AUTREMENT !**

**LOUISE BROWAEYS. CULTIVER SON JARDIN D'ENFANCE.  
SANDRINE COSTANTINO. AUTREMENT, C'EST COMMENT ?**

A woman with her eyes closed, wearing a white bathrobe, is shown from the chest up. She is applying a white cream to her hands. The background is a soft, light blue.

# DE L'HIVER AU JARDIN **PRENEZ-VOUS EN MAINS !**

QUI AIME VOIR SES MAINS ABÎMÉES PAR LE FROID, DESSÉCHÉES, ROUGES, TOUTES MOCHES ? PERSONNE, ÉVIDEMMENT ! NE VOUS DITES SURTOUT PAS QUE TOUT ÇA VA PASSER AVEC LES BEAUX JOURS. PRENEZ-VOUS PAR LA MAIN ET ADOPTEZ CRÈMES ET BAUMES POUR DES SOINS QUOTIDIENS QUE LES INGRÉDIENTS BIO TRANSFORMENT EN PLAISIR DURABLE.



**CRÈME MAINS & ONGLES RÉPARATRICE**

On ne s'inquiète plus pour nos mains desséchées et pas toujours aussi douces qu'on le souhaiterait ! C'est une belle conjugaison de végétaux réparateurs qui s'applique ici à nous prêter main-forte en mode nutrition intense. De la tendresse avant toute chose : en BiO, l'extrait d'arnica, l'amande douce de Provence, le beurre de karité, l'huile de noisette et l'aloé vera s'inscrivent tous dans cette promesse de réconfort faite aux mains abîmées comme aux ongles fragilisés.

**COSLYS. 50 ml. 5,70 €**

**CRÈME MAINS NUTRITIVE**

Quelle finesse de la texture ! Ici réside sans doute le point fort de cette crème nourrissante pour les mains, non grasse, non collante, et d'une légèreté... Comme une seconde peau, elle offre une protection d'une délicatesse très agréable. 20% d'eau thermale de Jonzac en osmose avec les cellules de la peau, des lipides biomimétiques hydratants et apaisants (beurre de karité, squalane végétal extrait de l'olive, actifs issus de l'huile de limnanthe), 19% d'eau florale de camomille : la formule calme les sensations d'inconfort en rétablissant l'équilibre hydrique et nutritionnel des peaux sèches ou sensibles,

malménées par l'hiver.  
**JONZAC. 50 ml. 6,40 €**



**BAUME MAINS DE SECOURS**

Cire d'abeille ultra-fine, miel de lavande (5%), propolis blanche et noire issues des récoltes maison (5%), extrait de fleurs de mauve : vous pouvez avoir passé du temps en plein air cet hiver sans que, pour autant, la vocation réparatrice de ce soin haute protection qui met du baume... aux mains ne s'en trouve altérée. Au contraire ! Les peaux agressées et fragiles se laissent porter par cette formulation généreuse étudiée pour elles.

**BALLOT-FLURIN. 75 ml. 10,75 €**

**CRÈME DE BEAUTÉ MAINS**

Avec Guérande, il flotte toujours dans l'air un petit parfum de sel qui éveille des réminiscences de bord de mer plutôt vivifiantes. La fleur de sel et les Eaux-mères - signature de la marque - de cette crème de beauté hydratante et reminéralisante n'y sont évidemment pas pour rien ! En complément, la salicorne verte joue sereinement son rôle purifiant et apaisant. L'esprit demeure en vacances pendant que ces actifs sont au travail pour nous adoucir la vie.

**GUÉRANDE. 60 ml. 11 €**





### CRÈME MAINS NECTAR DE MIELS

Si vos mains sont vraiment desséchées, si vous constatez une hypersensibilité au moindre changement de température, cette crème va vous reconforter. Au miel de thym, beurre de karité, huile de ricin, elle se présente comme un soin de nutrition extrême. Plus encore que la Crème Mains Veloutée L'Argan BiO à absorption rapide, la Crème Mains L'Or BiO qui sent si bon, ou la Crème mains légère Nectar de Roses, tout en hydratation.

MELVITA. 30 ml. 6 €

### DO IT YOURSELF Un rituel d'exfoliation des mains

*Didier Thévenin, directeur de la formation internationale de Melvita nous confie la recette de son soin des mains à préparer soi-même.*

*Pour les femmes et les hommes, car les femmes qui aiment les hommes n'aiment généralement pas qu'ils aient les mains rugueuses. Les hommes qui aiment les femmes, ça dépend.*

1 cuillerée à café de sucre BiO,  
2 pressions de pompe d'huile d'Argan Melvita : on mélange les deux dans une coupelle et on se "savonne" les mains avec. Éclat garanti et taches brunes estompées !

Ensuite, on applique une crème mains : si elles sont abîmées, une crème riche en couche épaisse le soir, et l'on dort avec des gants de coton, si nécessaire. Le lendemain matin, on applique le Roll-on d'Huile d'Argan au Géranium pour les ongles et les cuticules.



### LE SOIN DES MAINS

Ongles de fer et mains de velours, promet cette crème qui répare et nourrit la peau, renforce les ongles, et n'oublie pas de lutter contre les taches brunes que nous n'aimons pas voir apparaître. Composée d'algue nori, d'extrait de réglisse, d'aloé vera, de jojoba, de silice et de zinc, elle a toutes les cartes en main pour triompher de l'hiver et des autres saisons, sans effet gras mais avec un léger parfum de ciste et de benjoin, tout en élégance discrète.

ABSOLUTION. 40 ml. 18 €



### SOIN SOS BAUME MAINS

Même les mains gercées ou crevassées vont trouver refuge dans ce soin intensif qui adore les sports d'hiver et les longues journées au jardin qui malmènent les peaux sensibles. L'huile de macadamia se conjugue au beurre de karité, à l'huile d'amande douce et au beurre de cacao BiO pour envelopper vos mains d'un film réparateur, apaisant et protecteur mais néanmoins invisible et non collant.

LAVERA. 50 ml. 4,99 €