



Public **Beauté**

# Chut...je dors!

C'est le secret de beauté le mieux gardé. On soigne son sommeil pour être plus jolie au réveil. *Marine Boisset*



À la fleur de lin, la camomille ou la lavande, ces produits aux plantes apaisantes et relaxantes à utiliser au moment du coucher favorisent un endormissement rapide et un sommeil réparateur.

Coffret Sommeil Boîte de Nuit, Nature & Découvertes **24,95€**



Brume sommeil, So'Bio Elic **6,60€**



## Sur l'Oreiller



Eau parfumée de nuit, Bien-être L'Herboriste **5,99€**

Brume d'oreiller Eau serène, Le Couvent des Minimes **16€**



Brume d'oreiller, Graine de pastel **16,90€**



Camille Rowe pour Next Sleepwear



## Élixirs Sommeil

Infusions aux plantes relaxantes (comme la mélisse ou la verveine), grog gourmand aux huiles essentielles réconfortantes ou pilules magiques à la mélatonine (sans dépendance), ces formules agissent comme le marchand de sable.



Infusions Mon Programme Sommeil, BiOrigine **5€**



Grog Sommeil, Famille Mary **8,90€**



Infusions Réves, Infuz **5,80€**



Infusions Détente du soir, Fleurance Nature **6,90€**



Noctrim Forte, Biocyte **15€**



## 6 nouveautés "endors-moi"

**1**

Retrouvez le sommeil en cinq jours grâce aux soins et conseils de pros. Escale Sommeil au Grand Hôtel de Saint-Jean-de-Luz. Infos sur [luzgrandhotel.fr](http://luzgrandhotel.fr)

**2**

**Un oreiller sur mesure**  
Le questionnaire gratuit vous aide à trouver l'oreiller de vos rêves. Oreillers à partir de 20,90€ sur [petit-meunier.fr](http://petit-meunier.fr)

COMMENT CHOISIR SON OREILLER ?

**3**

**Fais Dodow!** Calez votre respiration sur le rythme d'un faisceau lumineux et à vous les nuits paisibles! Appareil, Dodow. 49€.

**4**

**L'oreiller du futur**  
La température de cet oreiller connecté est réglée, via une appli dédiée, sur vos cycles de sommeil. [getmoona.com](http://getmoona.com)

**5**

**Le masque de nuit en soie**  
Pour lutter contre les signes de l'âge pendant la nuit. Sleep'n Beauty By Climsom. 35,90€.

**6**

**Le sur-oreiller rafraîchissant**  
Pour trouver le sommeil (et le garder). Coolpad Crystal, Climsom. 35,90€.

## Crèmes de nuit

Les cellules se régénèrent la nuit, on booste le processus avec des crèmes de nuit efficaces. Ces formules malignes intègrent des odeurs qui aident à se délasser en permettant un sommeil profond, donc réparateur.

Masque de nuit merveilleux  
20€

Baume-crème Nutri-Rêves Essentiel Nuit, Delarom  
82,90€

Baume Good Night, 1001 Remedies sur [thebeautyshopper.com](http://thebeautyshopper.com)  
34€

Baume Détente Sommeil, So'Bio Etic  
7,90€

Night Perfector, Formula 10.0.6  
13,95€

Sleeping Cream, Lavera  
13,50€