

féminin \* positif \* inspirant

# happinez

LE PREMIER MINDSTYLE MAGAZIN

numéro 5

En cadeau  
un mandala  
de méditation

Diane Monceau

Frère Benoît Billo

Jan Kounen

ici et  
maintenant  
vivre pleinement

**Revenir à l'essentiel** Apprivoiser le temps

Theotihuacán, où l'homme devient un dieu

**Une vie plus légère** Êtes-vous dans votre élément ?

Je suis la conscience. Je suis le Présent. Je suis.

AUTHENTIQUE - ÉCOLOGIQUE - INSPIRANT - DURABLE - ARTISANAL - PUR - ÉQUITABLE - UNIQUE - SHOPPING

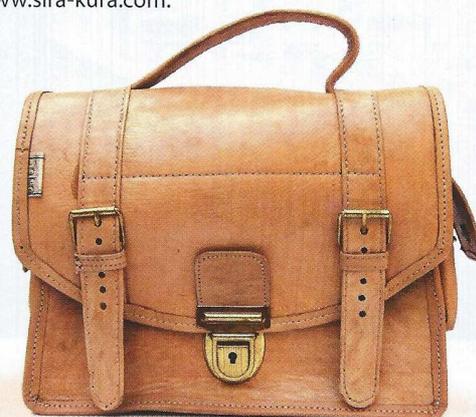
## Bamboo style

Légers, robustes et faciles d'entretien, ces mugs vitaminés au design épuré sont conçus en fibres de bambou biodégradables à 70 %. Parfait, à l'heure du thé ou au petit déjeuner, pour mettre la planète de son côté ! Arbre à bulles, 6 € sur [www.arbreabulles.com](http://www.arbreabulles.com).



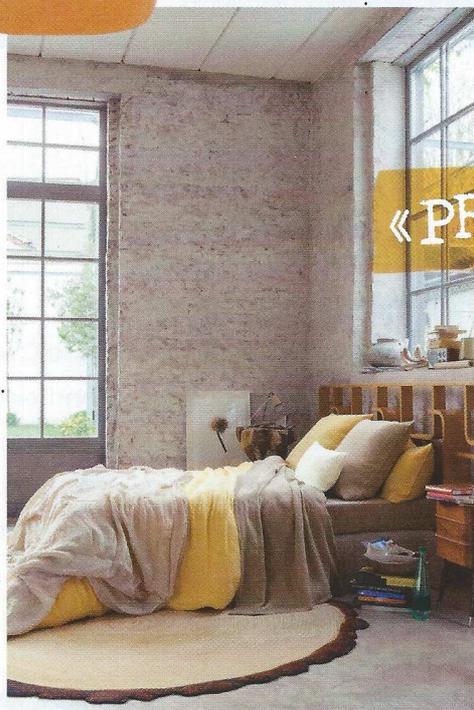
## Vive la rentrée !

Ce It-Bag équitable est l'œuvre d'un artisan malien qui réalise sur commande, à Bamako, les modèles en cuir de Sira Kura. En balade comme en réunion, on farfouille dans son grand compartiment et on range soigneusement ses trésors dans cinq petites poches bien pensées. Sira Kura, 130 € sur [www.sira-kura.com](http://www.sira-kura.com).



## « PRINCESSE AU PETIT POIS »

Le chanvre prend naturellement soin de votre sommeil. Ces draps tissés sur des métiers anciens du nord de la France et teintés au pays des cigales vous offrent les délices d'un nid de princesse aux couleurs 100 % écolos. Couleur chanvre, à partir de 39 € sur [www.couleur-chanvre.com](http://www.couleur-chanvre.com).



## Comme une reine

Très nourrissant et riche en vitamine C, le lait de chamelle apaise les peaux sensibles et lutte contre les effets du vieillissement. Tonifiant, antioxydant, antibactérien et antirides, le Chamelait tunisien, saponifié à froid, serait le secret naturel de la jeunesse éternelle. Chamelait, environ 4,30 € sur [www.viveznature.com](http://www.viveznature.com).



## Je rayonne

Deux fois par semaine, cette crème bio délicieusement riche et onctueuse reminéralise la peau et lui donne un vrai coup de peps. Un cocktail d'eau de mer, de citron vert et de minuscules diatomées : la base idéale des soins beauté. Crème gommante visage Iroisie, 32 € sur [www.iroisie.com](http://www.iroisie.com).

