

n°7 ♥ ralentir | être bien | s'évader | partager | déguster

# SIMPLE THINGS

GAGNEZ  
DES  
ACCESSOIRES  
VINTAGE

*Délices*  
INVITEZ  
les fleurs  
dans vos plats

*Aimer...*  
LES BONNES ONDES  
d'un coffee shop à Paris

ESCAPE  
UNE VIRÉE  
À LOS ANGELES

*Nouveau  
départ*  
S'installer à la  
campagne

Découvrir  
LES BIENFAITS  
DU CHANT  
DES OISEAUX

## LA VIE EST BELLE

Offrez un toit aux abeilles  
Moments "slow" au cœur du Lubéron  
Savourez "L'éloge de la lenteur"

L 12850 - 7 - F: 4,95 € - RD



NUMÉRO 07  
AVRIL - MAI  
2015

# FAIRE UNE COURONNE TORSADÉE

Par Marjolaine des Chignons d'Anna @leschignonsdanna



Photographie Pauline Franque [www.pauline-franque.com](http://www.pauline-franque.com) et Marina Gandrey [www.marina-makeup.book.fr](http://www.marina-makeup.book.fr)

Si comme moi vous êtes de nature à avoir les cheveux plats, n'hésitez pas à préparer votre crinière avec un boucleur (ici Babyliss Curl Secret) pour avoir davantage de volume et de matière. **1 Prenez une mèche** en haut de votre front, séparez-la en deux. Vous aurez les deux brins de la torsade. **2 Passez le brin extérieur** au-dessus de l'autre brin. **3 Ajoutez au brin intérieur** une autre mèche venant du bord de la tête. Passez l'ensemble de ce brin (brin intérieur + mèche ajoutée) au-dessus de l'autre. **4 Répétez l'opération** : prenez le brin intérieur, ajoutez une mèche et passez l'ensemble au-dessus de l'autre brin. Votre torsade commencera à prendre forme et

collera à votre tête. **5 Pour pouvoir faire le tour** de la tête sans avoir de crampes aux bras, baissez-la légèrement et répétez l'opération précédente. **6 Pour finir la couronne**, vous allez devoir changer la position de vos mains. Passez la main "trop courte" devant votre visage et récupérez la torsade. Terminez la torsade en passant un brin au-dessus de l'autre et placez l'élastique. **7 Fixez votre torsade** avec deux épingles à chignon. Et laissez tomber quelques mèches pour un effet bohème. **8 Voilà une coiffure simple** et sophistiquée à la fois, idéale pour une longue journée : tenue parfaite si les épingles sont bien mises !



## BEAUTÉ DU REGARD

**LAKSHMI, "DÉESSE DE LA BEAUTÉ" EN HINDOU**, conçoit une gamme de produits cosmétiques naturels et bio (parfums naturels, kajals et rouges à lèvres) selon des recettes ayurvédiques traditionnelles. Encore pratiqué aujourd'hui en Inde, l'ayurvéda est une médecine naturelle qui existe depuis 5000 ans. Le kajal ayurvédique est composé d'huiles végétales, de cire d'abeille, de charbon et de "ghee" (beurre clarifié suivant

la tradition ayurvédique). Le kajal permet de fixer les impuretés et les poussières, rafraîchit et clarifie la vue. Les kajals sont composés à base d'un "ghee" produit à partir de beurre issu de l'agriculture biologique (Demeter pour le khôl) et obtenu par une longue et lente cuisson, dans la plus pure tradition ayurvédique. <http://shop.lakshmi.de/en/> et [www.lakshmi.de/en/lakshmi.html](http://www.lakshmi.de/en/lakshmi.html)



## ANTIBOBOS

LCA, spécialiste de l'aromathérapie made in Provence, lance une trousse indispensable pour toutes vos sorties en plein air. Elle contient le nécessaire pour soulager instantanément les petits bobos avec un roll-on kiné, composé de sept huiles essentielles (wintergreen, romarin, cinéol bio, romarin camphré, genévrier, vétiver et gaulthérie), aux propriétés anti-inflammatoires et antidouleur. Le Spray Bobos (menthe poivrée – antidouleur –, géranium rosat, lavandin, immortelle bio – antihématome –, lavande officinale, ciste, cyprès, tea tree, gaulthérie) contribue à calmer et à soulager instantanément les coups, les chocs et les bleus.

LCA, 16 € environ, [www.lca-aroma.com](http://www.lca-aroma.com)