

www.femmeactuelle.fr

# Femme actuelle



Les petits  
secrets beauté des  
jolies mains

**-3 kilos illico**

**NOUVEAU  
LE COACH  
MINCEUR**

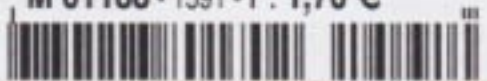
**Femme actuelle**

MENUS EXPRESS, GYM FACILE ET

MON JEAN, COMMENT  
LUI DONNER UNE  
TOUCHE PUNCHY

GRUPE PRISMA MEDIA

M 01188 - 1591 - F: 1,70 €



Le féminin le plus lu en France

N°1591 - DU 23 AU 29 MARS 2015

Cuisine  
de saison

**ÇA MIJOTE  
DANS LA  
COCOTTE**

Santé  
INSOMNIE, LE  
BONNES MÉTHODE  
POUR Y REMÉDIE

Salon, chambre, cuisine.

**30 idées**  
des spéciaux  
de plac

Attitude  
APPRENDRE  
BLAGUER

à la marche  
POUR  
DÉPASSE  
SES PRÉJUGÉS

**Diet**

Je manque  
de fer, je mange  
quoi?



BEL: 1,70 € - CH: 3 CHF - CAN: 4,95 CAD - D: 3,20 € - ESP: 2,20 € - FIN: 3 € - GR: 2,20 € - ITA: 2,20 € - LUX: 1,70 € - PORT/CONT: 2,20 € - DOB/AVION: 2,90 € - BATEAU: 1,70 € - GUY: 4,50 € - MAY: 5 € - MAROC: 20 DH - TUNISIE: 2,70 TND - ZONE CFA AVION: 3,200 XAF - ZONE CFP AVION: 800 XPF; BATEAU: 350 XPF