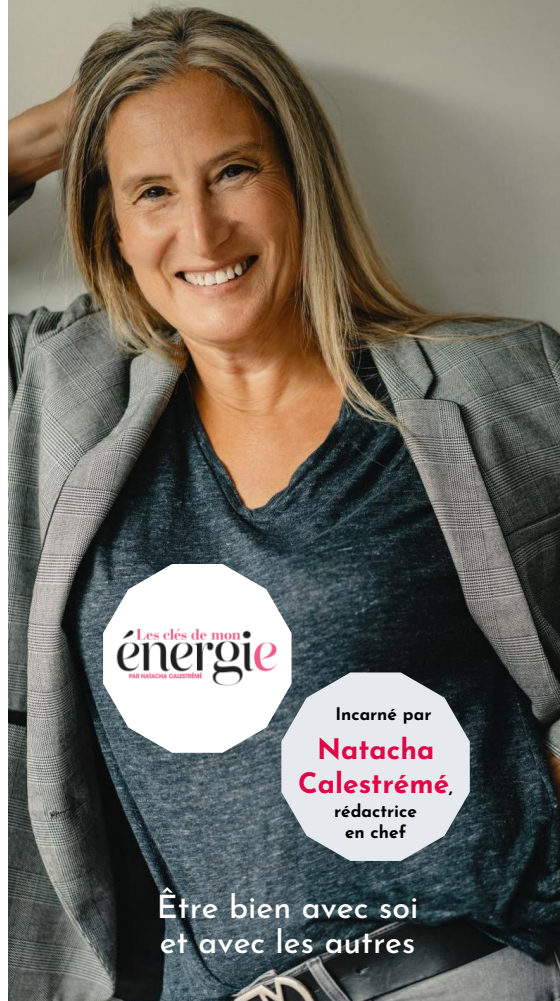


S'ÉVEILLER

AU DÉVELOPPEMENT

PERSONNEL

▲ pratique ▲ inspirant ▲ feel good



Les clés de mon
énergie
PAR NATACHA CALESTRÉMÉ

Incarné par
Natacha
Calestrémé,
rédactrice
en chef

Être bien avec soi
et avec les autres



PRINT

80 000 exemplaires (tirage)
Bimestriel (4 parutions en 2023)
Prix de vente : 6,90€
100 pages dont 12 pages en cahier



CIBLE

Femmes +30ans

Des lectrices attentives à leur bien-être
et à leur santé mentale.



CONTENUS

- ▲ Des **témoignages** inspirants
- ▲ Les **conseils d'experts** et les **protocoles** de Natacha
- ▲ Un **cahier de 12 pages** de rituels, d'exercices et de jeux
- ▲ Des rubriques **beauté, alimentation** et **tourisme**