



## Et hop, un coup de frais!

Cheveux en bataille qui sentent le cendrier, haleine de putois et langue pâteuse ? On commence par laver ses cheveux avec un shampoing détox qui élimine les odeurs et les impuretés. Puis on s'attaque à l'haleine avec une brosse à langue, un bain de bouche et un spray buccal. **Notre choucou** : le shampoing sec Dop à la pomme qui masque les odeurs pendant 12 heures.



1. Shampoing Fraîcheur Détox, Le Petit Marseillais. 2,65 €.
2. Shampoing purifiant bio, Dietox. 12 €.
3. 2 brosses à langue Dentylium, Akeo. 6,20 €.
4. Shampoing sec à la pomme, DOP. 4,49 €.
5. Spray Buccal Fresh, Pretty, sur Amazon. 2 €.

## Siroter malin

L'alcool est un puissant diurétique et donc... il déshydrate ! Les lendemains d'excès, buvez beaucoup d'eau ou misez sur des super-boissons, détoxifiantes ou désaltérantes, riches en vitamines, oméga-3, antioxydants et fer. **Notre choucou** : le jus Wow à base de fruits, de légumes et de chia, pour une peau plus belle, un regain d'énergie et une meilleure digestion.



1. Infusions Detox, BiOrigine. 5 €.
2. Thé Blue Detox, Kusmi Tea. 16,10 €.
3. Eau de coco-passion, Vaivai. 3,94 €.
4. Jus aux graines de chia, Wow. 2,69 €.
5. Beauty Water (6x 500ml), Juice Delight. 40 €.

## La jouer light

Avec la cure de jus sur une journée, vous mettez votre organisme (malmené) au repos et vous faites le plein de vitamines. **Notre choucou** : la cure globale Flashday de Dietox qui, en plus de 6 jus détox, comprend un spray antifringale, des tisanes et des cosmétiques adaptés.



1. Cure Flashday (6 jus, 6 thés, 1 Happy Elixir et 6 produits beauté), Dietox. 150 €.
2. Cure Detox (6 jus et 1 booster), Good Organic Only. 60 €.
3. Cure Easy (6 jus), Detox Delight. 65 €.

