

**ENVIE D'ACTU**  
**ÇA BOUGE !**  
PAR JESSICA DUCHAMP

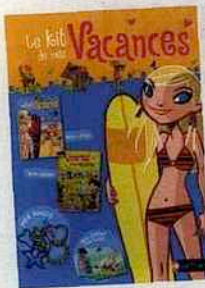
**DU SPORT AU FEMININ**



Cette année, La Parisienne lance son coaching sur mesure, pour les Parisiennes uniquement ! Proposées par dix ou à la carte, les séances sportives allient course à pied et exercices divers. Chacune aborde un thème spécifique (« Respirer selon la situation », « Adopter la bonne posture »...). Toutes les informations sur les jours, horaires et lieux de rendez-vous sur [www.la-parisienne.net](http://www.la-parisienne.net).



## Carnet de vacances



Dans ce cahier, les jeunes filles vont pouvoir décrire le cadre de leurs vacances, présenter leurs nouvelles copines, commenter leurs visites et coller leurs photos préférées ! Le manuel fourmille aussi de conseils pratiques et d'idées d'activités. *Le Kit de mes vacances*, 13,90 €, Nathan. Dès 7 ans.

## PEOPLE ÉLECTION DES FEMMES EN OR 2011

La 19<sup>e</sup> édition des Femmes en Or se tiendra le 17 septembre prochain à Nice. Ce rendez-vous célèbre les femmes d'exception qui, dans leur domaine, contribuent à valoriser la place des femmes. Onze trophées, représentant onze catégories, seront remis, dont ceux de la Femme d'environnement, de la Femme de média et de la Femme de spectacle. Parmi les nommées : Audrey Lamy, Karine Lemarchand, Camélia Jordana et Maud Fontenoy.

## POUR UN BÉBÉ HEUREUX

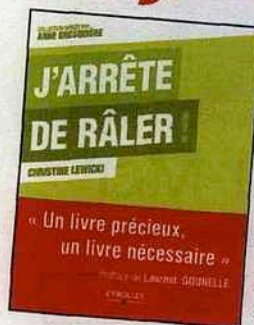
Masser son bébé, c'est lui permettre de se détendre, de soulager ses tensions, mais c'est aussi le moyen de créer un lien plus fort avec lui. Le petit livre propose des massages simples, à réaliser au quotidien. Nathan, 14,90 €.



## 7 MILLIARDS DE M<sup>3</sup>

C'est la quantité d'eau qui est prélevée chaque année dans les nappes souterraines, dont la moitié est utilisée comme eau potable.

## La fin des râleurs



J'arrête de râler est un guide astucieux pour vous permettre de changer votre regard sur la vie. Christine Lewicki, qui s'est lancé le défi d'arrêter de râler pendant vingt et un jours consécutifs, vous propose ses trucs et astuces, tout en vous faisant partager sa propre expérience. J'arrête de râler, éditions Eyrolles, 11,90 €.

## DES CADEAUX, CET ÉTÉ, CHEZ AUCHAN DRIVE

Jusqu'au 13 août, recevez par mail chaque semaine un code avantage\* pour bénéficier d'un cadeau dès 50 € d'achat. Si vous n'êtes pas inscrit, créez vite votre compte Auchan Drive pour recevoir nos mails et un cadeau estival pour combler petits et grands !

\*Un code par foyer et par semaine.



© ANTONINI GUIDICI - PASCALITO - MS - PIERRE MARCHAL - DR