

Sens & santé

LE CORPS
L'ESPRIT
LE MONDE

N°1
Nouveau



Les secrets du ventre

Cœur de la vitalité,
clé de notre équilibre

Les aliments fermentés

Une matière vivante,
des saveurs sacrées

Bains de forêt

Au Japon, une thérapie
de la nature

Cerveau

Bienveillance et
curiosité régénèrent
les neurones

