

Le féminin le plus lu de France

Femme Actuelle



**NOS
RECETTES
AUX
SAVEURS
DES BOIS**

DIABÈTE, SURPOIDS, ECZÉMA...

Les aliments qui protègent

**MAKE-UP
Rattraper
ses ratés**

VOITURE
J'économise
25% sur
mon budget

**CANCERS
FÉMININS**
Les nouveaux
traitements

FORME
Des exos
pour me
gagner

TÉMOIGNAGES
Scientifiques,
elles ont réussi
à s'imposer

N°1829 - DU 14 AU 20 OCTOBRE 2019

BEL: 2,50 € - CH: 4 CHF - CAN: 5,50 CAD - D: 3,50 € - ESP: 2,70 € - FIN: 3 € - GR: 2,70 € - ITA: 2,70 € - LUX: 2,50 € - PORTCONT: 2,70 € - DOM: AVION: 3,20 € BATEAU: 2,40 € - GUY: 4,60 € - MAROC: 26 MAD - TUNISIE: 5 TND - ZONE CFA AVION: 3 550 XAF - ZONE CFP AVION: 900 XPF; BATEAU: 350 XPF

PM PRISMA MEDIA

M 01188 - 1829 - F: 2,30 €





Des jouets plus mixtes pour Noël

Les principaux fabricants et distributeurs de jouets viennent de signer une charte avec le ministère de l'Économie, s'engageant à concevoir des jeux qui ne véhiculent pas les stéréotypes de genre. Fini les robots ménagers roses, les messages «pour faire comme maman» et les catégories filles et garçons dans les catalogues.

LA CULTURE À VOLONTÉ

Visitez, en illimité, les plus beaux châteaux, monuments, musées, parcs de France et de Belgique grâce au Pass Patrimoine, lancé le 16 octobre. 400 lieux à découvrir pour 79 €/an (solo) ou 149 € (duo). En carte cadeau ou en ligne sur patrimoine.net.



Heure solidaire

A l'occasion du changement d'heure, l'association Habitat et Humanisme qui vient en aide aux plus démunis invite chacun, du 18 au 27 octobre, à effectuer une heure de bénévolat au sein d'une des 55 antennes ou un don égal à une heure (ou plus) de ses revenus. heure-solidaire.org.



La mode éthique trop peu visible

Se vêtir bio et durable, d'accord, mais où ? Parmi les 48 % des Français* qui achètent du textile éthique*, la moitié déplore un manque d'offres, en points de vente et sur internet. En outre, ils jugent insuffisante l'information sur les divers labels concernant la traçabilité.

*Chaire Institut français de la Mode/Première Vision

Recherche d'emploi

UNE PLATEFORME POUR LES FEMMES

L'association Force Femmes lance une plateforme d'e-learning gratuite pour accompagner les femmes dans leurs démarches de retour à l'emploi. Une formation pratique pour construire son projet, créer son CV, optimiser ses recherches... verslemploi.fr

UN AGRICULTEUR AU BOUT DU FIL

Bien-être animal, pesticides, respect de la biodiversité... Pour répondre aux interrogations des consommateurs, le collectif #IciLaTerre vient de lancer un numéro vert : 0805 382 382. Au bout du fil, une centaine d'agricultrices et agriculteurs désireux de nouer le dialogue et de partager la réalité de leur métier.

