

Parce que la vie est belle après 50 ans

N° 61 - JUILLET - AOÛT 2024

# +de **Pep's** magazine

**DIABÈTE  
BIEN  
L'ÉQUILIBRER**

Alimentation,  
nouveaux  
traitements

## **10 faux pas qui empêchent de maigrir**

Les solutions  
au cas par cas



### **RECETTES DES VACANCES**

Nos tartes fines  
salées/sucrées

### **DÉCO**

Clôtures et  
claustras pour  
en finir avec  
les vis-à-vis

### **POUR L'ÉTÉ**

Un jardin qui  
résiste à tout

### **PSYCHO**

Le pouvoir  
des couleurs sur  
notre esprit

## **BONS PLANS**

### **RÉNOVATION ÉNERGÉTIQUE**

- Comment réussir son projet
- Démarches et aides: mode d'emploi

### **COUPLE**

Changer de régime  
matrimonial,  
ce qu'il faut savoir

### **VOS FINANCES**

Ouvrir un plan  
d'épargne retraite  
individuel

### **ESCAPADE**

Croisière sur la  
Rance aux abords  
de Saint-Malo

uni\_médias

CPPAP

L 14483 - 61 - F: 3,80 € - RD



DE PIERRE DE COUBERTIN, FONDATEUR DES JEUX OLYMPIQUES MODERNES EN 1896 À ATHÈNES À CEUX DE 2024 À PARIS, PRENONS-NOUS AU JEU D'UNE MODE SPORTIVE, ÉLÉGANTE ET LUDIQUE. RÉALISATION : LYDIE OBRIET BESSE



Carré en twill de soie toile de Jouy "sport", Maison Malfroy, 49 €. [malfroy.com](http://malfroy.com)



Sweat col camionneur en coton, Monoprix, 27,99 €. [monoprix.fr](http://monoprix.fr)



Tee-shirt en coton bio, La Gentle Factory, 45 €. [lagentlefactory.com](http://lagentlefactory.com)



Pochette banane en polyester, Kappa, 25 €. [Kappa.fr](http://Kappa.fr)



Pantalon de jogging en polyester et viscose du 34/36 au 54/56, Damart, 45,99 €. [damart.fr](http://damart.fr)



Pantalons en coton à lien, Maison 123, 95 €. [maison123.com](http://maison123.com)



Sac à dos en polyester, Barts, 79,99 €. [barts.eu](http://barts.eu)



Espadrilles du XV de France, en polyester teinté à l'encre végétale, Payote x France Rugby, 39,90 €. [payote.fr](http://payote.fr)



Imperméable en polyester recyclé certifié Oeko-Tex, Flotte, 109 €. [flotte.fr](http://flotte.fr)