# Ça M'Intéresse Santé fait du sport de confinement

ven 27/11/2020 - 13:53

Le secret de la forme, c'est le mouvement. Et ça, ce n'est pas Ça M'Intéresse Santé (Prisma Media) qui dira le contraire à votre clientèle. Le magazine, d'ailleurs en linéaires depuis ce matin, présente ses meilleurs conseils en matière de bien-être et de médecine douce à ceux et celles qui le lisent.

Au sommaire du magazine en effet (codification 15222, 6,90 euros), des conseils pour conserver la peau douce, mais aussi soulager son dos avec divers exercices de gainage, de yoga et de pilates. Et à l'approche des fêtes de fin d'année, la rédaction donne aussi des astuces pour éviter la mauvaise haleine.