

B I B A

Février 2018

TUTO CHEVEUX

Je veux
un chignon
comme ça

TEST
Love,
êtes-vous
trop dans
l'attente?

GRRRRRR

J'adore ma mère,
mais elle m'énerve

BEAUTÉ

Des produits
doux et efficaces
(oui, ça marche)

MODE

Spécial jean

VÉCU

Elles ont changé de vie,
elles racontent...
vraiment

MICRO-TROTTOIR

Là, j'ai eu le césaire
de la honte

DÉCO

Vive la brocante
en ligne!

35

idées
pour vivre
autrement

Mode d'emploi pour

- Apprendre à lâcher prise
- Donner plus de sens à sa vie
- + Dépasser ses limites pour se révéler à soi-même

L 16521 - 456 - F: 2,00 € - RD





ILLUSTRATION DARIA PIROMALLI/AGENCE MARIE BASTILLE. PHOTO DR

Choisir le sexe de son bébé, c'est possible ?

Garçon ou fille ? La méthode MyBuBelly permettrait de déterminer le sexe de son enfant. Mais à condition de la démarrer bien avant la conception.

L. K.

Suivre son pH et son cycle.

Selon la méthode MyBuBelly, notre pH interne aurait une influence sur la course des spermatozoïdes vers l'ovule. Un pH acide optimiserait nos chances d'avoir une fille alors qu'un pH alcalin serait plus propice à un garçon (mybubelly.com). L'alimentation constituerait la clé pour faire varier notre pH. Le suivi de notre cycle aurait aussi son importance, car en fonction des jours, l'un des sexes serait plus favorisé que l'autre.

Au moins 3 mois avant.

Choisir le sexe de son bébé, c'est possible?

Garçon ou fille? La méthode MyBuBelly permettrait de déterminer le sexe de son enfant. Mais à condition de la démarrer bien avant la conception.

Suivre son pH et son cycle. Selon la méthode MyBuBelly, notre pH interne aurait une influence sur la course des spermatozoïdes vers l'ovule. Un pH acide optimiserait nos chances d'avoir une fille alors qu'un pH alcalin serait plus propice à un garçon (mybubelly.com). L'alimentation constituerait la clé pour faire varier notre pH. Le suivi de notre cycle aurait aussi son importance, car en fonction des jours, l'un des sexes serait plus favorisé que l'autre.

Au moins 3 mois avant. La méthode doit débuter avant la conception. Après, c'est trop tard, bien sûr... Elle dure en moyenne de 3 à 6 mois. MyBuBelly fournit des tests de pH et d'ovulation, la liste des aliments autorisés, des compléments alimentaires et plein de recettes et de conseils. On a accès à un espace personnel en ligne avec, notamment, un tableau pour suivre l'évolution de notre pH et de notre cycle. Des notifications nous sont envoyées, par exemple pour mesurer le pH ou signaler le bon moment pour concevoir bébé. Tenter de choisir le sexe de l'enfant restreindrait un peu les dates

de conception. En effet, comme il existe des différences de robustesse et de vitesse entre les spermatozoïdes «filles» et «garçons», certains jours seraient donc à éviter.

Quel bilan? MyBuBelly a été lancée récemment. Il n'y a pas assez de recul pour mesurer l'efficacité de la méthode, mais, selon sa fondatrice, le principe sur lequel elle repose aurait un taux de réussite d'environ 80%. Elle est d'ailleurs remboursée si on n'obtient pas satisfaction. Son coût est de 170 €/mois pour les trois premiers mois, 120 €/mois du quatrième au sixième mois puis 100 €/mois. L. K.



LAV

STOP AU P

On voudrait qu'il tétine? Machouy...
accessoire fait pr
de ses dents et c
Ça lui évite de se
il échappera peu
d'orthodontie. A
vente en pharma
sur machouyou.c

Faut-il v de coiff cheveux

Oui! Même a
sur la tête.

Éviter les épis.

Il a
laire et de nos épi
sant ses cheveux t
ces derniers risqu
des épis supplém
éviter cela, on van
velure, une fois v
gauche ou la droit
il faut suivre l'impla
lui créer une raie à
plutôt sur la droit
brosse toujours le
sont humides. Les
à proscrire. Le cui
trop sensible et to

Stimuler la pouss

rement, le cuir ch
impuretés et des
repousse est stin
d'utiliser une bro

Choisir le sexe de son bébé, c'est possible?

Garçon ou fille? La méthode MyBuBelly permettrait de déterminer le sexe de son enfant. Mais à condition de la démarrer bien avant la conception.

Suivre son pH et son cycle. Selon la méthode MyBuBelly, notre pH interne aurait une influence sur la course des spermatozoïdes vers l'ovule. Un pH acide optimiserait nos chances d'avoir une fille alors qu'un pH alcalin serait plus propice à un garçon (mybubelly.com). L'alimentation constituerait la clé pour faire varier notre pH. Le suivi de notre cycle aurait aussi son importance, car en fonction des jours, l'un des sexes serait plus favorisé que l'autre.

Au moins 3 mois avant. La méthode doit débuter avant la conception. Après, c'est trop tard, bien sûr... Elle dure en moyenne de 3 à 6 mois. MyBuBelly fournit des tests de pH et d'ovulation, la liste des aliments autorisés, des compléments alimentaires et plein de recettes et de conseils. On a accès à un espace personnel en ligne avec, notamment, un tableau pour suivre l'évolution de notre pH et de notre cycle. Des notifications nous sont envoyées, par exemple pour mesurer le pH ou signaler le bon moment pour concevoir bébé. Tenter de choisir le sexe de l'enfant restreindrait un peu les dates

de conception. En effet, comme il existe des différences de robustesse et de vitesse entre les spermatozoïdes «filles» et «garçons», certains jours seraient donc à éviter.

Quel bilan? MyBuBelly a été lancée récemment. Il n'y a pas assez de recul pour mesurer l'efficacité de la méthode, mais, selon sa fondatrice, le principe sur lequel elle repose aurait un taux de réussite d'environ 80%. Elle est d'ailleurs remboursée si on n'obtient pas satisfaction. Son coût est de 170 €/mois pour les trois premiers mois, 120 €/mois du quatrième au sixième mois puis 100 €/mois. L. K.

