



3 octobre 2014

HUFF
POST

ART DE VIVRE

QUÉBEC

Édition: CA ▾

Region: ALL ▾



Suivre



Infolettre



Recherche HuffPost

PAGE D'ACCUEIL

POLITIQUE

ART DE VIVRE

MODE

DIVERTISSEMENT

SPORTS

AUTOBLOG

Animaux • Carrière • Cuisine • Famille • Maison • Mode Et Beauté • Recettes • Santé • Vie De Couple • Vidéos • Voyage • Rentrée scolaire

**Pourquoi je veux que mes enfants me voient nue - Rita Templeton****N'ayez pas peur, c'est juste un petit garçon****Où bruncher à Montréal? Top 10 des meilleurs endroits (PHOTOS)**

Peur de vieillir? Faites-le avec audace!

Le Huffington Post Québec

Publication: 02/10/2014 15:00 EDT | Mis à jour: 02/10/2014 15:04 EDT

7

0

0

0



Partager

Twitter

Courriel

Commenter

Vieillir avec audace, voilà la maxime de Mireille Guliano, auteur du livre *French Women don't get Facelift* récemment traduit en français *Ces Françaises qui ne vieillissent pas* publié aux Éditions de l'Homme et du best seller *Ces Françaises qui ne grossissent pas* publié en 2005.

Pourquoi avec audace? Parce qu'il est vrai qu'avec le temps, se regarder dans le miroir prend de l'audace. « On doit se regarder dans le miroir et ne pas se raconter de mensonges, » explique Mireille Guliano.

À 67 ans, Mireille Guliano affirme que si les Françaises excellent dans l'art de bien vieillir, c'est qu'elles prennent soin d'elles sans pour autant tomber dans l'excès en cherchant à avoir l'air jeune à tout prix

Dans ce livre, elle vous révèle comment vous épanouir à mesure que les années s'envolent, sans dépendre des dernières trouvailles cosmétiques ni sombrer dans les excès de la chirurgie.

Les secrets de Mireille Gulliano**Une nouvelle coupe**

Beaucoup de femmes font l'erreur de vouloir conserver la coupe de leur 20 ans toute leur vie. Pourtant, notre visage change et la coupe de cheveux qui le met en valeur devrait donc changer également. Une nouvelle coupe de cheveux bien faite peut vous



PUBLICITÉ

IL FAUT PASSER À L'ACTION**POUR AIDER VOS ENFANTS À DEVENIR PLUS ACTIFS, CLIQUEZ ICI.**

LES PLUS POPULAIRES

PHOTOS: 100 femmes disent ce qu'elles pensent de leurs seins**Huit universités canadiennes figurent dans un classement mondial****Pub ratée pour iPhone 6: Apple aurait dû éviter ce panneau d'affichage...****Mr Bean s'incruste dans des chefs-d'oeuvre de la peinture (PHOTOS)****Vous ne connaissez pas la mer d'Aral? Trop tard, elle a disparu...****Où bruncher à Montréal? Top 10 des meilleurs endroits (PHOTOS)****N'ayez pas peur, c'est juste un petit garçon**

rajeunir de quelques années.

De belles chaussures

Les chaussures rehaussent et démolissent complètement une tenue selon le cas. Investissez dans une chaussure de qualité, confortable et élégante!

Manger des huîtres

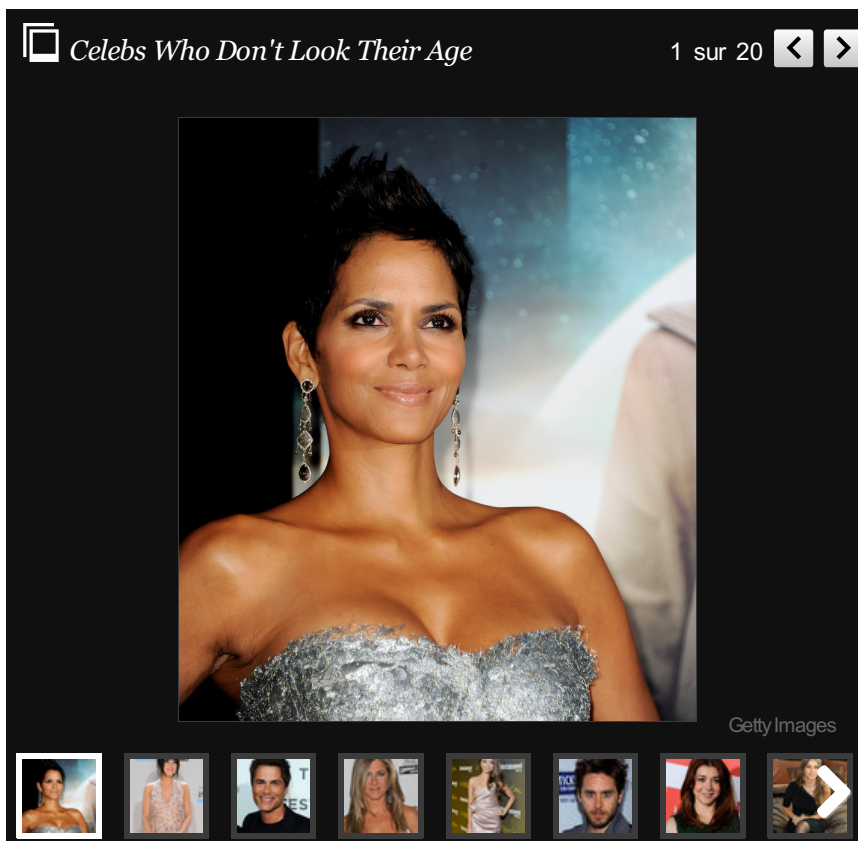
Mireille Guliano raffole des huîtres au point de leur avoir consacré un livre! Elle en mange le plus souvent possible, puisqu'elles sont une mine d'or de vitamines et minéraux.

Ces Françaises qui ne vieillissent pas est un condensé d'anecdotes, de conseils et même de recettes, dans lequel on pige à notre guise pour s'inspirer et accepter de vieillir avec audace.... et un brin d'humour!

Ces Françaises qui ne vieillissent pas par Mireille Guiliano

27,95 \$ aux **Éditions de l'Homme**

À LIRE AUSSI SUR LE HUFFPOST QUÉBEC



PLUS: **MODE ET BEAUTÉ**, Vieillir, Bien Vieillir, Vieillir en Santé, Trucs Anti âge, Prendre De L'âge, Vieillir en Beauté, Ces Françaises Qui Ne Grossissent Pas, Ces Françaises Qui Ne Vieillissent Pas, French Women Don't Get Fat, French Women Don't Get Facelifts, Mireille Guliano

Suggérer une correction

Discussions

Les allées et venues de Magnotta captées par des caméras de surveillance

Gab Roy a-t-il téléphoné à Denis Lévesque? (VIDÉO)

La dépouille de Gilles Latulippe en chapelle ardente aujourd'hui (PHOTOS)

Les photos du mariage de George Clooney et Amal Alamuddin montrent leurs élégantes tenues

Ces couples qui dérangent (suite) - Stéphanie Deslauriers

Procès de Magnotta: les photos des colis envoyés en juin 2012 sont présentées

Inséminée par le sperme d'un Noir, elle poursuit la banque de sperme (VIDÉO)

11 photos qui vont vous guérir de votre peur des films d'horreur (PHOTOS)

Inde: un chien tombé dans du goudron chaud sauvé de justesse (VIDÉO/PHOTOS)

21 bonnes raisons d'aimer l'automne (PHOTOS)

Couillard rabroue Barrette, ce dernier en remet contre Réjean Hébert

Les sorties du week-end: 3-4-5 octobre 2014 partout au Québec (VIDÉOS/PHOTOS)

Terri-Jean Bedford menace de dévoiler des noms de clients politiques

SUIVRE LE HUFFINGTON POST



Adresse électronique

Je m'inscris !

Infolettre Art De Vivre

Recevoir les meilleurs articles et contributions par courriel

Web2PDF

converted by Web2PDFConvert.com

chaque jour.

Recherche HuffPost



[Connexion](#) | [RSS](#) | [Carrières](#) | [FAQ](#) | [Contrat d'utilisation](#) | [Confidentialité](#)

[Politique sur les commentaires](#) | [À notre sujet](#) | [À propos des annonces publicitaires](#) | [Nous joindre](#)

©2014 TheHuffingtonPost.com Inc. Tous droits réservés | "The Huffington Post" est une marque déposée de TheHuffingtonPost.com, Inc Tous droits réservés

Une partie de **Le Huffington Post Quebec**
