

respire

Créer du temps pour soi

KIT MÉDIA



Le groupe Oramcom a lancé en janvier dernier *respire* un magazine pour celles et ceux qui commencent à cheminer vers une vie plus consciente, plus simple.

respire complète concrètement l'approche inspirante de *Happinez* en proposant un contenu pratique et accessible.

En bref

- Bimestriel •
- 90 000 exemplaires
- Lancé par l'éditeur de *Happinez* et *Simple Things*



À QUI S'ADRESSE RESPIRE

respire vise plus particulièrement les femmes de 25 à 55 ans en quête de simplicité et d'harmonie. Ce sont des personnes qui s'intéressent à leur équilibre émotionnel et souhaitent prendre soin d'elles pour mieux prendre soin des autres. Elles se tournent vers des pratiques telles que la méditation, le yoga, la sophrologie... Elles remettent en question le matérialisme et l'hyperconsommation pour se recentrer sur leurs proches, déployer leur créativité, et renouer avec la nature. Elles prêtent plus d'importance à l'être qu'à l'avoir.



LA LIGNE ÉDITORIALE

respire est le magazine qui accompagne ses lectrices à la découverte de leur moi véritable, de leur vraie nature. Calme et apaisant, faisant le lien entre le corps et l'esprit et invitant au lâcher-prise, *respire* reflète bien cet état de sérénité primordiale que nous pouvons tous retrouver. Inspirer et expirer profondément pour harmoniser notre monde intérieur avec le monde extérieur. Plus qu'un simple féminin, *respire* est un magazine bienfaisant et bienveillant dont le maître-mot est l'attention : tenter d'être toujours plus attentif à soi, aux autres, au monde, c'est ainsi que nous bâtissons un monde plus beau.



DES THÉMATIQUES QUI VOUS ACCOMPAGNENT AU QUOTIDIEN

Respirer et créer du temps pour soi, telle est la proposition de ce nouveau magazine qui se déploie autour de **cinq grandes thématiques** :

Bien-être

respire prend soin de vous et vous donne les clés pour vous faire du bien à la tête et au corps ! Vous apprendre à mieux dormir, à ne plus vous inquiéter, à pardonner...

Art de vivre

Le bien-être passe également par la qualité de vie. Écrire de belles lettres, manger sainement, faire le tri... *respire* vous donne des idées d'activités qui vous aideront à passer des moments de vie riches, en toute simplicité.

Pleine conscience

Développez votre mindfulness, pour vous sentir de plus en plus présent au monde à travers la méditation, la gratitude et beaucoup d'autres pratiques simples à mettre en place au quotidien.

Créativité

respire vous guidera et vous donnera l'inspiration pour libérer votre créativité ! À travers diverses activités comme l'origami, le crafting, etc., vous pourrez laisser s'exprimer l'artiste qui sommeille en vous.

Évasion

Si vous avez simplement envie de vous évader, *respire* sélectionne à chaque numéro de belles idées d'escapades à la campagne ou en montagne. Une très belle façon de respirer à pleins poumons...

À PROPOS DU GROUPE ORACOM

Créé en 1994 par Jean-Philippe Pécoul, Oracom est un groupe de presse indépendant parmi les plus dynamiques en France. Il édite les magazines *Happinez*, *Psychologie Positive*, *Simple Things*, *Mollie Makes*, *Home magazine*, *Yoga Magazine*, *Le Monde des Animaux*, *Digital Photo*, *Les grandes affaires de l'histoire*, *Mythologie(s)*, *Mobile magazine*...

168 bis-170 rue Raymond Losserand - 75014 Paris

CONTACT

Publicité

Ingrid Gaignard • 01 44 78 98 13 • ingrid.gaignard@oracom.fr

Lionel Fischer • 06 07 24 65 61 • lionel.fischer@oracom.fr

