

beauté

Sublimez-vous les nouveaux gestes

Les méfaits du froid ne passeront pas par vous ! Accessoires fûtés, gestuelles de pros, prescriptions cocooning, voici nos astuces pour booster vos soins et rayonner toute la saison. PAR VIRGINIE MARCHAND. PHOTOGRAPHE AVI MAC KAY.

MAQUILLAGE JOLANTA. COIFFURE RAYNALD BERNARD. STYLISME TANINA BARRA

1

SOIN À TOUTE VAPEUR

Les esthéticiennes utilisent la vapeur pour dilater les pores et faire sortir les toxines de l'épiderme. L'option maison ? Versez de l'eau bouillante dans un bol et ajoutez, en fonction des besoins de votre peau, de l'eau de fleur d'oranger pour l'apaiser, du thym pour la purifier... Placez une serviette sur votre tête et restez au-dessus du bol pendant 5 à 10 minutes, puis laissez poser un masque. A raison d'une fois par semaine, vous verrez vite la différence !

SHOPPING Eau florale fleur d'oranger, Sanoflore, 7,48 € (1). Masque purifiant, Institut Arnaud, 14,60 € (2). Masque Intex n° 2, Ella Baché, 23 € (3).

2

RITUELS HIGH-TECH

En institut, les pros ont leurs petits trucs pour doper l'effet des protocoles de soin, et investissent dans des machines high-tech. Elles utilisent différentes technologies, comme la ionophorèse, les ultrasons ou même les deux à la fois, qui permettent, selon le programme choisi par l'esthéticienne, de faire pénétrer les actifs dans la peau ou d'en ôter les impuretés. Leur petit nom ? Hydradermie chez Guinot, Hydréclat chez Matis ou encore Activating Probes à l'Institut Lancôme.

3

L'addition gagnante

CORPS SATINE

Pour rendre votre gommage encore plus doux, ajoutez-y un peu d'huile avant de l'appliquer. Elle laissera un film nourrissant dont la peau pourra se gorger illico, avant d'avoir un supplément de nutrition fourni par votre lait pour le corps habituel.



+



+



Gommage Rose Intense, Loren Kadi, 24,90 €. Huile Rose du Maroc, Ren, 53,80 €. Lait corps réhydratant, Polaar, 25,90 €.

4

MASSAGE BOOSTEUR

Parce qu'il n'y a rien de tel qu'un bon afflux de sang pour optimiser la pénétration des actifs contenus dans vos cosmétiques, adoptez ces gestes qui dopent la circulation, à effectuer avant d'appliquer votre crème. Attention cependant : tout comme pour votre soin, il faut choisir le mouvement selon votre type de peau. Elle est normale à épaisse ? A vous les pincements jacquet : entre le pouce et l'index, attrapez des petits plis de peau et pincez-les rapidement en les faisant rouler entre vos doigts. Votre épiderme est plutôt fragile ? Allez-y piano, avec des lissages ascendants, pratiqués avec le plat des mains, en commençant par le cou et en remontant lentement vers les mâchoires, puis les joues, et enfin le front.

5

DES BROSSES LOOKÉES POUR L'HIVER !

L'année dernière, elles ont révolutionné le petit monde du nettoyage de la peau avec leur technique de vibration ou de rotation permettant de la débarrasser des impuretés comme jamais... Aujourd'hui, elles se relookent en s'inspirant des tendances mode. Bleu marine pour l'une, motif oriental mauve pour l'autre. Quand le high-tech rencontre le design... On adore !

SHOPPING Brosse VisaPure signée Antik Batik, Philips, 159 €. Brosse Clarisonic Mia2, Blue Moon, 149 € chez Sephora.



6

JOUER DU PINCEAU

Cet outil original permet d'appliquer uniformément le soin pour le corps; et on en utilise moins, car la paume des mains a tendance à absorber le produit. Côté pratique, pensez à respecter le sens de la circulation. Commencez par votre talon pour relancer le retour veineux, puis remontez en lissant le produit vers les chevilles, les genoux, les cuisses. Pour le haut du corps, commencez par les poignets et remontez vers les épaules, puis massez le ventre dans le sens des aiguilles d'une montre.

SHOPPING Pinceau pour le corps, Karine Herzog, 9 €. Lait onctueux nutritif, Corine de Farme, 6,90 € (1). Soin corps nourrissant, Caudalie, 17 € (2). Lait corps raffermissant post-grossesse, Mixa, 5,85 € (3). Baume d'amour pour le corps, Couvent des Minimes, chez Marionnaud, 25 € (4). Baume généreux Argane, Galénic, 32,90 €.



7

SE DÉMAQUILLER DU BOUT DES DOIGTS

Plus douces que le coton, les mains font bénéficier la peau de leur chaleur, ce qui la met dans d'excellentes conditions pour recevoir le sérum ou la crème de nuit qui suivra. Pour bien faire, prenez un gel moussant, une crème à démaquiller ou un lait, et faites chauffer la texture dans le creux de la main. Appliquez sur le visage et massez avec les paumes et du bout des doigts. Même les yeux y ont droit: il suffit de prendre les cils à la racine et de les lisser entre le pouce et l'index jusqu'à la pointe. Rincez ensuite l'excédent à l'eau tiède ou à l'aide d'un linge en coton très doux.

SHOPPING Une crème démaquillante divine, vendue avec sa serviette en coton très doux. En deux coups de Baguette, Garancia, 22 €.

8

L'addition gagnante

EFFET LIFT POUR LE VISAGE

Appliquez votre sérum (nourissant, vitaminé, antioxydant, selon vos besoins), puis déposez par-dessus une fine couche de masque hydratant. Laissez poser une dizaine de minutes et retirez l'excédent avec un mouchoir en papier. Le masque « portera » le sérum avec lui au cœur de l'épiderme. Ultra-hydratée, votre peau bénéficiera alors au maximum des actifs de votre soin de jour appliqué dans la foulée.



Double sérum format 50 ml, Clarins, 99,80 €. Masque n° 1 hydratation intense, Yonka, 39 €. Soin intervention fermeté, Collagène 9, Dr Pierre Ricaud, 49,90 €.

9

OSER LES « OSHIBORIS » RELAXANTS

Au Japon, ces petites serviettes chaudes, parfois parfumées aux huiles essentielles, étaient à l'origine réservées aux restaurants ou aux repas importants. Récemment, certains instituts et spas les ont intégrés dans leurs rituels de beauté. Une bonne idée à leur piquer sans hésiter! A défaut d'avoir un chauffe-serviettes électrique comme ceux des instituts, vous pouvez vous servir, à la maison, de petites serviettes en éponge ou de carrés de coton tout doux, que vous ferez tremper quelques secondes dans une eau très chaude avant de les essorer et de les appliquer sur le visage. La chaleur humide qu'ils dégagent va dilater légèrement les pores de la peau et permettra ainsi aux actifs des soins que vous allez appliquer de mieux pénétrer. C'est aussi le geste idéal pour vous mettre en situation, et créer un vrai rituel relaxant, qui agit comme une coupure entre la journée et la soirée. Et beaucoup de pros le disent: plus vous êtes détendue, plus la crème fait son effet!

10

MISER SUR L'APITHÉRAPIE DOPANTE

Le miel est incroyablement riche en acides aminés et oligoéléments. La gelée royale comptabilise à elle seule presque 70 vertus: certaines sont désensibilisantes, d'autres purifiantes ou encore dynamisantes... C'est sûr, votre peau va se délecter des produits de la ruche pendant tout l'hiver! De nombreuses crèmes nourrissantes ou anti-âge en contiennent, mais la gelée royale se trouve également sous forme d'ampoule, dont on applique le contenu un peu comme un sérum, avant le soin, du bout des doigts, en cure d'un mois. Pour les soins plus classiques, n'hésitez pas à les faire pénétrer avec une gestuelle raffermissante: les deux poings sur les joues, remontez par rotations fermes vers le haut des pommettes.

SHOPPING Baume pour les lèvres, Honey Mania, The Body Shop, 5,50 € (1). Huile de soin visage, Abeille Royale, Guerlain, 82 € (2). Soin nourrissant visage, Culture Bio, Yves Rocher, 14 € (3). Préparation dynamisée, Gelée royale française, Ballot Flurin, 10 ampoules, 17,70 €. Crème anti-rides régénérante à la gelée royale, Fleurance Nature, 17,90 €. Soin régénérant de nuit, Phyderma, 24,90 €.



Merci à Noëlle Herzog, présidente de Karine Herzog, à Peggy Daubuis, responsable marketing et formation Polaar, et à Sophie Talhouarn, directrice de la formation internationale Ella Baché.