

savoir-faire

POLLUTION, FUMÉE DE CIGARETTES, COUP DE CHAUD DANS LE MÉTRO... EN UNE JOURNÉE, LA PEAU PREND CHER. TRÈS. Mépriser le démaquillage, c'est se coucher avec l'équivalent d'un masque de radicaux libres sur le visage avec pores obstrués, yeux irrités, inflammations cutanées et teint bon pour la benne à la clef. Pour vous motiver, retenez que trois jours de démaquillage soigné d'affilée suffisent pour observer un épiderme vraiment frais. Post-it mental: face au miroir, prenez le temps de vous masser l'arrière du crâne, en bas de l'os occipital. Ça ne prend que trois minutes mais ça relâche les tensions et relance la circulation pour potentialiser l'activité des actifs cosmétiques. Focus sur trois galéniques maniaques de la propreté.



GELÉE ROYALE

Le gel est la solution la plus chargée en agents nettoyants. Il lave presque plus blanc que blanc et vient à bout de tout, même des excès de sébum sur les peaux mixtes à grasses quand il contient de l'acide salicylique.

How to: humectez le cou et le visage et faites mousser une noix de gel, par de petits mouvements circulaires. Procédez des clavicules vers la racine des cheveux, histoire de stimuler un peu la lymphe, de vous réveiller moins gonflée, avec des imperfections moins inflammées. Rincez et finissez par une lotion astringente (checkez acide salicylique/glycolique ou huile essentielle de lemon-grass, de thym ou de romarin) pour resserrer les pores.

Post-it mental: celles qui sont en fureur de vivre l'utiliseront sur une brosse nettoyante.

- Brosse nettoyante Aria, Clarisonic, 199€, clarisonic.fr
- Essence botanique perfectrice de peau Aqua Magnifica, Sanoflore, 16€, sanoflore.fr



SOIRÉE MOUSSE

Moins nourrissante qu'une huile et moins puissante qu'un gel, elle convient aux filles qui portent peu de maquillage et qui n'ont pas de déséquilibre cutané.

How to: nettoyez les yeux et les lèvres avec un remover biphase, qui vient à bout des textures les plus tenaces. Ensuite, travaillez une bonne noisette de mousse dans le creux de la paume, histoire de lui donner du corps. Appliquez-la sur peau humide et laissez poser, le temps de vous brosser les dents. Rincez à l'eau tiède et posez une bonne crème de nuit pour réhydrater l'épiderme.

Post-it mental: l'eau ne doit jamais être trop froide (ça fige la texture et ferme les pores avant qu'ils ne soient complètement désincrustés), ni trop chaude (ça dessèche l'épiderme et encourage la formation de mauvaises bactéries).

- Intensive Night Reversal and Repair Cream, Patricia Wexler, 45\$ sur Bath & Body Works, bathandbodyworks.com
- Crème de nuit Heal & Soothe Night, Colbert, 150€ chez Colette, colette.fr



EXTRÊME ONCTION

L'huile encapsule les pigments les plus intenses et les impuretés les plus pugnaces (comme la nicotine ultra-collante), en préservant l'hydratation des peaux sèches ou sensibles.

How to: imbibez un disque de coton (moins absorbant qu'une boule, il permet d'utiliser moins de produit) de 4 gouttes et pressez-le 30 secondes sur la bouche, afin qu'il capte le rouge à lèvres. Enlevez-le en le faisant glisser vers l'intérieur pour ne pas tacher la peau. Massez-vous les yeux à sec avec 4 autres gouttes pour les débarrasser délicatement des fards et du mascara sans agresser les cils. Toujours sur peau sèche, massez l'équivalent de 3 pressions, circulairement, du cou vers le front. Émulsionnez avec un peu d'eau jusqu'à ce que la matière se change en lait. Rincez.

Post-it mental: pour les fauchées ou les claquées du bio, une bonne huile pure d'avocat, d'amande ou d'olive fera très bien le job.

- Eco Cotton Round, 22\$ le pack de 8 cotons sur S.W. Basics, swbasicsofbk.com
- Huile confort absolu Amande, Weleda, 13,95€, weleda.fr

