

Le féminin le plus lu de France

Femme Actuelle

Special Beauté
25 PAGES
D'ASTUCES
& CONSEILS
COUP DE JEUNE

Nouveau!
de vie saine
de témoignages
de conseils

Société
Le retour du
service national,
une bonne idée?

**CURES
THERMALES
ANTI-STRESS**
12 STATIONS ADAPTÉES
À VOS BESOINS

Mode
On adopte le style
country chic

**ENVIE D'UNE
VÉRANDA**
UNE PIÈCE EN PLUS
DEDANS-DEHORS

**5 ASTUCES
DE PROS
POUR SE
LEVER DU
BON PIED**

Délicieux!

**LE BON GOÛT DES DESSERTS DE
NOS RÉGIONS**

M 01188 - 1 759 - F 2 116

spécial BEAUTÉ

LE MATIN nettoyage et hydratation

La bonne routine

Même si vous avez démaquillé votre visage avant de vous coucher, le simple fait de le passer sous l'eau de la douche ne suffit pas à le nettoyer au réveil. En effet, la nuit, la peau sécrète du sébum et de la sueur qui laissent des résidus à sa surface. Pour réveiller l'éclat de votre peau, utilisez un nettoyant qui se rince à l'eau pour l'effet "splash", toujours revigorant. Autre avantage: ce produit appliqué avec vos mains vous évite d'irriter votre épiderme au réveil avec des lingettes ou du coton. Prenez l'habitude de neutraliser les effets desséchants et pro-oxydants du calcium (source de radicaux libres qui accélèrent le vieillissement) en vaporisant ensuite sur l'ensemble du visage une brume d'eau thermale ou une eau florale. Car chaque matin, votre peau a surtout besoin d'un shoot d'hydratation pour renforcer sa barrière hydrolipidique et mettre ses cellules dans des conditions optimales afin de lutter contre les agressions de la journée (pollution, soleil, froid, poussière...).

Les formules efficaces ? quel que soit votre type de peau, misez sur des textures légères et confortables, tels des gels crèmes ou des sérums à base d'acide hyaluronique, voire de micro-algues, avec une action ciblée selon votre problématique. Si votre manque d'éclat vient d'une circulation en berne, optez pour des ingrédients qui la dopent comme l'extrait de shisandra. S'il s'agit d'un coup de fatigue ou de stress, piochez dans les solutions hydratantes, enrichies en vitamine C ou en concentré d'eau de mer reminéralisant. Enfin, si vous avez des imperfections pigmentaires, tournez-vous plutôt vers des formules qui inhibent l'activité de la tyrosinase, une enzyme présente dans la peau qui agit sur la production de mélanine, responsable de la coloration de la peau.

À DÉCOUVRIR
Poids plume, Sérum Aqualia Thermal, Vichy, 25,90 € (1). Repulpant, Gel-Sérum Collagène, Resultime, 52,90 € (2). En Dopant, Booster Rééquilibrant à la Vitamine C, Dr. Pierre Ricaud, 41,90 € (3). Liftant, Blue Therapy, Red Algae Uplift, Biotherm, 71 € (4). Durable, Soit Auto-Réhydratant 72h, Moisture Sump, Clinique, 19,50 € (5). Antistress, Solution Repulpante 1^{re} rides, Crème 30, Phytomer, 52 € (6). Lissant, Sérum antioxydant parfaiteur, Patyka, 59 € (7). Illuminant, Crème Rise Révélatrice d'Éclat, Rnergie Multi-Glow, Lancôme, 79 € (8).

Une crème connectée!

Plus besoin d'aller en institut pour diagnostiquer l'état de sécheresse de votre peau, loma le fait chez vous. Dans son capot, un capteur à placer sur votre pommette mesure le taux d'hydratation de l'épiderme.

1 ou 2 leds, ne changez rien à l'utilisation du booster; 5 ou 6 leds, utilisez-le matin et soir. La formule contient aussi un actif qui cible les besoins zone par zone. loma Booster Jeunesse, 140€.

Une crème connectée!

Plus besoin d'aller en institut pour diagnostiquer l'état de sécheresse de votre peau, loma le fait chez vous. Dans son capot, un capteur à placer sur votre pommette mesure le taux d'hydratation de l'épiderme:

1 ou 2 leds, ne changez rien à l'utilisation du booster; 5 ou 6 leds, utilisez-le matin et soir. La formule contient aussi un actif qui cible les besoins zone par zone. loma Booster Jeunesse, 140€.