



Notre sélection des meilleurs soins

Les bonnes crèmes "doudounes"

- Miel aux Mille Vertus, Baume Absolu, Sanoflore, 14,40 €.
- Redness Neutralizer, Skinceuticals, 70 €.
- Nutritic Intense Riche, La Roche-Posay, 21 €.
- Crème Fondante Haute Nutrition Visage texture riche, Apicosma Melvita, 24,90 €.
- Crème Visage Hydratante Apaisante Riche, SensiBiafine, 13,45 €.
- **SOS Baume Conditions Extrêmes, Topicrem (gamme sécheresse sévère), 12 €.**
- Crème Haute Nutrition au Cold-cream naturel, Bio-Beauté by Nuxe, 14,90 €.
- Crème pour le Visage à la Ficoïde à cristaux, Dr Hauschka Med, 34 €.
- Sérum Anti-Fatigue Dynamisant Vitalskin, Darphin, 55 €.
- Soins Réhydratant Anti-Rougeurs, Mixa Expert Peau Sensible, 7 €.

Les masques "pyjamas"

- Sleeping BB Mask, Masque de Nuit coup de fouet "effet peau de bébé",

Erborian, 29 € (Sephora).

- Masque Hydratant Intense, Patyka, 65 €.
- Hydrosrose Masque Réhydratation Cellulaire, Mary Cohr, 33 €.

Les soins contours des yeux

- Contour Jeunesse Crème Défatigante Correction Rides Yeux-Lèvres, Phytomer, 42 €.
- Crème Contour des Yeux anti-cernes, Shiseido, 58 €.
- Skin.Ergetic Yeux, soin intégral antifatigue, Biotherm, 35 €.
- Liftactiv Sérum 10 Yeux et Cils, Vichy, 28,60 €.
- Larmes de Fantôme, soin paupières et yeux, Garancia, 36,90 €.

Les soins pour les lèvres

- Hydra-Chrono + Lèvres Baume Fondant Gloss Rosé, Liérac, 15 €.
- Baume Lèvres Beurre de Karité Miel, L'Occitane, 7 €.
- Nutri Extra Lèvres, Baume Extraordinaire Lèvres sèches à abimées, Vichy, 5,50 €.
- Baume Lèvres Hydratant Abricot à l'huile de noyau d'abricot bio, Durance, 11,50 €.

● Evitez les somnifères, ils ont tendance à accentuer les cernes comme les poches. Préférez, autant que faire se peut, les tisanes et les médecines naturelles douces.

● Appliquez l'équivalent d'un grain de riz pour les deux contours des yeux en le répartissant sous l'œil et sur la paupière supérieure, par effleurages légers. Il faut partir du coin interne de l'œil, c'est-à-dire près du nez, pour aller vers les tempes. Cette manœuvre permet d'augmenter la circulation et de créer un microdrainage.

● Exfoliez vos lèvres minimum une ou deux fois par semaine, le soir, en mélangeant une noisette de sucre en poudre à votre baume à lèvres. Appliquez ce mélange en légers mouvements circulaires sur votre bouche. Rincez bien, puis déposez une couche épaisse de baume. C'est pendant la nuit qu'il va être le plus efficace (et au moins, il restera bien en place, sans risque d'être éliminé par vos tics de léchage!). ■

Alfonso Campigli/Oredia

