

Beauté

# Armée contre le froid !

En hiver, avec le froid, le vent et le chauffage, on a vite la peau qui tire, les lèvres qui gercent et les mains qui se dessèchent... Alors pour garder une peau toute douce, on investit dans des soins doudous...

L'hiver est là, on dégage les astuces anti gla-gla

### Hydratez matin et soir

Agressée par le vent et les changements de température, votre peau perd peu à peu son sébum et son film hydro-lipidique. Elle rougit, tire et s'irrite. Pour éviter la cata, pensez à vous hydrater en buvant au moins huit verres d'eau par jour et en appliquant une crème de jour et de nuit sur votre visage et votre cou.



Baume Minéral Aqualia, réhydratant réparateur jour, nuit, masque, Laboratoires Vichy, 50 ml, 19 €.

### N'oubliez pas vos lèvres

Privées de film hydro-lipidique, elles sont plus vulnérables aux intempéries que les autres parties de la peau. Utilisez et abusez de baumes tout au long de la journée si vous voulez éviter les gerçures.

Baume lèvres réparateur, Clarins, 16 €.



### Chouchoutez aussi votre corps...

... qui lui aussi n'est pas épargné par le froid ! Evitez de prendre des douches trop chaudes, pensez à vous tartiner de crème hydratante en insistant sur les parties les plus rugueuses comme les coudes, les genoux et les talons. Et gonnez régulièrement!



Lait corps hydratation intense, Neutrogena, le flacon de 250 ml, 11,50 €.

### Nettoyez sans aggraver

Inutile de titiller davantage votre peau. Exit les lingettes, choisissez plutôt un démaquillant doux au pH neutre ou un gel moussant puis une lotion sans alcool.



Crème lavante douceur Ictyane visage et corps, Ducray, 200ml, 7,75 €.

### Utilisez un masque tout doux

L'hiver, sauf peaux très grasses, on laisse tomber son masque à l'argile trop astringent et on adopte des soins tout doux qui vont agir en profondeur pour hydrater et calmer les épidermes irrités.



Cocon Lacté Calinasse 75 ml, 32,50 € chez NOPEG, Mademoiselle bio et www.calinasse.com

### Prenez soin de vos mains

Après chaque lavage de mains, pensez à vous hydrater avec une crème en insistant sur les ongles. Enfilez même des gants en coton pendant 20 minutes pour activer les effets de la crème. Une petite astuce très efficace!



Nutritive Satinante peaux mates à foncées, Mixa le tube de 100 ml, 32,50 €

Jennifer Lopez



Charlize Theron

## Secrets de star...

### L'huile magique de Charlize Theron

Véritable produit à tout faire, l'huile prodigieuse de Nuxe est idéale pour adoucir sa peau, apporter un coup d'éclat à ses cheveux ou booster la luminosité de sa crème hydratante. Charlize ne peut plus s'en passer et nous non plus!



Huile prodigieuse, Nuxe, 50 ml.

26,50 €