

BEAUTÉ

HUIT CRÈMES SUR LE DEVANT DE LA SCÈNE

Du bio, du high-tech et de l'exotisme : ces crèmes vous changent la peau.

✓ **Naturel.** Vigne rouge, mille-feuille, marjolaine, genièvre, verveine et prêle. Pas une plante ne manque à l'appel dans ce soin à la fois hydratant, tonifiant et liftant. À utiliser en cure de deux mois. Phytobuste, Sisley.

✓ **Gourmand.** Un cocktail d'huiles essentielles d'agrumes, des actifs tenseurs et une texture légèrement nacrée qui donne au décolleté un éclat sexy. En plus, il sent bon la tarte au citron meringuée. Perfect Sculpt, Decléor.

✓ **Seconde peau.** Comme un soutien-gorge, ce sérum enveloppe les seins d'un voile irisé. Frais, il regalbe l'enveloppe au moment de l'application. Sublime Décolleté, Chantelle. Points de vente au 01.41 24.10.00.

✓ **Exotique.** Connaissez-vous le *Kigelia africana*? Un fruit que les Capverdiennes utilisent pour se frictionner les seins. On le retrouve dans ce soin bleu comme les mers du Sud, qui sent bon le monoï. C'est le produit dont on a envie dès que le thermomètre grimpe. Sérums Lift-Up, Science et Mer.

✓ **Bio.** Câlinese, un nom doux comme du cachemire pour cette nouvelle marque bio qui arrive tout droit des alpages suisses. Ce gel crème au lait d'ânesse et à l'extrait d'edelweiss bio a pour mission de réhydrater la peau et de lui redonner toute sa souplesse. Beauté du Buste, Câlinese. En vente sur www.mademoiselle-bio.com

✓ **Brsilien.** Ivo Pitanguy. Ce nom vous dit quelque chose. Il s'agit du célèbre chirurgien brésilien qui, le premier, donna à la chirurgie esthétique ses lettres de noblesse. La gamme

qui porte son nom s'inspire des médecines amazoniennes, avec les actifs anti-âge les plus efficaces. À essayer, sa crème antitache, anti-vergetures et anti-relâchement. Crème Buste Liftante, Clinica Ivo Pitanguy. Points de vente au 01.55.42.00.00.

✓ **Réparateur.** La peau du décolleté est en première ligne pour recevoir les rayons du soleil, mais c'est aussi la plus fragile. Il lui faut donc des soins costauds pour lui faire oublier ces agressions. Melon d'eau pour hydrater, beurre de karité pour réparer, et graine de carthame pour favoriser la synthèse de mélanine, c'est le cocktail gagnant de cet après-soleil. Soin Après-Soleil Réparateur Visage et Décolleté, Clarins.

✓ **Anti-âge.** Le Pro-Xylane est un dérivé de sucre naturel qui a le pouvoir de s'infiltrer dans les couches profondes du derme pour lui redonner du volume. Jusqu'à maintenant, on ne le trouvait que dans les crèmes visage, il vient d'être incorporé dans un soin corps. Magistrale, Modelage Intensif Ventre-Bras-Décolleté, Lancôme.

LA MODE QUI VOUS VA

✓ Vous avez une poitrine plantureuse, faites une razzia de robes portefeuille chez Diane Von Furstenberg et Salvatore Ferragamo. Privilégiez aussi les décolletés en V comme celui de la robe longue Gérard Darel que portait Angelina Jolie à Cannes. Évitez les encolures rondes, qui donnent cinq kilos de plus.

✓ Vous avez de petits seins ronds, remplissez votre valise de grands tee-shirts évasés hypersexy de chez ZOEtée's ou Zadig & Voltaire. Passez chez H & M prendre quelques bandeaux, ils sont extra avec les bermudas. À vous les tops à encolure ronde de chez Les Petites.

✓ Vous avez les seins écartés, jouez la carte androgyne avec les chemises d'homme de Charvet ou A.P.C. Portées sans soutien-gorge, il n'y a rien de plus sexy.

Un galbe fatal, un DÉCOLLETÉ sans faux pli, une peau veloutée, bref, un *buste parfait*, notre rêve à toutes. Pour accomplir ce dessein, des crèmes lissantes, des nouveaux traitements LASER, des soins en institut, des *astuces* de maquillage. On va redresser le cap.

des seins divins

**ON DÉVOILE
SON
DÉCOLLETÉ**

Mise en beauté Vera
Dierckx pour Sisley
avec : Exfoliant
Moussant Énergisant
pour le Corps;
Phytobuste; Soleil
sans Soleil
autobronzant Visage
et Corps; Phyto-
Ombre Éclat, Toffee
et Copper Touch;
Phyto-Sourcils
Perfect, Brun;
Phyto-Mascara
Ultra-Volume,
So Black; Phyto-
Touches, Rouge à
Lèvres hydratant
longue tenue, L27.
Coiffure Martyn
Foss Calder. Robe
Yves Saint Laurent.



PHOTO CHRISTIAN ASCHMAN

COUP DE BLUFF

Olivier Échaudemaison, « creative director » du maquillage Guerlain, n'a pas son pareil pour manier la Terracotta. « Rien ne sert de camoufler la misère avec de la poudre si on n'a pas préparé la peau au préalable. Je commence par appliquer du Bronzing Brush sur l'ensemble du décolleté. Ce pinceau est à la fois bronzant et perfecteur de teint. Il agit comme une toile de fond. Ensuite, je prends un gros pinceau et j'unifie avec de la Terracotta. Soit l'Indian, légèrement rosée, pour les carnations claires, soit l'African, pour les peaux mates ou bronzées. Pas question de radiner, il faut y aller avec générosité, du haut des épaules au bas du décolleté en passant par les bras. L'effet sous le soleil est fabuleux et donne une sensualité folle. »

ON SE MUSCLE Dix minutes trois fois par semaine pour mettre en relief, sans les gonfler, les muscles qui font un joli décolleté, c'est possible! Christophe Ruelle (conseiller technique pour la WiiFit de Nintendo) nous a concocté trois exercices à consommer sans modération.



1- Tonifier les bras et sculpter le haut du dos
DEBOUT, jambes fléchies, buste droit et en avant, bras tendus avec des bouteilles d'eau dans les mains, paumes tournées vers l'extérieur.
RAMENER les coudes vers l'arrière en les gardant le long du corps et en rapprochant les omoplates.
INSPIRER en tirant les coudes vers l'arrière et expirer en revenant. Contrôler le mouvement et ne pas aller trop vite.
FAIRE 3 À 4 SÉRIES de 10 répétitions pour les débutantes, puis augmenter jusqu'à 20.



2- Raffermer l'arrière du bras
DEBOUT, pied gauche en avant (les jambes légèrement fléchies), poser la main gauche sur la cuisse gauche.
UNE BOUTEILLE d'eau dans la main droite, monter le coude au maximum vers l'arrière.
TENDRE ensuite l'avant-bras en arrière en expirant et en serrant les abdominaux, puis revenir à la position initiale en inspirant. Ne pas aller trop vite pour contrôler le mouvement.
FAIRE 3 À 4 SÉRIES de 10 répétitions pour les débutantes, puis augmenter jusqu'à 20.



3- Corriger la posture et affiner les épaules
DEBOUT, jambes légèrement écartées et fléchies,
MONTER les bras en croix à l'horizontale, les mains dans le prolongement (pas de poignet cassé).
FAIRE DES ROTATIONS de l'ensemble du bras en partant des épaules, pendant 1 minute ou 1 minute 30.
Si l'on sent ses muscles, c'est bon signe : on continue!

LAURENCE NEGRONI-NIKITINE



SOINS ANTI-GRAVITÉ

Soin Après-Soleil Réparateur, Clarins ;
Gel Buste Sublimant Effet Tenseur, Decléor ;
Décolleté 3D + Repulpeur de seins Ultra Concentré, Jeanne Piaubert.

ILLUSION D'OPTIQUE

« Je tiens ce truc de Raquel Welch, explique Olivier Échaudemaison. Lors d'une séance de maquillage, elle m'a montré qu'en appliquant du blush entre des seins un peu trop écartés on pouvait donner l'impression qu'ils étaient plus rapprochés. Je choisis un blush ambré ou corail, tout dépend de la carnation de la peau. Idem pour les seins un peu lourds, ça les sculpte de manière plus harmonieuse. »

LES SPAS DU DÉCOLLETÉ

Ils sont aux petits soins pour tonifier et satiner l'épiderme.
✓ Sothys propose le soin Magie Tonifiante Buste, avec exfoliation au luffa suivie d'un modelage aux huiles essentielles. On termine par un masque raffermissant. Une heure, 85 €. Tél. : 01.53.93.91.53.

✓ Déjà en 1937, Jeanne Piaubert avait mis au point une technique de « rectification des seins sans opération ». Son soin, revisité depuis, est toujours l'un des meilleurs. L'esthéticienne enchaîne les massages aux huiles essentielles, les masques et les applications de sérum tenseur. Une heure, 76 €. Tél. : 01.42.96.84.50.

DES BRAS TONIQUES

Vos bras sont raplaplas et manquent de fermeté. Il y a urgence. En effet, la fonte musculaire des triceps commence à 25 ans ! Plus vite on les remuscle, mieux c'est. Le D' Dominique Sellier, phlébologue, a mis au point un kit comprenant une paire de manchons de drainage lymphatique et un guide d'utilisation. Il s'inspire de la technique qu'utilisent les kinésithérapeutes pour soigner les lymphodèmes « J'ai repris ce principe en ajoutant des picots pour avoir une action sur le tissu sous-cutané », explique le D' Sellier. Mais le plus dur reste à faire : s'astreindre à quelques exercices... Gym Lymphotonic Bras. En vente sur www.lymphologics.com

EFFACER LES TACHES

Trop d'expositions solaires colorent les décolletés de pointillés pas très esthétiques. Pas de secret. pour s'en débarrasser, il faut employer les grands moyens. La nouvelle génération de lasers comme le LHE (Light & Heat Energy) utilise la lumière et la chaleur pour traiter la peau. « La lumière absorbe les taches brunes et la chaleur à un niveau d'énergie peu élevé, stimule le collagène pour un effet lissant », explique le D' Dominique Rheims, chirurgien plasticien. Il est conseillé de faire ces séances après l'été pour éviter le risque de photosensibilisation.

ASTRID TAUPIN

**ATTENTION
FRAGILE!**

Maquillage

Vera Dierckx

pour Sisley avec :

Phyto-Touche Gel,

Phyto-Ombre Éclat,

Toffee et Copper

Touch ; Phyto-

Sourcils Perfect

Brun ; Phyto-

Mascara Ultra-

Volume, So Black ;

Phyto-Touches,

Rouge à Lèvres

hydratant longue

tenue, L27. Coiffure

Martyn Foss Calder

Chemisier Vivienne

Westwood.

RÉALISATION

JULIE GILLET

