



Belle | BEAUTÉ

Halte à la peau sèche !

Tiraillements et peaux de croco sont le lot quotidien des peaux sèches. Le mot d'ordre ? Hydrater ! Voici nos conseils et nos coups de cœur.

J'AI LA PEAU DÉSHYDRATÉE

La peau devient sèche quand elle ne produit pas assez de substances grasses, c'est-à-dire le sébum, pour créer une bonne barrière cutanée et ainsi la protéger des agressions extérieures (vent, soleil, pollution etc). Fragilisé, l'épiderme devient alors sujet à des sensations de tiraillement très inconfortables. La peau perd alors de son éclat et de son tonus.

NOS CONSEILS

- Évitez au maximum de vous laver le visage avec l'eau du robinet qui contient du calcaire. Préférez des solutions douces et surtout non-abrasives.
- Pas plus de 1 gommage par semaine sinon bonjour les dégâts !
- Pendant l'été, privilégiez les laits et les baumes qui sont plus légers mais aussi les produits avec un indice solaire.
- Insistez sur les zones sensibles et rugueuses comme les lèvres, les coudes, les genoux, les pieds et les mains. N'hésitez pas à vous badigeonner pendant la nuit en cas d'extrême sécheresse.
- N'utilisez pas de produits à base d'alcool qui risquent d'agresser votre peau et choisissez des PH neutres.
- On ne vous le dira jamais assez, buvez de l'eau tout au long de la journée pour vous hydrater. Une alimentation riche en antioxydant (curcuma, raisin, poivron rouge, tomate) est aussi recommandée. Votre corps vous remerciera !
- La piscine et la mer assèchent la peau alors soyez vigilantes. Une bonne douche et un tartinage de crème hydratante sont indispensables assez rapidement après votre sortie de l'eau.
- Ne vous attardez pas pendant des heures dans un bain, ou tout du moins pas fréquemment, pour ne pas aggraver votre cas.

NOTRE SÉLECTION



1

2



A faire !
Une fois par semaine, appliquez un masque hydratant et laissez-le agir toute la nuit.

VISAGE

1. Gel Yeux Hydra Beauty de Chanel. 52€ les 15ml. MADO, SUR TOUTE L'ÎLE. 2. Masque à l'argile jaune de Cattier. 7€ les 100ml. EN PHARMACIE ET PARAPHARMACIE. 3. Eau micellaire hydratante Aqua Phyt's de Phyt's. 30,25€ les 200ml. LA FASHION BOUTIQUE, À SAINT-PIERRE. 4. Crème riche désaltérante de Clarins. 54€ les 50ml. MADO, SUR TOUTE L'ÎLE.

3



4

5



6



RITUELS BEAUTÉ DU VISAGE POUR LES PEAUX SÈCHES

Matin

Etape 1. Commencez la journée par un pschitt de brumisateurs (d'eau thermale bien sûr !) qui préparera votre visage pour vos soins quotidiens. Epongez les gouttelettes en tapotant doucement.

Etape 2. Nettoyez avec un lait hydratant et un coton puis rincez avec une lotion tonique et séchez bien votre peau.

Etape 3. Pour être efficace sans empiler les couches, appliquez un sérum hydratant puis votre crème de jour habituelle.

Etape 4. Si vous souhaitez que votre make-up tienne toute la journée, une base adaptée est obligatoire ! La majorité des marques propose des gammes dédiées aux peaux sèches, il faut maintenant trouver celle qui vous correspond.

Soir

Etape 1. Démaquillage obligatoire avec un produit doux !

Etape 2. Enchaînez avec une lotion douce pour supprimer les derniers résidus.

Etape 3. Appliquez votre sérum, votre crème et enfin votre soin pour le contour des yeux. Prenez le temps de masser quelques instants en faisant de petits cercles du bout des doigts.

Etape 4. Si vous êtes irritées ou avez des démangeaisons, il est préférable d'utiliser un soin hydratant et apaisant plutôt gras.



Le BA-BA en 4 points

- Un seul mot : HYDRATATION !
- N'utilisez que des produits dédiés aux peaux sèches.
- Dès les premiers signes de sécheresse, appliquez une crème adaptée. Plus vous attendez, plus votre épiderme sera agressé.
- De la douceur dans les gestes pour ne pas froisser la peau.

CORPS

5. Crème hydratante karité et cire d'abeille du Petit Marseillais. **3,95€ les 75ml.** JUMBO SCORE, SUR TOUTE L'ÎLE. **6.** Formule ensorcelante anti-peau de croco de Garancia. **24€ les 125ml.** EN PHARMACIE ET PARAPHARMACIE. **7.** Lait corps sous la douche hydratant de Nivea. **4,30€ les 250ml.** HYPER U, SUR TOUTE L'ÎLE. **8.** Lait relipidant corps anti-dessèchement Lipikar de La Roche-Posay. **25,95€ les 400ml.** EN PHARMACIE ET PARAPHARMACIE.



PIEDS & MAINS

9. Crème mains et ongles Rêve de Miel de Nuxe. **11,60€ les 75ml.** EN PHARMACIE ET PARAPHARMACIE. **10.** Crème beauté des pieds de Caudalie. **15€ les 75ml.** EN PHARMACIE ET PARAPHARMACIE.



A ne PAS faire !
Utiliser les savons traditionnels qui dessèchent la peau.

MON MASQUE MAISON EN QUELQUES MINUTES !

Les beaux avocats arrivent, c'est le moment de profiter de leurs bienfaits et vertus pour les peaux sèches. Dans un bol, mélangez la chair d'un demi avocat bien mûr et une cuillère à café de crème fraîche. Ajoutez quelques gouttes d'huile essentielle d'amande douce (ou d'huile d'olive si vous n'avez rien d'autre sous la main). Mixez bien le tout pour obtenir une pâte homogène. Placez votre mixture au frigo pendant 30 minutes pour qu'elle se consolide un peu puis appliquez sur le visage, le cou et le décolleté. LAISSEZ AGIR AU MOINS 20 MINUTES ET RINCEZ À L'EAU TIÈDE.