

BOOK 2016 -2017

RELATIONS PRESSE

b u r e a u

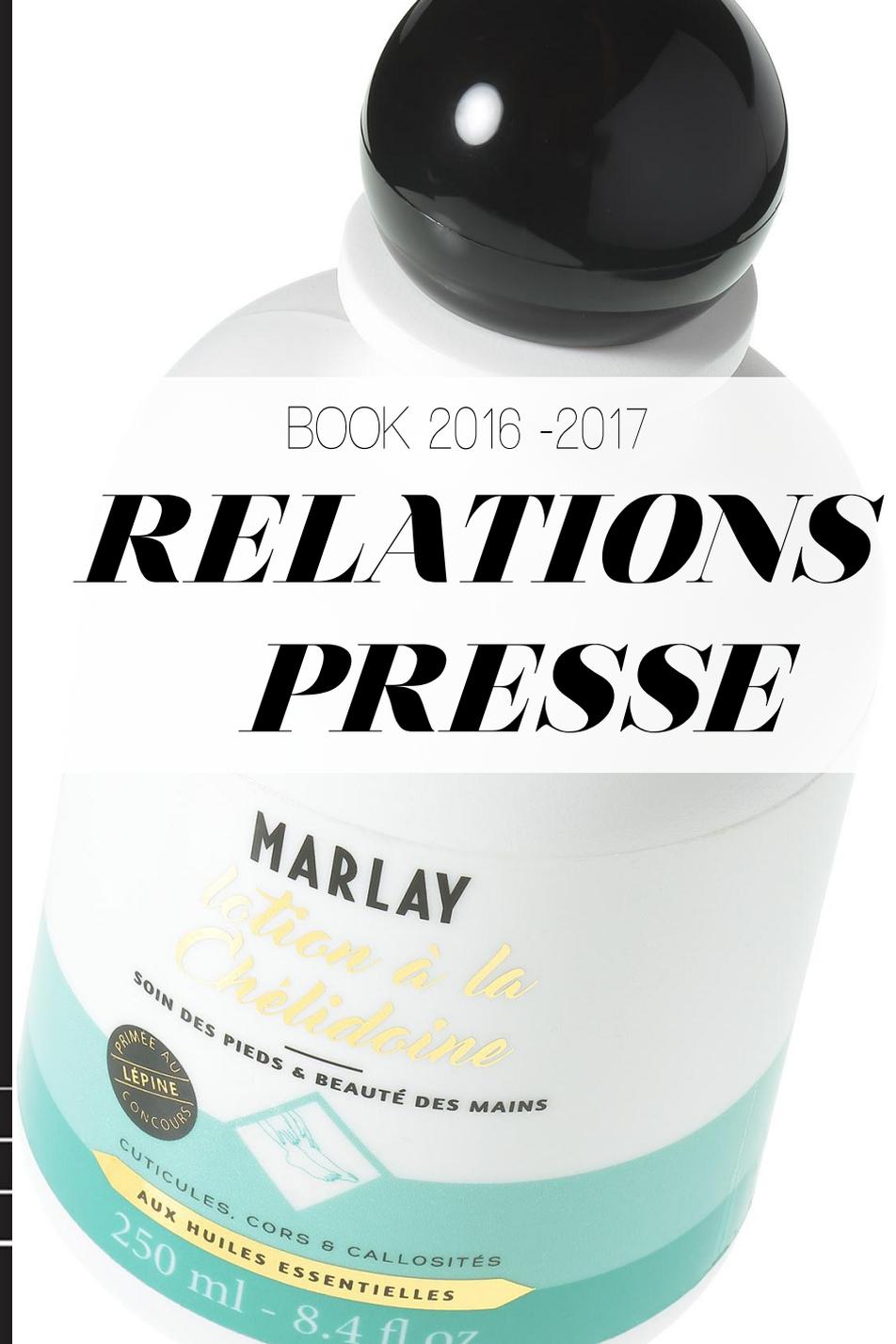
ENFANT BEAUTÉ FORME FOOD

f r a n c k

RELATIONS PRESSE

d r a p e a u

RELATIONS PUBLIQUES



La rentrée d'un pied léger

Qu'ils profitent de l'été indien ou qu'ils réintègrent les chaussures, nos petons doivent être traités avec égards.

ON BAIGNE

Rien de tel qu'un bon bain de pieds pour ramollir la corne en vue de la retirer.

Mode d'emploi Appliquez de l'huile d'argan trente minutes avant le bain. Laissez les pieds tremper dix minutes dans une eau tiède avec quelques gouttes d'huile essentielle de lavande bio ou du bicarbonate de soude.

Quand Tous les soirs si vous en ressentez le besoin, et avant un soin complet.



→ Huile de lavande bio, 6,85 € les 10 ml, *Revell'Essence*.

Testé et approuvé!

→ Sel de bain pour les pieds, 11,55 € le pot de 300 g, *Mavala*.

→ MassEUR pour pieds, en bois, 9,90 €, *Aroma-Zone*.

ON RÂPE

A force de marcher tout l'été en tongs, la corne se forme, plus dure que jamais. Si on ne l'enlève pas, elle prend du volume et devient gênante.

Mode d'emploi Passez la pierre ponce sur les endroits où la corne est superficielle. La râpe et les appareils électriques sont efficaces sur les zones où les callosités sont importantes (les talons, par exemple). Attention à ne pas insister afin d'éviter les blessures.

Quand Une fois par mois.



→ Râpe électrique rose, édition limitée, 29,99 €, *Urgo*.

Testé et approuvé!

→ Râpe à pieds ultra-endurante, 16,50 €, *Made in Sphera*.

→ Pierre ponce, 3,50 €, *Yves Rocher*.

ON LISSE

Nouveau venu sur le marché, le soin peeling fait la peau lisse. Le masque, lui, va régénérer et hydrater en profondeur.

Mode d'emploi Le peeling se pratique sur peau sèche. Le produit, souvent liquide, s'applique sur les parties dures et se retire après un temps de pause. Le masque se présente sous forme de chaussons imprégnés de soin, à laisser poser.

Quand Une fois par mois pour le peeling. Une fois par semaine pour le masque.



Testé et approuvé!

→ Super peeling liquid, Shiny Foot, 11,90 € le sachet, *Tonymoly*, en exclu chez Sephora.

→ Masque pieds nourrissant et rafraîchissant, 9,90 €, *Starskin*, en exclu chez Nocibé.

→ Lotion à la chélideoine, une fois tous les 15 jours en traitement d'attaque, puis une fois par mois, 25 € le flacon de 250 ml, *Marlay*.



62% des Français souffrent de maux de pieds.
44,5% présentent des cors aux pieds et 36% ont des durillons.

Source : Enquête nationale 2015 de l'Observatoire de la santé du pied.

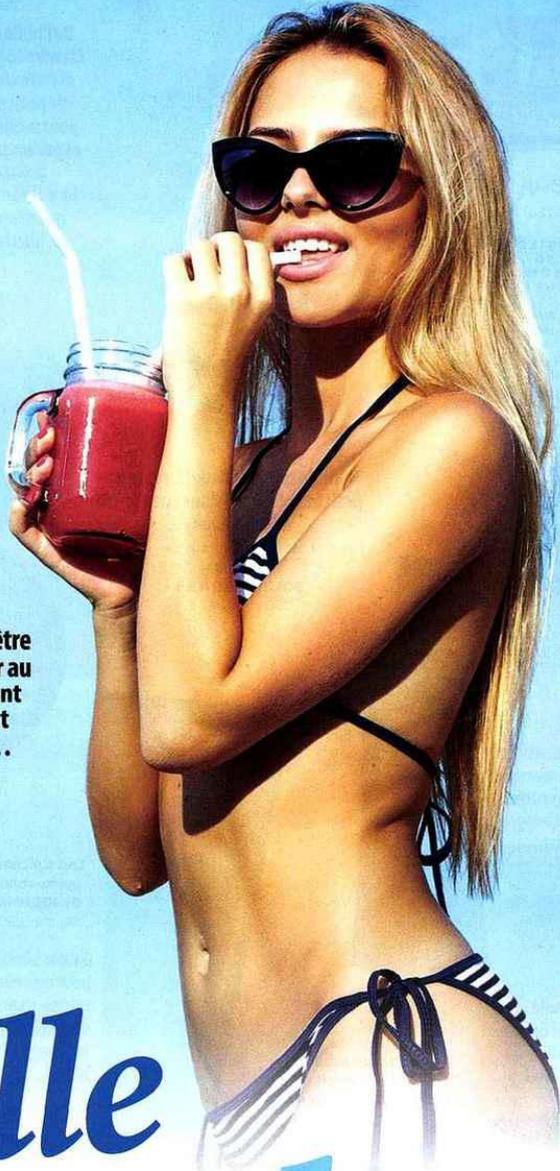
NOUS DEUX
16 / 22 août 2016

232 165 ex

MAINS

ALLOSITÉS
NTIELLES

3.4 fl.oz



On veut absolument être parfaite pour se dorer au soleil. Les garçons sont là, muscles en avant et vous attendent...
Souriez!

**Belle
à la plage!**

OOPS !

19 août / 1^{er} septembre 2016

138 752 ex

DES MAINS

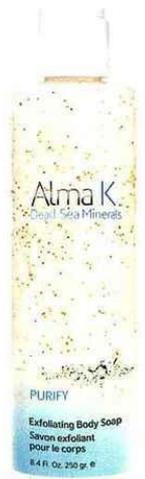
8 CALLOSITÉS
ESSENTIELLES

8.4 fl.oz



Noix de coco, mangue, papaye... Un effet satiné et une peau protégée!
Le + : Parfait pour les peaux sensibles
Shimmer Effect SPF 25, HAWAIIAN TROPIC,
 180 ml, 13,90 €

Des graines d'abricot en poudre pour gommer le corps et les fesses... celles que l'on remarque en premier en bikini!



Savon exfoliant pour le corps, ALMA K,
 250 ml, 13,90 €
 (en exclusivité chez Monoprix)



De la menthe poivrée pour un effet fraîcheur. On l'adore!
Shampooing Tea Tree Mint, OGX,
 385 ml, 9,90 €
 (en exclusivité chez Monoprix)

Plus d'effet paille, ça brille. On l'adopte!
Le + : sans parabène



Après-shampooing à la sève d'olivier et au lait d'acacia, LE PETIT MARSEILLAIS,
 200 ml, 2,80 €



On donne du relief à la poitrine! Un décolleté irisé, nacré...
Le + : Du monoï pour hydrater
Huile sublimatrice, POLYSIANES,
 30 ml, 13,30 €



Lotion à la chéloïdoine, MARLAY,
 250 ml, 25 €

SOS aux pieds calleux! Un pied de bébé en un tour de main...
Le + : Un 2 en 1 (mains et pieds)!

Avec la chaleur estivale, on souffre de petits maux... Oust, la sudation!



Crème anti-transpirante, AKILÉINE,
 50 ml, 8,50 €

Une brillance intense et une tenue extra-longue : parfait pour la plage!

Mini Color's Collection Eclectic Color's, MAVALA,
 5 ml, 5,60 €



OOPS !
 19 août / 1^{er} septembre 2016

138 752 ex

DES MAINS

8 CALLOSITÉS ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

Opération Hydratation

Masque, huile ou crème... Tout est bon pour rester hydratée de la tête aux pieds.

Marine Boisset

PUBLIC
19 / 25 août 2016

158 351 ex

Sage comme un visage

Repulper, réparer, hydrater et apaiser la peau : c'est ce que promettent ces textures riches mais non grasses contenant des huiles végétales et/ou de l'acide hyaluronique.

Crème de nuit revitalisante, Oils of Life, The Body Shop

35 €

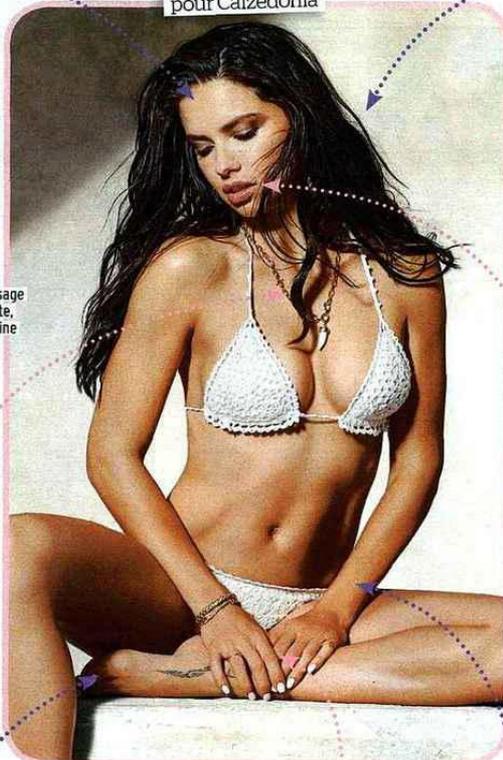
Masque, Wrap Hyal-Aqua, Oirness

3,90 €

Crème visage hydratante, Sensibifacine

14,90 €

Adriana Lima pour Calzedonia



Cheveux d'ange

Sel, vent, chlore... Votre chevelure a passé un sale moment cet été. Rien de tel que des produits enrichis en huiles pour la nourrir en profondeur.

Masque, Nutrition intense, Le Petit Marseillais

5,20 €

L'huile merveilleuse, Ultra doux, Garnier

8,50 €

Shampooing Exceptionnel, Collections Nature, Eugène Perma

11,30 €

Bouche bée

Inspiré des rituels de beauté asiatiques, le masque pour lèvres débarque en France. Idéal pour compléter l'action du baume.



Baume gourmand myrtille, Labello

2,90 €

Masque lèvres à la rose, Sephora

2,50 €

Labello Lip Butter

Prête à décolleter

Souvent oubliée, la zone du décolleté est pourtant l'une des plus sensibles... L'hydrater est indispensable pour garder une peau lisse... longtemps.

Soin régénérant, Décolleté parfait, Phytomer

65,15 €

Masque Bio Cellulose Décolleté, Timeless Truth

9,50 €

Masque-chaussette hydratant, Baby Foot sur Bloomupshop.com

15 €

Main dans la main

Des mimines douces pour être sexy jusqu'au bout des ongles. Le plus : ces soins hydratent également les cuticules.



Masque-gant en tissu, Joliderm

11,90 €

SOS MAINS ONGLES & ongles, Hand minute, Body minute

5,40 €

À bras-le-corps

Aubaine pour les plus pressées, les nouveaux soins hydratants permettent de s'habiller immédiatement après l'application.

COLLESTAR

Huile lactée nourrissante, Collistar sur thebeauty

Lait corps sous la douche, Nivea

4,90 €

NIVEA LAIT CORPS SOUS LA DOUCHE

S MAINS

CALLOSITÉS
ENTIELLES

8.4 fl.oz



Tisanes mania

Avec ce concept deux en un, l'infusion devient une it-boisson à déguster en cure. Six programmes au choix : ventre plat, detox, minceur, digestion, sommeil, respiration. On prend un sachet le jour (ex. : « J'aide ma digestion »), un autre le soir (« Je brûle les graisses ») afin d'intensifier les effets. BiOrigine programme, 5 € en GMS, biorigine.fr.



Notre coup de cœur

PIEDS LISSES SANS RÂPE

Finis la corvée de râpe grâce à cette solution enrichie en chélideine, une plante bien connue pour soigner les verrues. Comment s'utilise-t-elle ? Rien de plus simple : on imbibe les zones rêches, on attend 15 minutes et hop ! on retire les peaux mortes. A utiliser une ou deux fois par mois. Et, chaque jour, on peaufine avec la crème réparatrice. Pour des petons tout neufs. Lotion et crème réparatrice Marlay, 25 € et 9,90 €, en pharmacies, parapharmacies et sur www.marlay.fr.



Le biscuit éco-booster

Quand la raw food (« alimentation brute ») s'empare de la nutrition sportive, ça donne une galette crue à base de miel, de dattes, de pollen et de graines lentement déshydratés à 42 °C. Idéale avant le sport. Beeznergy Rawbar + Ballot-Flurin, 2 € en magasins bio et sur ballot-flurin.com.

Top 3 DES HUILES SPÉCIAL CHEVEUX



1 Le macadamia nourrit et hydrate. Huile végétale de macadamia Puresentiel, 6 € les 30 ml, en pharmacies.



2 Le ricin donne du corps aux cheveux fins. Huile végétale de ricin Florame, 5,95 € les 50 ml, en magasins bio et diététiques.

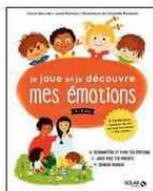


3 La nigelle répare les cheveux cassants. Huile végétale de nigelle Ladrôme, 17,65 € les 100 ml, en magasins bio.

1h

D'EXERCICE POUR 8 H D'ORDI

C'est ce qui est nécessaire pour compenser les risques de la sédentarité, d'après une équipe de chercheurs anglais, norvégiens, australiens et américains. Donc si on reste assise toute la journée, on profite de toutes les occasions pour bouger : monter les escaliers, se lever pour faire quelques pas, marcher à la pause déjeuner ou faire du sport !



LE JEU PSYCHO FAMILIAL

Voici un jeu de l'oie particulier : créé par une psy spécialisée en psychologie positive, il aide parents et enfants à exprimer et à partager leurs émotions. Pour que la famille revienne des vacances plus confiante et soudée. « Jeu de l'oie heureuse », de Cécile Neuville, 14,90 €, éd. Solar (sortie le 25 août).

PAR MUREL GAUDIN ET FABIENNE RIGAL

FEMME ACTUELLE
22 / 28 août 2016

647 702 ex

INS

LOSITÉS

IELLES

4 fl.oz

25 août 2016



Inscription gratuite
Consulter la dernière newsletter

Marlay veut accélérer son développement

Marlay, le spécialiste des soins pour les pieds et les mains, s'offre une nouvelle image. Les packagings et les contenants de cette marque française née en 1989 ont été revisités, tout comme son site Internet désormais marchand. L'objectif : renforcer sa notoriété auprès du grand public et conquérir les circuits de pharmacies, parapharmacies et instituts.



« La marque est bien connue des professionnels, mais nous pensons que son potentiel est encore à exploiter », explique Laurent Sebbane, qui a repris avec son épouse les rênes de la société familiale il y a six ans.

Jusqu'à présent, Marlay était principalement vendue via les foires et les salons de médecine douce, une formule qui aurait permis à la marque de générer un chiffre d'affaires « confortable ». Et son succès repose sur un produit primé au concours Lépine en 1990 : la lotion à la chélidoine, qui permettrait d'enlever plus rapidement et plus durablement la corne et les callosités (35 euros les 500 ml et 25 euros les 250 ml).

C'est Marlène Azoulay, la mère de Laurent Sebbane, qui a fondé la marque en 1989. Aujourd'hui, son fils souhaite accélérer son développement en proposant par exemple des kits pour des cures de six mois et un an avec tous produits et accessoires permettant d'entretenir mains et pieds (lotion à la Chélidoine, une crème réparatrice, du coton naturel et une lime Marlay). A court terme, l'objectif est également le développement de la gamme de produits aujourd'hui très courte.

Par [Sarah Ahssen](#)

N'ALLEZ PAS VOUS PLAINDRE QU'ON NE VOUS DIT JAMAIS RIEN...

L'OBJET
DU CULTE**STYLO RETOUCHE
PERFECTION
TEINT, BOBBI
BROWN**

Avis aux camées du fond de teint (et aux autres aussi, ça va vous intéresser) : ça fait maintenant 600 saisons qu'on vous rabâche qu'en backstage, on ne corrige que les zones critiques. Sauf qu'on vous connaît, faute de temps et de patience, vous finissez toujours par vous plâtrer en allover. Il était temps que cette baguette magique arrive. Son embout mousse fond une texture gel au fini poudré, uniquement là où vous en avez besoin pour que votre teint naturel conserve son éclat et sa fraîcheur. Plus d'excuse. #lesvraisproblèmes **36 €, bobbibrown.fr**

**FEATURING
JASON WU X
CAUDALIE**

Les filles qui ont de l'allure ont généralement trois choses en commun : un sacré caractère (comme Michelle Obama), une robe Jason Wu (comme Michelle Obama) et un

vaporisateur d'Eau de Beauté (on parie aussi sur Michelle Obama). Pour elles et toutes les autres, la lotion mythique de Caudalie s'habille des dentelles de la dernière collection printemps-été du designer américain. En une pulvérisation, le teint s'allume, le grain s'affine. De quoi se rafraîchir avec style. **Eau de Beauté, Jason Wu for Caudalie, à partir de 10,80 €, caudalie.com**

TREND ALERTE LA MATIÈRE ATHLEISURE

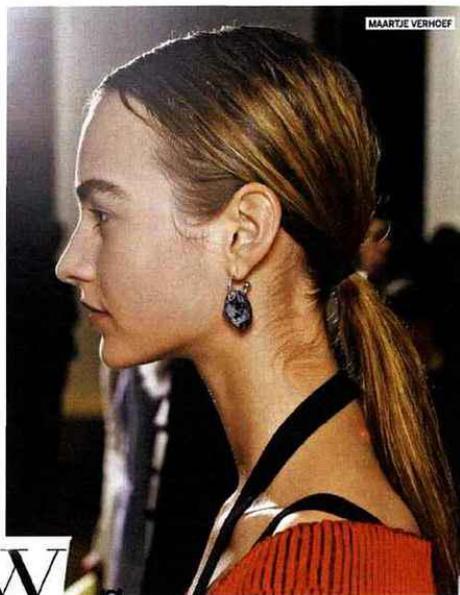
L'inspiration : cette fille que vous croisez à New York, qui sort d'une heure de hot yoga intense, alors que la lumière du matin vous pique encore les yeux.

Le look : la texture particulière post-effort et une queue-de-cheval bien basse sur la nuque pour faire comme si de rien n'était. Plus chaud, tu m'appelles. Protégés par une base thermo-protectrice, les cheveux humides sont séchés et leurs racines bien plaquées aux doigts. Texturisée au salt spray, la masse est attachée random avec un élastique.

Le geste clé : en finition, passez une crème coiffante sur les racines avec un peigne à dents larges pour un effet wet inaltérable.

Le défilé : Proenza Schouler A-H 2016/17.

Le pro : Anthony Turner.

**1. Crème de coiffage One Minute Transformation, Color Wow, 23 €, en exclu sur [Feelunique.com](http://feelunique.com)**

2. Spray texturant au sel, Willow Mayor, 32 €, en exclu chez Colette, colette.fr

3. Base thermo-protectrice anti UV Hairdresser's Invisible Oil, Bumble and Bumble, 27 €, bumbleandbumble.com

**RÉTRO-FUTUR
STRANGER
THINGS**

Primée meilleure invention de l'année au concours Lépine en 1990, cette

lotion exfoliante pour les pieds revient dans un nouveau flacon. Inchangée, sa formule concentrée en chéldoïne, une plante utilisée pour soigner les verrues, assouplit et dissout les peaux mortes et les cuticules en quinze minutes. Imbibez les zones calleuses, faites pelucher à la pierre ponce et rincez. Une noisette de crème nourrissante plus tard et vous pourrez enfin marcher dans les pas de Winona. **Lotion à la chéldoïne, Marlay, 25 €, marlay.fr**

**CLIC PRENDRE
UN REVERS**

Vous voilà rentrée de Grèce depuis à peine deux semaines et votre teint a déjà la tête d'un pubard en manque de RTT. C'est quoi ces boutons ? C'est quoi ce teint de raton-laveur qui aurait trop traîné près des poubelles ? Cette formule concentrée de l'acide lactique exfoliant, hydratant et antibactérien, de l'argile purifiante et de la vitamine C régénératrice. En scrub ou en masque de quinze minutes, il vient à bout de tous les burn-out cutanés. **Checkout sur joannavargas.com**

PHOTOS : JAMES COCHRANE - UP

STYLIST

1^{er} / 7 septembre 2016

412 367 ex

MAINS

CALLOSITÉS

ESSENTIELLES

3.4 fl.oz

Elle > Beauté > Soins beauté > Tendances soins

Jolis pieds : les produits préférés des journalistes beauté

Publié le 22 juin 2010 à 19h03 - Mis à jour le 2 septembre 2016 à 14h50



11 / 11

Lotion à la Chéridoine, Marlay, 35 € les 100 ml

En 1990, cette lotion a été primée au Concours Lépine pour sa formule à base de chéridoine. Une plante plébiscitée par les grands-mères pour combattre les verrues. Alors, en bain de pieds ou sur un coton imbibé pour une application localisée (cors et durillons par exemple), elle dissout petit à petit et doucement les peaux

ACHETER





1 ON FAIT PLACE NETTE

Si boutons et points noirs reviennent en force, c'est dû au fameux effet rebond : la peau s'épaissit au soleil pour se protéger, devenant aussi plus sèche. Une fois les vacances terminées, elle désépaisit... et libère toutes les impuretés accumulées ! D'où le retour des imperfections. Des gommages doux une à deux fois par semaine libéreront les pores, des masques purifiants et des crèmes sur mesure dompteront le sébum et calmeront (et soigneront) les inflammations.

Effaclar Duo (+) Unifiant, 40 ml, La Roche-Posay, 15,60 €
Masque Purifiant, Zone T, Argile Pure, 50 ml, L'Oréal Paris, 8,90 €

2 BRONZAGE: ON JOUE LES PROLONGATIONS

Exfoliez pour éliminer les cellules mortes, et pensez à vous hydrater quotidiennement (voire biquotidiennement pour les peaux les plus sèches). Votre bronzage sera plus lumineux et il durera. Au besoin, boostez-le avec un peu d'autobronzant.

Baume Corps, Nutrition Intense, Nordic Berry, 200 ml, Neutrogena, 4,95 €

Gomme Lavante Exfoliante, Fleur de Coton, 160 ml, Sephora, 8,50 €



3 ON RENTRE AU TOP (ET ON LE RESTE) !

Peau nette et dorée, chevelure en pleine santé, maquillage adapté... On aborde la rentrée en toute sérénité beauté !

3 ON TROQUE NOTRE MAKE-UP FLUO



Turquoise et paupières anisées étaient top sur la plage, mais oubliez-les ! Mise sur des teintes nude, des nuances de gris, du mordoré, plus en adéquation avec la rentrée. En revanche, gardez votre

poudre de soleil (mais sans paillettes) pour sublimer encore un temps notre teint pain d'épices.

Palette, Ready 8.0, The Power Neutral S3, bareMinerals, 29 € chez Sephora



5 ET ON MAINTIENT LA CADENCE CÔTÉ PIEDS...

On a soigné nos pieds tout l'été et on continue à les bichonner en gardant nos bonnes habitudes. Exfoliation, ponçage, hydratation...

Lotion à la Chéridoïne, Marlay, 25 € (marlaycosmetics.com)

4 ON SOIGNE NOS CHEVEUX UN BRIIN PAILLASSON

Chloré, vent, sable, sel... Nos cheveux ont été mis à rude épreuve ! Pour afficher une chevelure de rêve sous la lumière urbaine, usez et abusez de soins (après-shampooing et masque) afin de les réhydrater et les réparer en profondeur.

Masque Fondant Sans Silicone, Compensateur Nutritif, Cheveux secs, dénutris, Nutrifier Glycerol, Série Expert, 200 ml, L'Oréal Professionnel, 23 €



CLOSER
2 / 8 septembre 2016

288 823 ex

Pour les mains...

HY-DRA-TER tous les jours : il n'y a pas de meilleur moyen d'avoir de belles mains.

Nous, on a toujours un petit tube de crème hydratante dans nos tiroirs ou dans notre sac : en toute saison, on en utilise plusieurs fois dans la journée. Si comme nous, vous les avez négligées, il faut réparer les dégâts ! On masse du poignet au bout des doigts, sans oublier les ongles. Et pour ne pas anéantir nos efforts, on a choisi de se laver les mains avec un savon qui ne dessèche pas la peau.

Notre truc : une grosse couche de crème de nuit et des gants en coton (pas sexy, mais efficace).



Murmure d'eau,
crème lavante pour les mains,
GRAINE DE PASTEL,
240 ml, 26 €
En vente sur le site
www.grainedepastel.com



On a craqué sur l'odeur de vacances de ce soin naturel.
Mains de velours, soin des mains, **PEAU ETHIC,** 50 ml, 16,40 €
En vente sur le site www.peauethic.com



Crème réparatrice, MARLAY, 125 ml, 14,90 €
En vente dans les pharmacies ou sur le site www.marlay.fr



Soin mains et ongles Fleurs d'Orient, LIFTARGAN, 75 ml, 5,90 €

Le + : un seul produit pour les mains et les pieds.

... et les pieds !

Oui, c'est le gros problème de l'été : on a les pieds secs, les talons... on ne vous fait pas de dessin ! C'est l'horreur absolue ! Mais ce n'est pas une raison pour agresser nos petons en utilisant une râpe métallique. On les masse, on les gomme, on les hydrate... On les chouchoute, quoi !



Gommage pieds aux roches volcaniques, BERNARD CASSIERE, 75 ml, 21 €



Baume nourrissant à la pierre d'alun, BERNARD CASSIERE, 75 ml, 22,50 €

Et pour les pieds très abîmés :

Onguent KL pieds secs et talons fendillés, KLEIRE, 30 ml, 27 €
En vente sur le site www.kleire.fr



Des ongles au top !

On n'a pas encore abandonné les chaussures ouvertes et on espère en profiter un peu ! Du coup, quand on pense aux ongles, on n'oublie pas ceux de nos pieds.

On les raccourcit en utilisant une lime fine en verre (les diseaux et pinces les dédoublent). On part de l'extérieur et on va vers le milieu, doucement, sans forcer. Eh oui, il faut prendre un peu de temps... Et on les traite s'ils sont cassants ! Dans ce cas, on évitera de les vernir. On n'oublie pas non plus de les masser doucement avec une crème hydratante.



Mava-Flex, sérum pour les ongles, MAVALA, 10 ml, 17,75 €

Pour le vernis, on ne brûle pas les étapes :

- 1 - On enlève le vernis avec du dissolvant. Nous, on aime les solutions pour paresseuses : on trempe le doigt dans le flacon rempli de mousse et de dissolvant, on tourne un peu, et hop ! Plus facile pour les mains que pour les pieds (on a testé). On n'oublie pas de laver et de sécher.
- 2 - On applique une base sur l'ongle pour le protéger des pigments du vernis. On laisse sécher (évident, mais vous savez pourquoi on vous le rappelle).
- 3 - On met deux couches de vernis en laissant sécher après chaque couche.
- 4 - On met un top coat qui protège le vernis et le fait briller et durer plus longtemps.



Couche de base, NARS, 19 €



Top coat, NARS, 15 ml, 20,50 €



On a craqué pour la collection automne-hiver de Mavala qui nous donne envie de repartir : Barcelone, Budapest, Sao Paulo ? On a le choix !
Mini color's, Eclectic colors, MAVALA, 5 ml, 5,60 €



Bain dissolvant, AVRIL, 75 ml, 5 €

OOPS !

2 / 15 septembre 2016

138 752 ex

DES MAINS

8 CALLOSITÉS
ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

Beauté

Pieds de bébé



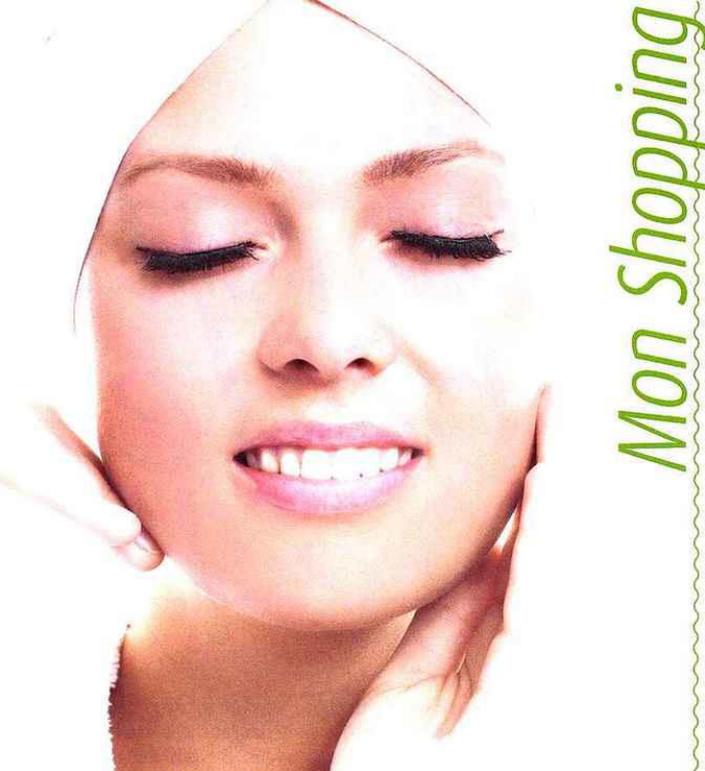
marlay

Après avoir marché pieds nus tout l'été, une vilaine corne s'est installée. Mais au lieu de râper on va lotionner. Primée au concours Lépine en 1990, la lotion Marlay est à base de Chélidoine, plante connue pour soigner les verrues. Un quart d'heure d'application, on rince et les peaux mortes disparaissent. Une fois par mois suffit pour retrouver des pieds de bébé. 25 € les 250 ml. En pharmacie et sur marlay.fr. (B.B.)

AY
à la
idcine
S & BEAUTÉ DES MAINS

LES. CORS & CALLOSITÉS
X HUILES ESSENTIELLES

50 ml 8.4 fl.oz



Mon Shopping

technique aide à assouplir les tissus et la structure de la jambe. Puis, assouplissez votre cuisse en massant doucement à partir du genou et en alternant avec les mains et effectuez des tapotements sur toute la cuisse, en utilisant le côté de la main. Ce mouvement a pour effet de ramener le sang à la surface dans le but de soulager les tensions musculaires. Massez après tout le genou et autour par frottement. Effectuez des mouvements circulaires avec le bout des doigts. Finissez par des effleurages légers avec les mains derrière le genou et vers le haut. Pétrissez en dernier les muscles des mollets en alternant avec vos mains. Pressez les tissus, puis relâchez. Pour finir, effleurez doucement la peau en alternant avec les mains.

L'automassage des pieds !

L'automassage des pieds pratiqué quotidiennement aide le corps à se revitaliser. Les mauvaises postures, les douleurs dorsales et la fatigue ont tous leur origine dans le pied. Car la plante du pied renferme plus de 12000 terminaisons nerveuses en relation avec les centres

vitaux. Pour ce faire, n'utilisez pas trop d'huile de massage, sinon vos mains seront glissantes, et préférez la crème pour les pieds. Un appareil de massage pour les pieds peut aussi être très utile pour stimuler et détendre la voûte plantaire en automassage. Sinon, adoptez la position assise comme position de départ et posez votre pied sur la jambe opposée. En tenant d'une main votre pied, commencez par le masser avec l'autre main pour l'habituer au toucher. Prenez-le entre vos mains et massez-le fermement des orteils vers la cheville. Revenez ensuite vers les orteils en relâchant un peu la pression. C'est un mouvement idéal pour réchauffer les pieds froids. Remontez alors le long de chaque tendon jusqu'à la cheville en exerçant des petits mouvements circulaires avec vos pouces. Massez ensuite chaque orteil séparément en les faisant rouler entre vos doigts. Tirez-les ensuite l'un après l'autre doucement vers vous. Enfin, en tenant votre pied avec une main, massez la plante du pied avec le point de l'autre main. Effectuez des mouvements fermes en vous servant des phalanges de la main. Les mouvements peuvent être circulaires ou linéaires.



Crème mains Herbacin, 4,99 euros les 75ml, disponible chez Parashop, en pharmacies et parapharmacies.



Coffret beauté des mains à l'ambre vanillé La Sultane de Saba, 35 euros, www.sultanedesaba.com



Baume des Titans blanc Bimont, réconforte les zones sensibles, 14 euros, disponible en magasins bio, pharmacies, parapharmacies et sur www.laboratoiresbimont.fr

Gelée de massage purifiante J. F. Lazartigue, 36 euros, www.jflazartigue.fr



AlgILIGO, huile marine corps Algotherm, 27 euros, www.algotherm.fr



Body Wrap Hydra-Tonic, huile drainante Qiriness, 31,90 euros, www.qiriness.com



Baume reposant aux plantes Akiléine, 8,50 euros, disponible en pharmacies et parapharmacies



Lotion pour les mains et les pieds Marlay, 35 euros les 500ml, disponible en pharmacies et sur www.marlay.fr

CÔTÉ FEMME
septembre / novembre 2016

118 568 ex

DES MAINS

8 CALLOSITÉS
ESSENTIELLES

8.4 fl.oz



ENERGIE DURABLE

BARRE AU SOL

À L'HEURE DES BONNES RÉOLUTIONS,
DES CONSEILS ÉCLAIRÉS ET UN SHOPPING STYLE
POUR PRATIQUER COMME ON AIME.

PAR ISABELLE SANSONETTI

LES TROIS CHOSES À SAVOIR

Vanessa Villain, professeure de danse, donne des clés aux débutantes comme aux plus confirmées.

1. **Pour s'y mettre** : « La barre au sol améliore la posture et tonifie en douceur, sans contraintes sur les articulations et le dos puisqu'on travaille surtout allongée des enchaînements pas compliqués. C'est le premier pas pour renouer avec son corps et reprendre confiance en soi, quand on n'a rien fait depuis longtemps. »

2. **Pour se faire plaisir** : « Certains profs introduisent des variantes avec des accessoires et des exercices d'équilibre, de gainage, de fitness ou de yoga. Choisissez un cours où vous vous sentez bien, ce qui vous aidera à vous dépasser. »

3. **Pour progresser** : « Ce travail de renforcement musculaire affine et assouplit vraiment s'il est régulier. À raison de deux séances par semaine, vous obtiendrez des résultats rapidement. Surtout si vous pratiquez en complément une discipline cardio, running ou natation. »

vanessa-villain.com

LA PANOPLIE

1. **Flashdance**. Une touche sexy et confortable avec ce duo gris souris, brassière et short en laine. Bana, Danskin, 19,99 € (chez Go Sport), et Bloch, 25 € (Paris-8^e). 2. **Echauffement**. Elles gardent les chevilles au chaud. Guêtres Domyos, 4,99 € la paire (chez Decathlon). 3. **Basique**. Pour transporter ses tenues.

Sac de sport American Apparel, 55 €. 4. **Académique**. Le combo classique chic, combinaison ajustée et cache-cœur noué à la taille. Oysho, 49,99 €, et Repetto, 63 €. 5. **Beaux petons**. On les bichonne avec ce soin au karité, à l'huile d'olive et aux huiles essentielles rafraîchissantes. Marlay, 75 ml, 9,90 €. marlay.fr

6. **Rose poudré**. Ces demi-pointes souples sont parfaites pour enchaîner les exercices, Opéra National de Paris, 130 €.

7. **Réconfortant**. Un sweat tout doux dans lequel se lover après l'effort. Studio Lux, Reebok Studio, 59,95 €. 8. **Headband**. Anti-mèches rebelles. H&M, 3,99 €. ■

ELLE

9 / 15 septembre 2016

330 715 ex



News!



65 %

C'est le pourcentage de femmes interrogées lors d'un récent sondage réalisé par Parole de Mamans, qui déclarent avoir beaucoup plus de sensations et de plaisir lors de leurs rapports sexuels pendant la grossesse. 57 % d'entre elles constatent que leur partenaire est également plus attentif, même si l'un et l'autre n'ont plus peur pour le fœtus. Une très bonne chose !

Source : paroledemamans-academy.com, 2016

Pratique

On a toutes eu un jour ou l'autre une vilaine migraine qui tiraille les tempes et la boîte crânienne... Pour éviter les comprimés, on applique de la menthe poivrée pour un grand coup de frais et de l'efficacité avec ce mini roll-on, hyper pratique à transporter ! Autres déclinaisons possibles : relax, voyage, anti-imperfections ou peau lisse !

Roll-on bio, ReveilEssence, 4,50 € les 5 ml



POTION, LOTION !

Après avoir marché en tongs tout l'été, couru ou s'être baignés, vos pieds ont triste mine... On a trouvé une solution : tester cette lotion enrichie en chéloïdine sur vos pieds pour dire au revoir aux callosités. Sceptique ? Sachez tout de même qu'elle a été primée au concours Lépine... c'est dire !

Lotion, Marlay, 500 ml, 35 €



Le saviez-vous ?

Sur le plan génétique, il y a 99,9 % de similitude entre vous et une autre femme. Mais seulement 98,5 % avec un homme, soit le même pourcentage qu'une femme et un chimpanzé femelle... Étonnant, non ?

Source : Académie de médecine, 2016



PLUS UNE RIDE !

Parce qu'il n'est jamais trop tôt pour commencer, on applique une crème anti-âge si possible bio pour rayonner à l'intérieur comme à l'extérieur...

Crème anti-âge à l'huile d'argan, Mariou Bio, 50 ml, 8,95 €

90 %

Selon une récente étude de la profession, 90 % des Français considèrent que les ostéopathes proposent des soins efficaces, tandis que 91 % en ont une bonne image et 87 % leur font globalement confiance. Cependant, seuls 63 % des Français ont déjà consulté un ostéopathe, dont 47 % dans les trois dernières années.

Source : FOP/Ostéopathie, 2016



© SHUTTERSTOCK/FP

TONIC

septembre / octobre 2016

80 000 ex

ES MAINS

3 CALLOSITÉS
SENTIELLES

8.4 fl.oz

LES ONGLES **PLUS BEAUX,** **PLUS FORTS**

L'été, c'est moins de ménage décapant, plus d'huile et de crème tartinées, de bains de mer et d'eau moins calcaire. De quoi aider les ongles à se renforcer. L'idée? Continuer sur cette belle lancée avec les conseils d'Elsa Deslandes, manucure consultante.

La méthode

RÈGLE N° 1 On soigne. «*En nourrissant ses mains avec de la crème protectrice et ses ongles avec de l'huile en massage quotidien.*» Rien de très novateur, peut-être, «*mais ce traitement est toujours très efficace. Et c'est la régularité qui assure un résultat durable.*»

RÈGLE N° 2 On garde des ongles blancs. Pour qu'ils restent couleur Tipp-Ex (et pas transparents) plus longtemps, on les plonge une fois par semaine, pendant 10 minutes, dans un bain d'huile de tiaré, on les brosse avec un jus de citron et on choisit une base durcissante. Et si ce n'est pas encore assez, il y a toujours la solution du crayon blanc passé juste en dessous.

RÈGLE N° 3 On met les formes. Pour éviter qu'ils ne s'effritent ou se dédoublent, Elsa Deslandes préconise la lime en carton, à grain fin (pour les ongles mous) ou épais (s'ils sont plus durs). La règle commune? «*Toujours limer dans le même sens.*»

RÈGLE N° 4 on choisit un vernis chair: cet automne, la tendance annonce carton plein pour le nude. Plus précisément, «*les tons nude rosés, c'est-à-dire rose thé, rose tendre, qui restent plus lumineux et joyeux pour l'hiver.*»

Et les pieds? En détox post-summer, on stoppe le vernis et on passe – une fois par semaine – un bloc 4 faces sur toute leur surface (ça tombe bien, ils sont plus durs, plus épais et donc plus résistants). Coupés courts et au carré, ils doivent être hydratés matin et soir avec une huile et régulièrement laqués d'une base de soins déjaunissante: «*Si, seule, elle ne règle pas le problème du jaunissement, elle promet cependant un aspect plus blanc à l'ongle grâce aux réflecteurs de lumière qu'elle contient.*»



LE BON KIT

Crème Réparatrice, Marlay, 9,90 € les 75 mL. Monoï de Tahiti aux 1000 Fleurs, Hei Poa, 18,20 € les 200 mL. Vernis n° 882 rose veit, Maybelline, 7,40 €. Vernis Sequin Sash Collection Retro Revival, Essie, 11,90 €. Lime à ongles Leopard, The Curve, 15,90 € chez Sephora.

LES CHEVEUX **BLEACHÉS**

Du sel, de la mer, du soleil, et voilà la chevelure qui affiche des reflets patinés par tout ce qui fait le charme de l'été. Sauf qu'après quinze jours en ville, le résultat n'a plus rien à voir. En cause? «*La peau, explique Frédéric Mennetrier, maître coloriste L'Oréal Professionnel. En débronzant, celle-ci modifie le rapport couleur entre la carnation et la coloration.*» Et la chevelure semble d'un coup beaucoup trop claire.

La méthode. Le soleil est le meilleur coloriste qui soit, certes, mais quand il disparaît, mieux vaut filer en salon pour peaufiner ses effets. Si les cheveux sont naturels, Frédéric Mennetrier conseille de prendre rendez-vous deux mois après être rentrée. «*La couleur qui a éclairci l'est de façon irréversible, il ne faut donc pas s'attendre à ce qu'elle fonce. En revanche, parce que les racines vont être plus marquées au bout de quelques semaines, on demande au coloriste de les éclaircir légèrement, et d'illuminer les longueurs ainsi que les mèches de contour du visage. Ceci de façon à rester dans le bon ton.*» Les cheveux sont colorés?

On évite d'y toucher soi-même. Trois semaines après avoir quitté la plage, on file chez le coiffeur qui éliminera l'effet délavé de la couleur et la repigmentera, quitte à la foncer légèrement.

L'entretien. Parce qu'il est inutile d'espérer une belle couleur sans fibre bien entretenue, Frédéric Mennetrier recommande d'intensifier les soins. D'abord, avec une base lavante douce en guise de shampooing et, après chaque lavage, un soin

MAINS

CALLOSITÉS

ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

ON TRAQUE LA CÉRAMIQUE VINTAGE

La danoise n'est pas mal, ok. Mais celle de la Poterie d'Accolay, communauté de potiers de l'Yonne active de 1945 à 1983, qui exposait dans les stations-service des nationales 6 et 7, était franchement plus originale. Les pièces des années 1950 se trouvent encore à prix raisonnable sur brocantelab.com ou eBay.

ON CHANTE TOUT L'HIVER

Hors de son Midi natal, la version remastérisée de la cigale provençale en bleu Klein ou émeraude épuré se pose à l'intérieur... From Marseille, en un peu plus neuf que le savon.

*Grande Muette en argile,
60 C. monochromic.fr*

ON TROUVE MOINS MAMIE QUE LE SACHET EN LAVANDE

Les ravissantes pochettes parfumées pour le linge Île Saint-Louis (vétiver-patchouli, soit !), Jardin du Luxembourg (lilas-miel) et Place des Vosges (rose-brique) de Kerzon, composées à Grasse, renouvellent poétiquement le concept.

9 C. kerzon.paris

ON NE PERD PLUS JAMAIS SES SKIS DANS LA POUDREUSE

Ze Tracker, petit boîtier high-tech relié à une appli, permet de retrouver son bien. Conçu par Zag Skis, jolie marque de Chamonix, il va nous changer la vie, on n'en doute pas.

zsafetech.com

ON BOIT DES GINS TONIC NATIONAUX

La bière ou le cidre cocardiers, on connaît. Profitons du spectaculaire retour en grâce du gin tonic pour découvrir la production de nos régions. Car, contre toute attente, on fabrique plein de gins en France.

*Liste et revue critique impartiale sur
le site anglo-saxon theginisin.com/region/france*

ON ASSUME SON "ARCHÉOPATHIE" GALOPANTE

Le magasin général La Trésorerie lance sa ligne France (profonde). Au menu : des sacoches de métiers (le mécano, le facteur, l'ouvreuse) réinterprétées en mode urbain, des cou-

teaux d'office Opinel sans logo qui passent à table élégamment et les célèbres chaises d'écolier Simire (de Mâcon) allégées... Histoire de ne pas verser non plus dans la caricature bérét-baguette !

latresorerie.fr

ON IDENTIFIE LE VESTIAIRE IDÉAL POUR SON HOMME

Gabardines, pulls à col rond, chemises, pardessus, tout est de bon aloi chez De Bonne Facture, jeune mais exigeante maison qui ne fait travailler que la crème des ateliers français. Si, en plus, on contribue à revitaliser le maillage économique national, pourquoi s'en priver ?

debonnefacture.com

ON EST FAN DU CONCOURS LÉPINE

Quoi de plus Frenchy que cette assemblée de Géo Trouvetou déchainés ! Primée en 1990, la lotion magique à la chélidoine est l'arme fatale anti-cuticules et anti-callosités. On l'applique au coton 15 minutes sur les mains ou les pieds, une fois par mois, et pfft... Ça ne va pas plaire aux dames du nail bar, cette histoire.

*Lotion Marlay,
35 C les 500 ml sur marlay.fr*

MADAME FIGARO
16 / 22 septembre 2016

412 570 ex

SITÉS
LLES
fl.oz

On met ses petons bien au chaud dans des charentaises, revisitées dans des tons flashy.



Sur mesure : on choisit les pierres et les perles qui ornent son collier. Tendances : la pochette en toile craquelée.



L'escarpin glitter fait tourner les têtes. Le gin tonic se déguste avec délectation et... modération.



Belle option, pour la rentrée : on adopte la combinaison en denim.



Une rentrée toute en beauté !

■ Par P. L.



Il est temps de ralentir !

Pour aider à ralentir le temps et protéger la peau des agressions extérieures, Les Laboratoires Vichy proposent *Slow-Age*, un soin quotidien correcteur des signes de l'âge en formation

flacon 50 ml - 30 €
On aime : Sa texture fluide et fraîche qui offre une sensorialité surprenante avec un toucher velouté onctueux.



La lotion magique !

Adieu râpe, lime, repousse-cuticules... on opte plutôt pour cette miraculeuse lotion de la marque française Marlay pour retrouver des pieds aussi doux que ceux d'un bébé !

Flacon 500 ml - 35 €

On aime : l'innovation qui a été primée au concours Lépine en 1990.



À croquer !

Véritable panier gourmand pour les mains, *I love veggie* d'Alessandro international, propose trois fragrances fraîches : tomate-fraise, concombre-melon et carottes-orange. Des crèmes riches en extraits de fruits et légumes d'origine naturelle pour booster les défenses de la peau et lui apporter une hydratation optimale.

Tube 30 ml - 4,95 €
On aime : Des parfums vitaminés qui sont à croquer !



100 % vegans

Inspirée des couleurs de la nature, The Body Shop nous dévoile sa nouvelle palette *Down to Earth*. Très pigmentées, les couleurs se travaillent et se mélangent facilement pour vous permettre de créer des looks uniques.

Palette 16 g - 28 €

On aime : Une formule efficace qui garantit une tenue longue durée et évite que les fards glissent dans les plis de la paupière au fil de la journée.



Ma louche lumière...

Sampar a imaginé *L'Impossible Contour des Yeux*, un ingénieux stylo qui illumine et défatigue le regard en un instant.

Stylo 4,8 ml - 29 €

On aime : les nacres réfléchissantes de lumière qui illumine instantanément et rend invisibles les rides et les ridules du contour de l'œil.



Le bon geste à la pointe... des cheveux

Spécialiste de la coloration végétale, Biocoiff propose aussi une gamme de soins 100 % naturels pour sublimer les cheveux. Une gamme de 2 nouveaux baumes nourrissants pour les cheveux secs : à la rose et au jasmin.

Baume - 24 €

On aime : les cheveux sont plus brillants, nourris en profondeur et subtilement parfumés !



C'EST LA SANTÉ

ON A TESTÉ

SOS beauté des pieds Les gestes qui sauvent

Si les râpes et autres pierres ponces donnent l'effet immédiat d'un beau pied, en réalité ce sont des solutions à très court terme qui ne rendent pas le pied plus beau, bien au contraire. En agressant la peau, ces diverses méthodes stimulent encore plus les glandes sébacées et, au final, la production de corne et de callosités.

Nouveauté Lotion enrichie en Chélideine Marlay

Pour une solution de fond apportant un résultat longue durée, on a opté pour cette lotion enrichie en Chélideine (une des plantes les plus efficaces pour soigner les verrues).

Première étape

À l'aide d'un coton, imbitez votre pied en insistant plus particulièrement sur les zones où la peau est plus épaisse.

15 minutes top chrono plus tard il ne vous reste plus qu'à retirer les peaux mortes pour retrouver des pieds aussi doux que ceux d'un bébé. Voire plus encore! Évidemment cela fonctionne aussi pour les cuticules des mains qu'on laissera tremper 5 minutes dans un fond d'eau tiède additionné d'un bouchon de lotion.

Conseils de pro : un geste SOS à adopter une fois tous les 15 jours en traitement d'attaque puis uniquement une fois par mois pour entretenir le résultat par la suite.

Notre avis : mention spéciale à la lotion Marlay qui permet de venir à bout des peaux mortes, cors et callosités le plus facilement du monde, et se révèle aussi un coup de pouce idéal pour effacer les cuticules pour une session manucure. À essayer également, la crème réparatrice pieds et mains de la même gamme, qui favorise la réparation des crevasses et prévient la reformation des peaux mortes.

Lotion Marlay, flacon 500 ml : 35 € et existe aussi en 250 ml : 25 €.



Nouveauté Onguent pieds secs et talons fendillés

Nos pieds ont besoin d'attention, alors nous avons testé la dernière nouveauté du laboratoire Kleire, la crème de soin pour les pieds secs et talons fendillés et franchement, c'est bluffant!

Notre avis : sa texture riche et agréable est dotée d'un pouvoir pénétrant exceptionnel. Sa formule aux extraits d'hamamélis et de marron d'Inde, vitamine A, cire d'abeille, particulièrement efficace pour adoucir, lisser et hydrater la peau sans oublier la lanoline, y est pour quelque chose. Au final, la crème pénètre la peau et crée un film protecteur. Au fil des jours, les sillons du talon s'effacent, les pieds deviennent plus lisses, la peau retrouve élasticité et souplesse.

Mode d'utilisation : une petite noisette à appliquer pour masser ses pieds. Durée moyenne de consommation : 6 mois. Laboratoires Kleire. Prix : 27 €. Disponible sur le site Kleire.fr



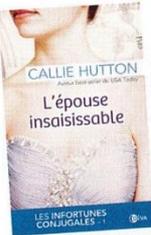
HYDRATATION 24 HEURES

Huile bienfaisante
Mercurochrome

Besoin d'assouplir et nourrir les zones asséchées de vos pieds, optez pour cette huile régénérante. Les résultats sont visibles à la première utilisation juste en massant votre pied et en faisant pénétrer cette huile.

Efficacité hydratante
24 h. Flacon 50 ml.
Prix : 8,30 €.





ON ÉCRIT...

... un roman pour tenter de remporter le prix de la meilleure romance du printemps 2017, organisé par les éditions Charleston (qui viennent de lancer une nouvelle collection, baptisée Diva, spécifiquement consacrée à la romance). Les ingrédients recherchés ? Une histoire originale et savoureuse, une héroïne déterminée et pétillante, des scènes pleines de piment...

Votre roman doit suivre les codes de la romance, avec notamment une histoire d'amour, un dénouement heureux et une héroïne de caractère. Vous devez envoyer votre manuscrit entre le 3 octobre et le 31 décembre 2016. Après une présélection, le jury (dont fait partie Anna Magdeleine, journaliste à *Sensuelle*) désignera l'auteur gagnant (le 14 février). Le 1^{er} prix verra son manuscrit édité chez Diva Romance, et les 2^e et 3^e prix seront publiés en version numérique sur Kobo Writing Life.

➔ Plus d'infos sur le prix et le règlement sur editionscharleston.fr/prix-diva-romance



On applaudit...

... l'initiative d'Isabelle Deslauriers qui vient de lancer sa marque de produits intimes, Désirables, au Québec. Sa philosophie ? Allier design, plaisir, éthique et sécurité. Elle s'engage à proposer des accessoires intimes sans matières plastiques et donc sans phtalates. La porcelaine est donc le matériel principal de Désirables. De plus, tous les produits sont fabriqués au Québec, par des petites entreprises et artisans dans un rayon de 90 km autour des bureaux de la marque.

Pour le moment, Désirables propose un dildo, des pierres de massage et une huile de massage envoûtante (fait à partir de produits naturels et bio). On craque pour la qualité haut de gamme et l'approche respectueuse des hommes et de l'environnement.

➔ Dalia (dildo), 98,88 €; Adori (3 pierres de massage), 61,80 €; Omaha (huile de massage), 25,41 € sur www.desirables.ca



ON DÉGUSTE...

... ces nouvelles infusions made in France, élégantes et gourmandes, disponibles en grandes surfaces. Non seulement on adore les goûts (comme la Beauté – bergamote, pamplemousse, pissenlit – la Love – orange, chocolat, maté – ou la Minceur – fraise, rhubarbe, guarana) mais on craque pour les pots ultra-féminins. Ils ont été pensés pour être personnalisés et recyclés. Vous pouvez enlever l'étiquette avec le nom de l'infusion et créer la vôtre sur le site (merci, maman, bon anniversaire... ou si vous voulez l'utiliser une fois vide : boîte à bijoux, petites douceurs, petit pot à basilic, etc.). Il existe 8 mélanges avec pour chaque, une plante reconnue pour son bienfait pour la santé.

➔ Infuz, 5,80 € les 100 g, en GMS ou en version cadeau personnalisé : 9,90 € frais de port inclus. Plus d'infos sur www.infuz.eu



ON MUSCLE...

... notre périnée grâce au programme de 30 jours concocté par Natasha Lamant, du site Périnée intime. Le but ? Intensifier le plaisir sexuel et les orgasmes. Mais avoir un périnée musclé permet aussi de stimuler la circulation sanguine dans le vagin et ainsi d'augmenter la lubrification naturelle, d'éviter les fuites urinaires et la descente d'organes...

Le challenge allie des exercices de renforcement musculaire et d'étirement. Vous pourrez prendre conscience de votre périnée, le localiser, le tonifier, le détendre, comprendre son importance... Certains exercices sont invisibles et peuvent s'effectuer tout en vaquant à ses occupations, d'autres sont plus « physiques » et nécessitent d'y consacrer un peu de temps. Le programme n'est pas destiné aux femmes souffrant de douleurs vaginales (dues à une irritation ou une inflammation) ou de vaginisme. Dans ces cas, il est impératif de consulter un spécialiste. Pour en savoir plus, rendez-vous sur le site, où vous pourrez acheter le programme (un PDF à télécharger).

➔ Périnée Challenge, 19 €, sur perinee-intime.fr

ON OFFRE...

... à nos pieds un soin peau neuve grâce à la lotion de Marlay (primée en 1990 au concours Lépine), qui revient avec un nouveau packaging. Pas besoin de râpes ou autres pierres ponces (qui agressent la peau et stimulent encore plus les glandes sébacées et donc la production de corne), on applique cette lotion enrichie en chéloïdine (une des plantes les plus efficaces pour soigner les verrues) sur les zones où la peau est épaisse et 15 minutes plus tard, vous pouvez retirer les peaux mortes. Vous pouvez recommencer tous les 15 jours en traitement d'attaque puis une fois par mois suffira en entretien. À nous les petons tout doux. Enfin, vous pouvez utiliser la lotion pour retirer les cuticules des mains.

➔ Lotion Marlay, 25 € les 250 ml ou 35 € les 500 ml, en pharmacies ou sur www.marlay.fr



ES MAINS

3 CALLOSITÉS
SENTIELLES

8.4 fl.oz

CHUCHOTEMENTS



FOUS DE FOOT

Après le sport en salle, le foot en salon. Pour la sortie du dernier-né des jeux EA Sports, *FIFA 17*, de nombreuses personnalités, dont les L.E.J. et Black M (ci-dessus) se sont retrouvés à l'Espace Cadet, à Paris, pour découvrir en avant-première les innovations du jeu préféré des amateurs de ballon rond.

C'est du lourd. La correspondance qu'entretenaient **FRANÇOIS MITTERRAND** et sa maîtresse, **ANNE PINGEOT**, publiée aux éditions Gallimard le 13 octobre, promet d'être comme un pavé dans la mare. Mille deux cents pages, presque cinq kilos de mots tendres, de promesses et de confidences : le poids de l'histoire.

Bad buzz. Mis en examen pour corruption de mineur, **JEAN-MARC MORANDINI** peut compter sur ses fidèles soutiens, dont Cyril Hanouna et José Dayan. Pour prendre du recul, l'animateur envisagerait de se rendre dans sa résidence de Miami avec ses parents.

Sa meilleure réplique. L'humoriste **KEY ADAMS** fait le 6 octobre son entrée au musée Grévin, à Paris. A 25 ans seulement, un pas de plus vers la postérité.

Il a du rebond. **FLORENT MANAUDOU** a annoncé son retrait des bassins pour se consacrer... au handball. Mais avant de se lancer dans sa nouvelle carrière, le petit frère de Laure honorera son voyage prévu de longue date avec son comparse **CAMILLE LACOURT** (qui, lui, compte ranger le maillot en juillet prochain), à Tahiti, où ils parairont, du 7 au 10 octobre, une nouvelle compétition de natation.

Jacques a dit... « Sarkozy, il faut lui marcher dessus. Et du pied gauche, ça porte bonheur et il n'y a que ça qu'il comprenne », « L'UDF (ex-Modem, ndr) c'est comme le pâté, ça va réduire à la cuisson »... La multitude des petites phrases prononcées par **JACQUES CHIRAC** durant sa carrière a été soigneusement compilée par **LAURENT PFAADT** dans un livre, *Jacques Chirac a dit* (le 12 octobre aux éditions Mazarine). Culte.

Certes, il est toujours banni de la Fédération française de tennis, jusqu'en février 2017. Mais le champion a du rebond. Le tennisman **BENOÎT PAIRE**, compagnon à la ville de la chanteuse **SHY'M**, s'est inscrit dans une salle de sport Club Med Gym à Paris. Petites foulées, musculation, stretching : pour garder la forme, pas de break !

The place to be. Le dîner de la Fondation ARC, qui lutte contre le cancer, aura lieu le 10 octobre à l'hôtel *The Peninsula Paris*. Parrain de l'événement, **LAMBERT WILSON** remettra à la fondation un chèque de 50 000 € grâce au mécène de la soirée, le constructeur Renault. **MURIEL ROBIN** et **MICHELLE LAROQUE** offriront, elles, la recette d'une représentation spéciale de leur pièce *Ils s'aiment depuis 20 ans* (organisée, notamment avec le soutien du site Vente Privée). Tous unis.

Ça va rire en altitude. Après Kad Merad en 2016, Gad Elmaleh, Dany Boon, et Florence Foresti, c'est **OMAR SY** qui sera le président du jury du 20^e Festival du film de comédie de l'Alpe-d'Huez (du 17 au 22 janvier). L'aideront dans sa tâche difficile, **ISABELLE NANTY**, **AUDREY LAMY**, **PATRICK TIMSIT** et **FRANCK GASTAMBIDE**. Une bonne bande de joyeux drilles.

Ça roule pour eux. Neuf ans après leur relation - dont la romancière avait relaté les détails les plus croustillants dans son livre, *Le Marché des amants* en 2008 - **CHRISTINE ANGOT** et **DOC GYNÉCO** sont restés bons amis. Dans le 18^e arrondissement de Paris, où vit le rappeur, ils ont été aperçus à deux sur un scooter, sillonnant les avenues pavées. Sans rancune, donc.

Golden girl. Près d'un an après sa sortie, le troisième album de la chanteuse britannique **ADELE**, 25, a dépassé la barre symbolique des 10 millions d'exemplaires vendus aux États-Unis. Le précédent, *21*, sorti en 2011, avait atteint les 14 millions. Encore un petit effort.

Comme des frères. Lors du vernissage de son exposition *Mémoires de mains* à la galerie Guillaume, dans le 8^e arrondissement parisien (dont les bénéficiaires ont été intégralement reversés à l'association Grégory Lemarchal), **NIKOS ALIAGAS** a eu le plaisir de papoter longuement avec son ami **STÉPHANE BERN**. Confrères fidèles et amoureux de la Grèce, les deux hommes sont peut-être concurrents à l'écran, mais ils restent sur la même longueur d'ondes !

Eux, à l'Ouest ? **KIM KARDASHIAN** et **KANYE WEST** ont lancé d'importants travaux de rénovation et de transformation de leur villa de Hidden Hills, au nord de Santa Monica. Leur projet ? Faire du domaine de 2 hectares un véritable paradis pour leurs enfants, North et Saint. Salle de jeux, de gym, terrain de basket, salon de coiffure, spa, studio d'enregistrement et salle de cinéma grandeur nature : rien n'est trop chic ni trop cher.

"It" parade

NOS TROIS INCONTOURNABLES DE LA SEMAINE

1 C'EST LE PIED ! Fini les sandales, les nu-pieds et les tong. Arrive la saison où nos petits petons vont se retrouver de nouveau enfermés dans de rigides souliers. Pour les ménager (ainsi que nos mains), Marlay propose une lotion novatrice aux huiles essentielles, primée au concours Lépine (rarissime pour une marque de cosmétiques). Alors tu peux venir, hiver, nous sommes prêtes !

2 GÉNÉRATION Y CLASSÉE X « C'est la faute aux hormones, Simone », chante Anne Sylvestre. Catherine Meurisse acquiesce. Dans sa nouvelle BD, *Scènes de la vie hormonale* (Dargaud), la dessinatrice, membre de la rédaction de *Charlie Hebdo* et auteure de *La Légèreté*, assume l'héritage de Claire Bretécher et décrypte la vie - notamment sexuelle - des trenténaires. Pince-sans-rire, réaliste et très touchant.

3 VOUS AVEZ UN TICKET... Organisé par Chèque Déjeuner par Chèque Déjeuner au profit d'Action contre la Faim, le défi *Je Deje, Je Donne* permet de faire don d'un titre repas à l'association qui vient en aide à 2 millions d'enfants. L'opération (jusqu'au 30 novembre) existe grâce au soutien du groupe Up, émetteur de la marque Chèque Déjeuner. Toutes les infos sur jedej-jedonne.com.

GALA

5 / 11 octobre 2016

208 388 ex



ZOOM SUR

CINQ NOUVEAUTÉS BEAUTÉ QUI ONT UN P'TIT TRUC EN PLUS!

1

La première fois que l'on utilise ce masque, on vérifie que l'on ne s'est pas trompé de pot, tant la texture et l'odeur font penser à la confiture! Véritable concentré d'agrumes (oranges, citrons et clémentines), de vitamines (C, E et B5) et de minéraux (magnésium, cuivre et zinc), c'est un bain de jeunesse pour la peau!
VITAMIN NECTAR VIBRANCY-BOOSTING FACE MASK, 100 ML, 69 €, FRESH CHEZ SEPHORA.

FAIRE LE PLEIN DE VITAMINES



2

REPULPER SA PEAU

À chaque pression, une dose de gel aqueux et une autre de perles - chacune contenant un ingrédient qui dope le collagène - se mélangent pour obtenir un sérum actif à l'instant de l'application. À utiliser matin et soir pour une peau plus ferme.
PERLES VOLUME FILLING JOUR ET NUIT, 30 ML, 15,90 €, NIVEA.



3

SOIGNER SES PIEDS

Cette lotion enrichie en chéilloïne (plante pour soigner les verrues) est LA solution pour des pieds doux comme ceux d'un bébé! On dilue 2 bouchons dans l'eau tiède, on laisse tremper 15 minutes, et les peaux mortes s'enlèvent toutes seules!
LOTION 500 ML, 35 €, MARLAY.



ON ADORE

4

Comment ça, « pour les enfants »? À base d'huile de noyau d'abricot, de vitamine E et d'oméga 6 et 9, ces brillants incolores hydratent nos lèvres et laissent un délicieux goût fruité qui donne envie de se tartiner toute la journée!
Rollette, 6,5 ml, 10 parfums, 9,90 €, Nailmatic.



5

DORMIR COMME UN BÉBÉ

On s'endort bercé par des sons naturels apaisants. Un réveil au milieu de la nuit? On touche deux fois l'appareil, et une lumière orange pâle s'enclenche pour nous éclairer sans déranger

l'autre. On lit, on sommele... Quand l'heure programmée du lever approche, la luminosité augmente et on se réveille en douceur. Un vrai booster d'énergie!
ÉVEIL LUMIÈRE, 150 €, PHILIPS.



Prix donnés à titre indicatif.

MODES & TRAVAUX
novembre 2016

386 989 ex

DES MAINS

8 CALLOSITÉS
ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

Photos D.R.

Nouveautés de la rentrée

Dans l'univers de la beauté, la Provence compte également des créateurs ingénieurs, tous amoureux de ce que la nature nous offre !



Concept Provence

Voici une nouvelle gamme de cosmétiques 100 % bio à l'éthique et l'esthétique parfaites, imaginée par un couple à la ville, **Renata & Jean-Paul Negroni**, elle est Russe et lui Corse-Marseillais. Une production locale exclusivement biologique qui utilise les savoir-faire ancestraux.

Savon liquide fleur de vigne ou eucalyptus / menthe poivrée. _15 € les 500 ml

www.conceptprovence.com

Provence par Nature

Amoureux de sa Provence natale, **Frédéric Teyssandier** a créé cette ligne de cosmétiques naturels certifiés bio comme un hommage à l'art de vivre méditerranéen. Ses produits affichent pour autant un design très contemporain et mettent en avant les plaisirs olfactifs.

www.provenceparnature.fr

- **Gamme pure** : Verveine, patchouli ou lavande, on retrouve un lait et un baume pour le corps ainsi qu'une crème mains. _à partir de 20 €
- **Gamme absolue** : Elle est consacrée à la plus belle des fleurs, la pivoine. Elle a en plus une crème pour le visage. _à partir de 30 €



Solinotes

Ces jolies eaux de toilettes colorées existent depuis 2011. Elles ont été imaginées autour d'une note clé. Après le succès de la « Collection Originale » et de la série « Fleurs de Solinotes », **Laurent Cohen** chez **Corania** innove encore avec ces « so minis » en reprenant trois de ses fragrances préférées : vanille, fleur d'oranger et fleur de cerisier. Ce joyeux coffret est disponible dès septembre chez Sephora.

_14,50 € le kit

www.solinotes.com



Marlay

Une marque d'autrefois qui revient en grâce : cette lotion, enrichie en chélidoine et en huiles essentielles, vient à bout des peaux mortes et des callosités le plus facilement du monde. Un produit qui fait peau neuve, idéal après l'été. _25 € le flacon 250 ml

Il y a aussi la crème réparatrice pieds et mains de la même gamme, pour conserver la douceur retrouvée. _14,90 € le tube 125 ml

En pharmacie et sur www.marlay.fr

TOUT MA
septembre / octobre 2016

20 000 ex

ES MAINS

3 CALLOSITÉS
SENTIELLES

8.4 fl.oz

MAEGE

L'effet régénération

Si c'est un papillon australien qui prête son nom à la nouvelle marque officinale Maege, ce sont bien des scientifiques qui l'ont co-développée. Au cœur des formules : le peptide SDKP, molécule présente naturellement dans les cellules vivantes. Des chercheurs du CNRS ont mis en évidence sa capacité à stimuler tous les mécanismes de renouvellement d'une peau saine, en agissant au niveau des fibroblastes, du collagène, des kératinocytes, de la fibronectine... Entre alors en scène Nicolas Rivière, pharmacien fondateur du laboratoire RPM Dermatologie. Il décide d'intégrer le SDKP à une gamme anti-âge ayant pour but de réveiller les facultés de régénération cutanée. Dans les soins, le fameux peptide est associé à la technologie des nano-gouttes (NeoGouttes Target) qui permet de le protéger et surtout de le vectoriser. Objectif : cibler les cellules spécifiques de la régénération cutanée. Pas moins de trois brevets sont associés au lancement de Maege. L'offre se décline en un sérum, une crème et un soin contour des yeux pour les femmes à partir de 30 ans.

Prix public : 65 € la Crème de 50 ml, 79 € le sérum de 30 ml et 60 € le contour des yeux de 15 ml. **Médias :** plan digital depuis septembre.

CÔTÉ COMMERCIAL

« Pour répondre aux attentes des officinaux, nous proposons d'appliquer un coefficient de 2 sur nos prix d'achat. Et nous assurons une zone d'exclusivité pour éviter toute concurrence », explique Nicolas Rivière. RPM Dermatologie vise une distribution dans 10 % du parc officinal français à terme, en ciblant les points de vente haut de gamme et en prévoyant d'ici la fin de l'année un large plan d'échantillonnage.



MARLAY

C'est le pied !

Primée au concours Lépine en 1990, la lotion Marlay enrichie en chéloïdine vient à bout des callosités des pieds en seulement quelques minutes. Cette année, la marque fait peau neuve avec non seulement une version XL de sa Lotion Magique (500 ml), mais aussi avec une Crème réparatrice pour les mains et les pieds à appliquer quotidiennement. Ses ingrédients ? Du beurre de karité bio, de l'huile d'olive et de l'allantoïne pour réparer les crevasses, et un trio d'huiles essentielles rafraîchissant et assainissant. Pour dédramatiser les « bobos » des pieds, la marque adopte un graphisme vintage et des packagings ludiques à l'ancienne.

Prix public : 9,80 € et 14,90 € la Crème en 75 et 125 ml, 25 € et 35 € la Lotion en 250 et 500 ml.



MINOIS

Jolies douceurs



Des produits sûrs, faciles à utiliser et simples à identifier figurent dans l'ADN de Minois, cette gamme de soins naturels pour les bébés et les enfants. L'eau de fleur d'orange bio aux propriétés apaisantes et adoucissantes est le fil conducteur de l'offre composée de cinq références : un Gel Délicat corps et cheveux enrichi en miel bio, une Crème Douce à l'huile d'amande douce bio et calendula bio, un Lait Velouté pour nettoyer sans agresser, une Eau Légère sans alcool et une Mousse de bain onctueuse. Tous les produits sont fabriqués en France. Le design et le graphisme doux et chic trouveront leur place aussi bien dans la chambre de bébé que dans la salle de bain.

Prix public : 23 € le Lait (250 ml), 22 € le Gel (500 ml), 24 € la Crème (100 ml), 20 € l'eau légère (250 ml) et 25 € le bain moussant (500 ml).

FUTURE MAMAN

Déclencheur de courtoisie

Place assise dans les transports en commun, file prioritaire... une femme enceinte n'ose pas toujours demander un « traitement de faveur ». Du coup, de jeunes parents, Julia et Aymeric Bellamy-Brown, ont eu l'idée sympathique de lancer une collection de badges estampillés « Future Maman » ou « Baby on board ». Ou comment annoncer de manière amusante et colorée que l'on est enceinte. Et ainsi provoquer chez les autres un geste de courtoisie. Avec un tout petit prix, le badge Future Maman existe en différents modèles (6 unités et 8 imprimés). Un pack de 7 unités est aussi proposé du 3^e au 9^e mois de grossesse. Achat d'impulsion, ces badges complètent les rayons bébés. Ils sont vendus exclusivement en pharmacie et sur le site de la marque.

Prix public : 2,50 € le badge de 38 mm de diamètre, 3,50 € celui de 45 mm, 17,50 € le pack de 7 mois.



la
ne

É DES MAINS

S & CALLOSITÉS
ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

L'huile d'argan vous veut du bien...

Enveloppez votre corps de douceur grâce à l'huile d'argan et offrez-lui toute la nutrition dont il a besoin. Voici la collection *Ansimara* qui saura recréer chez vous tous les bienfaits d'une séance spa. Elle est composée d'une *Bougie parfumée* (29,90 €), d'*Huile de douche* (10,90 €), d'un *Gommage corporel* (19,90 €), d'*Huile sèche* (25 €), d'un *Baume riche corporel* (19,90 €) et d'une *Eau de parfum* (45 €). Akeo.

Pour une peau soyeuse

Enrichi en aloe vera bio hydratante, le *Lait Démaquillant Visage et Yeux* de **Florame** compte entre autres, sur sa texture onctueuse pour révéler l'éclat naturel de votre peau. 12,90 €.



Une idée cadeau de Noël

En avant-première, voici le *Coffret Coquelicot* de **Durance** qui fera le bonheur de toutes les inconditionnelles de cette fleur messicole gracieuse et élégante. Il contient une *Eau de toilette* de 100 ml et un *Gel douche* de 75 ml. Bienvenu dans un univers olfactif qui oscille subtilement entre délicatesse et vitalité. 29,90 €.

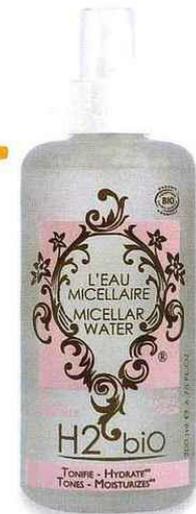


efficaces...

Grâce à ces soins, non exhaustifs, adoptez les gestes essentiels pour prendre soin de votre corps, des pieds à la tête.

Soins des pieds et des mains

Pour venir à bout des cuticules, cors et autres callosités, **Marlay** lance sa *Lotion tonique douceur*, enrichie en chélideine (une des plantes les plus efficaces pour soigner les verrues). En 15 minutes top chrono, vous retrouverez des pieds et des mains aussi doux que ceux d'un bébé. 25 €.



Une peau propre et nette

Parce que la beauté s'entretient tout au long de la journée, la gamme de produits 100 % naturels **H2Bio** accompagne chacune d'entre vous, s'adaptant à tous vos besoins. Après une journée intense, il est primordial de nettoyer son visage pour en effacer toutes traces de maquillage et de pollution. Cette *Eau micellaire* semble tout indiquée pour cela. 25 €.

Allié des peaux adultes à imperfections

Pour changer le quotidien des femmes adultes présentant une peau à tendance acnéique, les Laboratoires **Ducray** créent *Keracnyl sérum*. Ce soin diminue significativement les boutons grâce à sa formule exclusive à base de la myrtacine, un actif d'origine 100 % naturelle, issu du myrte méditerranéen. 16,50 €.



FAIT MAIN
novembre 2016

50 000 ex

DES MAINS

8 & CALLOSITÉS
ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

Déco. Véranda : faites votre choix !

La véranda est devenue une vraie pièce à vivre, apportant une grande source de lumière.

1. En amont, se poser les bonnes questions

Vérifiez tout d'abord la faisabilité de ce projet en mairie, en examinant le Plan Local d'Urbanisme qui autorise les agrandissements. « Faites les démarches administratives nécessaires, tout en vous posant ces questions essentielles, conseille Elisabeth Moret, directrice Marketing de Vérand'Art: Quel type de pièce en faire? Allons-nous y vivre toute l'année ou envisageons-nous un jardin d'hiver? » Tout cela déterminera le budget et le choix des matériaux. Le prix d'une véranda est souvent donné hors maçonnerie! Documentez-vous également pour choisir à la fois le style de votre future véranda et un vérandiste sérieux (avec une certification Qualibat et Reconnu Garant de l'Environnement, un savoir-faire reconnu, le respect des normes administratives et techniques).



2. Style et matière ?

Matière et couleur déterminent le style d'une véranda: vous pourrez la choisir en PVC, aluminium, acier ou bois. Cependant, « 95 % des vérandas sont faites en alu aujourd'hui. C'est un matériau solide, facile d'utilisation pour les différentes formes, inoxydable et très résistant, sans entretien, et avec un bon rapport qualité prix ». En plus, toutes les couleurs sont envisageables. **3. Pour quelle pièce ?** Elle doit également bénéficier de garanties de fin de travaux, biennales et décennales.

maison et s'ouvre sur le salon-salle à manger et sur le jardin. Or la véranda-cuisine demande une grande attention car il est souvent nécessaire de créer un sous-bassement pour masquer d'arrière des meules lourdes et de l'électroménager. En fonction de son orientation et du type de pièce réalisée, il faudra penser à travailler la gestion de la lumière et les apports solaires, pour qu'elle reste agréable à vivre toute l'année.

4. Tendances et innovations La véranda se modernise: la toiture plate avec verrière zénithale plat particulièrement

aujourd'hui, en monopente ou multiples. Le style industriel-atelier est également une grande tendance actuelle. « Et surtout, les vitrages sont de plus en plus performants avec du gaz argon®, permettant une isolation thermique renforcée. Les options Contrôle solaire, Verres retardateurs d'effraction, Vitrages autonome de chauffage et même Verres chauffants sont de grandes avancées en matière de confort et de sécurité ».

5. Prendre son temps

Pour réussir à concevoir une véranda sur-mesure, qui corresponde en tous points à vos besoins, voire à votre mobilier et à votre style de vie, il est important de prendre le temps de bien la penser. « Comptez 1 à 3 mois pour les démarches administratives, 4 à 6 mois ensuite pour la réalisation de la véranda selon le type de travaux à réaliser... Bref, commencer vos démarches un an à l'avance est un bon timing », conclut Elisabeth Moret, qui ajoute qu'une véranda, c'est souvent un projet d'une vie!

APEI-Actualités.
Clair LeLong-Lehoang

Crème réparatrice



A utiliser une petite minute quotidiennement, voici tout ce qu'il faut pour avoir des mains et des pieds tout doux en toute circonstance. La crème réparatrice Marlay est riche en beurre de karité bio et en huile d'olive pour leurs propriétés hydratantes et nourrissantes, de l'allantoïne pour réparer les crevasses et prévenir la reformation des peaux mortes et trois huiles essentielles pour leur pouvoir rafraîchissant et assainissant.

Prix public: 9,90 € le tube de 75 ml et 14,90 € le tube de 125 ml - disponible en pharmacie
www.marlay.fr

La vie en rose

Ambiance arty ou glamour avec ce coussin rose en soie sauvage qui apportera un brin de poésie dans la déco du salon ou de la chambre. Associé à d'autres coussins, il personnalisera votre intérieur.



Prix public: 39,90 € le coussin 40x40
www.camif.fr

Tendance bois et métal

Le bois s'associe au métal pour donner une note de caractère à vos meubles. Deux matériaux solides qui apporteront une touche de modernité et d'authenticité dans votre intérieur comme ces tables gigognes Ruben en teck et métal.

Prix public: 249 € les tables
www.tikamoon.com

Vinaigre de beauté

Le vinaigre de beauté Aura Mirabilis a une texture rafraîchissante au parfum délicat. Ses pouvoirs naturels associés à un vinaigre de pomme éliminent les cellules mortes et lissent l'épiderme. Le grain de peau est affiné, les pores resserrés et le teint clarifié.

Prix public: 20,80 € le flacon de 200 ml - disponible en pharmacies, parapharmacies, parfumeries
www.my-demacenter.com

Rangement mural modulable



Ranger toujours plus dans un minimum d'espace! Walltech propose trois starting kits: cuisine, buanderie et garage. Des concepts de rangement esthétiques et modulables prêts-à-monter en deux minutes. Walltech offre une infinité de combinaisons, permettant à chacun d'exploiter, à sa façon, tout l'espace dont il dispose. Le starting kit buanderie contient une grille de support, deux paniers et un crochet double long.

Prix public: 49,95 € le starting kit buanderie - disponible dans les grandes surfaces de bricolage - BHV
www.compactor.fr

Une combinaison de rangements

Ikea propose Lixhult, une combinaison de meubles complète et colorée pour ranger toutes sortes de choses plus ou moins volumineuses. Les meubles sont en acier. Gris, blanc, bleu, rouge, apportez une touche de fantaisie dans vos pièces!

Prix public: 94,65 €
www.ikea.com

Lait démaquillant

Le lait démaquillant visage et yeux Florame permet un démaquillage doux du visage et des yeux. Enrichi en aloe vera bio hydratant, il prend soin de la peau et révèle son éclat naturel. La peau est nette et soyeuse.

Prix public: 12,90 € les 200 ml - disponible dans les magasins diététiques et bio
www.florame.com

Lit de voyage

Ultra léger et compact, le lit de voyage Instant AeroMoov s'ouvre et se replie en quelques secondes seulement. Il permet de dormir en toute sécurité sur un matelas de haute qualité d'une épaisseur de 3 cm et de s'y distraire comme dans un vrai parc. Il est équipé d'un niveau intermédiaire à mi-hauteur sur lequel le matelas est posé pour les premiers mois de bébé. Il se range dans un sac idéal pour les déplacements.

Prix public: 149,95 € - existe en deux modèles: Grey rock et White sand
www.aeromoov.com/fr

Beauté. Cosmétiques naturels : danger !

Les cosmétiques naturels séduisent de plus en plus d'utilisateurs attirés par les promesses des fabricants. Seulement, il semblerait que la composition détaillée sur l'étiquette soit bien éloignée de l'image voulue. Le magazine 60 millions de consommateurs s'est penché sur les étiquettes. Et le verdict est plutôt inquiétant. Sur 170 produits vendus dans le rayon hygiène-beauté, 59 sont satisfaisants, 57 sont passables et 54 contiennent trop de substances irréversibles. « L'entourloupe la plus banale consiste à mettre en avant sur l'emballage un végétal attirant mais à n'en pas composer qu'une infime partie dans le produit », souligne l'association de consommateurs.

Bons et mauvais élèves

Elle a ainsi passé au crible le gel douche Tahiti qui annonce un produit riche « en huile de tamanu et de gingembre ». L'avis du magazine? « Vous voilà surtout enrôlé d'agents lavants irritants et de substances de synthèse (PEG, quat, ...), les extraits naturels (Calophyllum inophyllum seed oil, l'huile de n d o c r i n i e n ».

Hawaïan Tropic car « le karité et la manque n'arrivent tout qu'en 21^e et 22^e places dans la composition, loin derrière un nombre impressionnant d'ingrédients indésirables, dont le benzophénone-4, un filtre solaire organique que l'on retrouve dans les fleurs, les océans et dans les estomacs des poissons », décrit l'association.

Pour ne pas se faire avoir, il est important de bien lire les étiquettes. Et de garder en tête que les cinq premiers ingrédients de la composition déterminent le plus souvent de 80 à 90 % de la formule du produit.

APEI-Actualités.
Johanna Anselme

Loisirs

L'homme qui voyait à travers les visages

Le narrateur a tout vu: l'explosion, l'expression figée puis de terreur des gens, mais encore plus. Pendant cet attentat à la sortie de la messe, il perçoit également l'état d'esprit de chaque personne présente. Il est capable de lire dans leurs pensées, de déceler leurs souvenirs. Démarer alors une véritable investigation qui portera non pas sur les origines de l'attentat, mais sur la violence et le sacré. De Eric-Emmanuel Schmitt, Editions Albin Michel.



Batman: Return to Arkham

Arkham Asylum est l'hôpital psychiatrique hautement sécurisé de Gotham City où de nombreux criminels aliénés sont retenus. Batman devra protéger l'endroit et éviter leur fuite en combattant les super-villains les plus notoires de Gotham, dont le célèbre Joker. Et pour cela, le héros devra ruser, contourner les obstacles, user et abuser des nombreux gadgets légendaires dont il dispose. Sur PlayStation 4, Xbox One, Éditeur: Warner Bros.



LA RÉPUBLIQUE DE SEINE-ET-MARNE

3 / 9 octobre 2016

15 721 ex

Crème réparatrice



A utiliser une petite minute quotidiennement, voici tout ce qu'il faut pour avoir des mains et des pieds tout doux en toute circonstance. La crème réparatrice Marlay est riche en beurre de karité bio et en huile d'olive pour leurs propriétés hydratantes et nourrissantes, de l'allantoïne pour réparer les crevasses et prévenir la reformation des peaux mortes et trois huiles essentielles pour leur pouvoir rafraîchissant et assainissant.

Prix public: 9,90 € le tube de 75 ml et 14,90 € le tube de 125 ml - disponible en pharmacie
www.marlay.fr



Nuoo

Une box beauté et un e-shop, créés par une start-up qui propose des cosmétiques naturels et bio du monde entier. Une quarantaine de marques non testées sur l'animal : Dr Bronner, Unique, Lily Lolo, Cattier, Lamazuna, Denovo, Patyka...
www.nuobox.com

Soins du corps



CRÈME MAINS NUIT CÉLESTE LULL

Une crème régénérante qui favorise la réparation cellulaire en stimulant les récepteurs olfactifs cutanés, nourrit et participe à l'élimination des taches pigmentaires. Elle laisse les mains douces et lisses.
65 ml : 45 €
www.lul-paris.com

LIPIKAR SYNDET AP+ LA ROCHE-POSAY

Cette crème lavante sans savon adoucit le quotidien des peaux très sèches ou atopiques. Relipidante, anti-irritations, elle apporte un confort immédiat dès la douche.
400 ml : 15,90 €
www.laroche-posay.fr

LOTION MARLAY À LA CHELIDOÏNE

Callosités et cuticules ne lui résistent pas. Cette lotion, primée au concours Lépine en 1990, revient sur le devant de la scène pour nous faciliter la vie. A utiliser avant la douche sur peau sèche.
500 ml : 35 € - www.marlay.fr



DEEP CLEANSING OIL DHC

On ne présente plus cette huile démaquillante, best-seller dans le monde et star au Japon. Conçue pour tous types de peaux, elle élimine en douceur les maquillages les plus résistants même waterproof, laissant la peau nette, sans film gras.
30, 70 et 200 ml : de 6,50 à 27 €
www.dhc-france.fr



SÉRUM DU DÉSERT ANTONIN B

10 huiles végétales, 5 huiles essentielles et des céramides végétales dans ce sérum bio qui lisse les cheveux, augmente leur résistance, protège la couleur et l'éclat... Frictionner 2 ou 3 gouttes entre ses mains avant d'étaler en insistant sur les longueurs et pointes. Tous types de cheveux.
Flacon-pipette 20 ml : 29 €
www.antoninb.com



JARDIN DE VIE WELEDA

Après Grenade, Rose et Agrume, Weleda ajoute la fragrance Onagre à la gamme Jardin de Vie, eaux parfumées 100% naturelles et labellisées Natrue. Les notes fleuries du magnolia, la fraîcheur de la cardamome s'allient à la chaleur du santal.
50 ml : 24 €
www.weleda.fr

Une peau éclatante



DERMATOLINE COSMETIC

Somatoline Cosmetic décline dorénavant son expertise au visage et lance Dermatology Cosmetic, fidèle à ce qui a fait son succès : innovation, efficacité prouvée... 4 produits essentiels dans la gamme Lift Effect, une gamme dédiée aux femmes des 40 ans, s'attaquant à la diminution de la microcirculation sous-cutanée : sérum, contour des yeux, anti-rides jour et nuit.
De 25 à 36 € env.

GAMME DES REINES SANOFLORE

2 nouveaux soins dans cette gamme bio à la gelée royale qui unifie et illumine : le Masque des Reines qui fond sous le massage pour laisser la peau lisse, et la Crème des Reines légère, un soin quotidien pour les peaux normales à mixtes.
19,50 et 30 € - www.sanoflore.fr



MASQUES MINÉRAUX DE VICHY

Au cœur de ces nouveaux masques, l'eau thermale minéralisante de Vichy : le Masque Minéral Désaltérant (15 minéraux et vitamine B3) illumine toutes les peaux ; le Masque Argile Purifiant (2 argiles blanches + Aloe Vera) nettoie en profondeur, éclaircit le teint sans dessécher.
20 € - www.vichy.fr



TEMPS SUBLIME DE QIRINESS

Une nouvelle génération de soins "anti-âge global" qui redonne vigueur et structure au visage, atténuant rides et ridules et apportant éclat et luminosité : crèmes redensifiante et régénérante, élixir, caresse regard, un programme complet et une formulation à la pointe de la recherche.
55 à 79 € env. - www.qiriness.com



POMISSIME DE CLEMASCIENCE

Une ligne à base de polyphénols de pomme, puissants agents anti-âge grâce à leurs propriétés de protection et renouvellement cellulaires et de maintien des fibres de soutien de la peau. Le Sérum Pearl Apple, dont les perles libèrent leurs actifs lors de l'application, s'applique matin et soir et constitue une excellente base de maquillage.

Exclusivité Parashop.
50 ml : 59,90 € - www.clemascience.com

AURA MIRABILIS DE ROGER&GALLET

Il y a plus de 300 ans, des moines créèrent un remède à base de plantes, l'Aqua Mirabilis, dont Roger & Gallet détient la formule, à la base de la fameuse Eau de Cologne Jean Marie Farina. Aujourd'hui la marque s'en inspire pour inventer un rituel visage qui detoxifie, lisse, régénère, uniformise : Masque démaquillant, Vinaigre de beauté, Double-Extrait, Crème Légendaire.
20 à 59 € env.
www.roger-gallet.com



MASQUE DETOXIFIANT FLEURANCE NATURE

Bardane, eau d'hamamélis, huiles de lavande, de menthe et de noyaux d'abricot, argile verte, aloe vera... composent ce masque à la texture onctueuse et non desséchante. Il convient aussi bien aux peaux jeunes que matures.
50 ml : 14,90 €
www.fleurancenature.fr

SPECTACLES À STRASBOURG
octobre 2016

30 000 ex

oobox.com



LOTION MARLAY À LA CHELIDOÏNE

Callosités et cuticules ne lui résistent pas. Cette lotion, primée au concours Lépine en 1990, revient sur le devant de la scène pour nous faciliter la vie. A utiliser avant la douche sur peau sèche.
500 ml : 35 € - www.marlay.fr



Nuoo

Une box beauté et un e-shop, créés par un start-up qui propose des cosmétiques naturels et bio du monde entier. Une quarantaine de marques non testées sur l'animal : Dr Bronner, Unique, Lily Lolo, Cattier, Lamazuna, Denovo, Patyka...
www.nuobox.com

Soins du corps



CRÈME MAINS NUIT CÉLESTE LULL

Une crème régénérante qui favorise la réparation cellulaire en stimulant les récepteurs olfactifs cutanés, nourrit et participe à l'élimination des taches pigmentaires. Elle laisse les mains douces et lisses.
65 ml : 45 €
www.lull-paris.com

LIPIKAR SYNDET AP+ LA ROCHE-POSAY

Cette crème lavante sans savon adoucit le quotidien des peaux très sèches ou atopiques. Relipidante, anti-irritations, elle apporte un confort immédiat dès la douche.
400 ml : 15,90 €
www.laroche-posay.fr

LOTION MARLAY À LA CHELIDOINE

Callosités et cuticules ne lui résistent pas. Cette lotion, primée au concours Lépine en 1990, revient sur le devant de la scène pour nous faciliter la vie. A utiliser avant la douche sur peau sèche.
500 ml : 35 € - www.marlay.fr

Une peau éclatante



DERMATOLINE COSMETIC

Somatoline Cosmetic décline dorénavant son expertise au visage et lance Dermatoline Cosmetic, fidèle à ce qui a fait son succès : innovation, efficacité prouvée... 4 produits essentiels dans la gamme Lift Effect, une gamme dédiée aux femmes dès 40 ans, s'attaquant à la diminution de la microcirculation sous-cutanée : sérum, contour des yeux, anti-rides jour et nuit.
De 25 à 36 € env.

GAMME DES REINES SANOFLORE

2 nouveaux soins dans cette gamme bio à la gelée royale qui unifie et illumine : le Masque des Reines qui fond sous le massage pour laisser la peau lisse, et la Crème des Reines légère, un soin quotidien pour les peaux normales à mixtes.
19,50 et 30 € - www.sanoflore.fr



MASQUES MINÉRAUX DE VICHY

Au cœur de ces nouveaux masques, l'eau thermale minéralisante de Vichy : le Masque Minéral Désaltérant (15 minéraux et vitamine B3) illumine toutes les peaux ; le Masque Argile Purifiant (2 argiles blanches + Aloe Vera) nettoie en profondeur, éclaircit le teint sans dessécher.
20 € - www.vichy.fr



TEMPS SUBLIME DE QIRINESS

Une nouvelle génération de soins "anti-âge global" qui redonne vigueur et structure au visage, atténuant rides et ridules et apportant éclat et luminosité : crèmes redensifiante et régénérante, élixir, caresse regard, un programme complet et une formulation à la pointe de la recherche.
55 à 79 € env. - www.qiriness.com

POMISSIME DE CLEMASCIENCE

Une ligne à base de polyphénols de pomme, puissants agents anti-âge grâce à leurs propriétés de protection et renouvellement cellulaires et de maintien des fibres de soutien de la peau. Le Sérum Pearl Apple, dont les perles libèrent leurs actifs lors de l'application, s'applique matin et soir et constitue une excellente base de maquillage.
Exclusivité Parashop.
50 ml : 59,90 € - www.clemascience.com

AURA MIRABILIS DE ROGER&GALLET

Il y a plus de 300 ans, des moines créèrent un remède à base de plantes, l'Aqua Mirabilis, dont Roger&Gallet détient la formule, à la base de la fameuse Eau de Cologne Jean Marie Farina. Aujourd'hui la marque s'en inspire pour inventer un rituel visage qui detoxifie, lisse, régénère, uniformise : Masque démaquillant, Vinaigre de beauté, Double-Extrait, Crème Légendaire.
20 à 58 € env.
www.roger-gallet.com



JARDIN DE VIE WELEDA

Après Grenade, Rose et Agrume, Weleda ajoute la fragrance Onagre à la gamme Jardin de Vie, eaux parfumées 100% naturelles et labellisées Natrue. Les notes fleuries du magnolia, la fraîcheur de la cardamome s'allient à la chaleur du santal.
50 ml : 24 €
www.weleda.fr

SÉRUM DU DÉSERT ANTONIN B

10 huiles végétales, 5 huiles essentielles et des céramides végétales dans ce sérum bio qui lisse les cheveux, augmente leur résistance, protège la couleur et l'éclat... Frictionner 2 ou 3 gouttes entre ses mains avant d'étaler en insistant sur les longueurs et pointes. Tous types de cheveux.
Flacon-pipette 20 ml : 29 €
www.antoninb.com

DEEP CLEANSING OIL DHC

On ne présente plus cette huile démaquillante, best-seller dans le monde et star au Japon. Conçue pour tous types de peaux, elle élimine en douceur les maquillages les plus résistants même waterproof, laissant la peau nette, sans film gras.
30, 70 et 200 ml : de 6,50 à 27 €
www.dhc-france.fr



SPECTACLES À NANCY
octobre 2016

30 000 ex

oobox.com



LOTION MARLAY À LA CHELIDOINE

Callosités et cuticules ne lui résistent pas. Cette lotion, primée au concours Lépine en 1990, revient sur le devant de la scène pour nous faciliter la vie. A utiliser avant la douche sur peau sèche.
500 ml : 35 € - www.marlay.fr

ES MAI
ES MAI
8 CALL
SENTI
8.4

TALONS *cure anticallosités exigée*

Entre les nouvelles râpes électriques (Scholl, Mercurochrome), si pratiques, et les peelings ultra-efficaces, les solutions pour éliminer les callosités ne manquent pas. Contrairement à la pierre ponce qu'il faut utiliser régulièrement pour observer un effet, ces produits plus corrosifs ne nécessitent qu'une application par semaine. Autre possibilité : opter pour une crème

fortement dosée en urée, qui élimine les cellules mortes en quelques jours d'application. Quant aux gommages, même s'il est bien sûr possible d'utiliser ceux prévus pour le corps, les formules destinées aux pieds sont encore plus performantes car les grains sont plus gros, l'idéal pour cette zone plus coriace. A effectuer toujours sur peau humide pour pouvoir masser longtemps sans irriter l'épiderme, en commençant par le dessous et le dessus du pied, en étirant la gestuelle sur chaque orteil afin de nettoyer en même temps la surface de l'ongle. Sur les zones rugueuses, comme le talon, on insistera avec le plat de la main, plus efficace pour exercer des mouvements appuyés.



1



2



3



4

NOTRE SÉLECTION

- 1. FRAIS** Lavande et menthe poivrée apportent leurs effluves rafraîchissants dans ce produit facile à utiliser. *Gommage Pieds Lisses, Yves Rocher, 5,90 € les 50 ml.*
- 2. ÉTonnant** On glisse ses pieds une heure dans les chaussettes fournies avec le produit et celui-ci fait peeler la peau pour venir à bout des cellules mortes en 4 à 6 jours. D'une efficacité spectaculaire ! *Super Peeling Liquid, Shiny Foot, TonyMoly, 11,95 € (en exclusivité chez Sephora).*
- 3. AUTHENTIQUE** Qu'on l'utilise en bain de pieds ou en compresses imbibées, elle se charge de dissoudre rapidement les cellules mortes. *Lotion à la Chélideine, Marlay, 25 € les 250 ml.*
- 4. LISSANTE** La formule contient 50 % d'urée et 2 % d'acide salicylique pour une action exfoliante sur les callosités. *Xérial 50, Extrême Crème Pieds, SVR, 12 € les 50 ml.*

PIEDS *soin hydratant obligatoire*

Alors qu'ils sont cachés sous d'épaisses chaussettes en hiver, on pense rarement à hydrater ses pieds. Pourtant, pauvres en glandes sébacées, ils sont physiologiquement prédisposés à devenir un peu plus secs que le reste du corps. On en profite maintenant pour les préparer au froid et leur offrir une peau souple et bien lisse, en prenant l'habitude de les masser, chaque soir, à l'aide d'un soin hydratant pendant au moins 5 bonnes minutes. c'est le temps qu'il faut pour augmenter la chaleur de la peau, rendre la texture de plus en plus élastique et favoriser la pénétration des actifs. On privilégie les formules à base de beurre, d'huile, de cire végétale mais aussi d'allantoïne ou de glycérine pour hydrater l'épiderme et diminuer en même temps l'épaisseur de la corne. Et on mise sur des textures moelleuses et onctueuses, comme les baumes, qui invitent au massage.



1



2



3

NOTRE SÉLECTION

- 1. COCOON** Une formule hydratante qui procure une agréable sensation de chaleur, un rêve pour les frioleuses ! *Crème Réchauffante Pieds Froids, Akileine, 10,10 € les 75 ml.*
- 2. DOUCE** Vite absorbée, elle assouplit l'épiderme et laisse sur la peau un parfum délicat. *Crème Pieds Régénérante, Hansaplast, 5,99 € les 100 ml.*
- 3. NATURELLE** Huile d'amande douce, huile d'argan et beurre de karité sont au cœur de ce soin bio hautement nourrissant. *Crème Pieds Réparatrice, Biopha Nature, 4,70 € les 100 ml.*
- 4. DÉLASSANTE** Très agréable à appliquer, elle pénètre vite et freine le développement bactérien grâce à des huiles essentielles. *Crème Sani-Pieds, Weleda, 9,90 € les 75 ml.*



4

VERSION FEMINA

31 octobre / 6 novembre 2016

2 941 827 ex

ET SI ON REDÉCOUVRAIT LES VERTUS DU BAIN DE PIEDS

D'accord, l'image n'a rien de très glamour... Pourtant, en hiver, c'est le meilleur moyen de se réchauffer, de se délasser – surtout si on passe beaucoup de temps debout à piétiner – et d'éliminer les callosités. Avant d'y plonger, on ajoute à l'eau tiède cinq gouttes d'huile essentielle d'arbre à thé antibactérienne, de menthe poivrée rafraîchissante, ou de lavande relaxante. Une poignée de gros sel, marin de préférence, présente également des vertus purifiantes. Et si vous voulez que vos ongles soient bien blancs, mélangez-y deux cuillères à soupe de bicarbonate de soude. La bonne durée ? Quinze minutes. Au-delà, la peau se ramollit trop et, de toute façon, l'eau aura refroidi. Pour prolonger ces effets délassants, terminez par un séchage soigneux suivi d'une application de crème hydratante. Massez celle-ci longuement en insistant sur la plante des pieds et le dessous des talons. Une cure de jouvence, qui vous fera des petons tout légers.

Par Pauline Castellani. Photo Chris Steiner. Stylisme Nado Al Tabbal. Maquillage Catherine Dargent/Aurélien, Coiffure Leslie Thibaud/Airport. Manucure Elsa Deslandes/Majeure. Natures mortes Benoît Jeannoton.

Au naturel pour lui

1 DOUCHE VIRILE

Classique ce shampoing-douche au citron issu de la première gamme homme Cottage ? Pas le moins du monde car à ses notes d'agrumes rafraichissantes viennent se mêler le peps des épices qui lui confèrent une vraie singularité. Enrichie en extraits naturels de Citron, sa formule conçue pour un usage quotidien préserve l'hydratation naturelle de la peau et laisse le cheveu souple et doux.

Shampoing Douche 3 en 1 Citron Épicé Cottage, 2€35 en GMS



2 SOIN BOUILLOTE

Des l'application sur les pieds, il procure rapidement et durablement une très agréable sensation de chaleur. Une véritable bouillote cosmétique en somme! Pour y parvenir, ce soin s'appuie sur une formule associant à la fois des extraits de plantes reconnues pour leur action dermoprotectrice (huile de Pépins de Raisin et Ginkgo Biloba) associés à un actif en affinité avec les thermorécepteurs de l'épiderme.

Crème Réchauffante Akileine, 10€10 en pharmacies



3 A L'ABORDAGE

Ce joli flacon bleu aux rayures jaunes part à l'abordage de notre salle de bains, pour y apporter une grande dose de fun et de plaisir. Plus festif, plus joyeux et plus sensoriel, ce savon bouscule nos habitudes en proposant du sable de savon! Non, non, non, il ne s'agit pas simplement de copeaux de savon mais véritablement de grains aussi minuscules qu'un grain de sable et dont ce «flacon poudreur» délivre la juste dose avec une simplicité déconcertante.

Moussillon Indemne, 15€95 sur www.indemne.fr



3 C'est le pied

Primée au concours Lépine en 1990, la fameuse lotion Marlay fait peau neuve (le comble pour un produit anti-callosités!) et nous offre l'occasion de (re)découvrir ce soin à l'efficacité sans pareille pour nous faire des pieds d'une douceur infinie. Pour y parvenir, elle s'appuie sur une formule enrichie en Chélideine (une des plantes les plus efficaces pour soigner les verrues). 15 minutes après l'application, il ne reste qu'à retirer les peaux mortes pour retrouver des pieds aussi doux que ceux d'un bébé.

Lotion Marlay, 25€ à shopper sur www.marlaycosmetics.com



4 FROID DANS LE DOS

Articulations douloureuses, entorses, contusions... les douleurs articulaires et traumatiques ont enfin leur solution grâce à cette innovation signée Urgo. A base de Menthol, ce patch prêt à l'emploi est le premier du marché à agir à la fois sur les douleurs articulaires et traumatiques grâce à l'effet froid naturel qu'il procure. Adhésif, il assure une bonne tenue ainsi qu'une diffusion du froid pour un soulagement immédiat et durable, pendant 6 heures.

Patch Froid Urgo, 9€50 en pharmacies



DES MAINS

8 CALLOSITÉS

ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

elle NEUF NOUVEAU NOUVELLES

ACTUALITÉS COMMERCIALES

TAAJ

Grâce à sa parfaite connaissance des principes ayurvédiques, TAAJ a réuni au cœur de deux nouvelles références pas moins de 40 principes actifs naturels issus de l'amrita - nectar d'immortalité - dont les formules comblent les besoins de la peau comme de l'esprit... Les ingrédients choisis cumulent les bienfaits et corrigent tous les signes du vieillissement : diminuer les rides et la perte de fermeté (curcuma, bambou, ginseng, kigelia, mauve indienne, desmodie du Gange...), unifier le teint et combattre les taches pigmentaires (punarnava, arbre du clergé, ginkgo biloba, cannelle, réglisse...), nourrir et hydrater l'épiderme (ghee, miel, haritaki, mudgaparni...). Une formulation ayurvédique enrichie en eau de source de l'Himalaya, des textures d'une grande finesse et la douceur d'un parfum relaxant... soit la promesse d'une jeunesse éternelle.

TaaJ, ligne Maharani, Crème de Reine, 4990 € ;
Sérum de Reine, 54,90 € (prix observés).
En vente sur www.thebeautyshopper.com

SKINTIFIQUE

Jeune laboratoire dermatologique français, Skintifique se place au cœur de la recherche et de l'innovation en apportant confort et soin aux peaux sensibles, exigeantes ou atopiques. Son ambition est portée par une gamme composée de quatre soins dermatologiques de nouvelle génération. Ses fondements reposent sur l'utilisation d'actifs dont la nature elle-même use pour se protéger et se régénérer. Ainsi fait-il le choix de mettre au point des formules ne contenant que le strict minimum d'ingrédients. Parmi ces produits trouve-t-on le premier soin au monde qui protège les peaux allergiques aux métaux tels que le nickel, le chrome ou le cobalt (crème protectrice HPS), ou encore le soin le plus concentré en agents hydratants (gel hydratant Plus HS). Une ligne à découvrir...

Skintifique, crème protectrice HPS 26,90 € ;
lait hydratant HP 25,90 € ;
lotion nettoyante 14,20 € ; gel hydratant Plus HS 31,90 € (prix observés).

En pharmacie et sur www.skintifique.me

GUINOT

Révéléateur de beauté et de personnalité, le regard défiant le temps est un atout de séduction. L'expertise Guinot le préserve et le redessine avec un tout nouveau soin : le masque « Age Logic ». Sa particularité réside tout d'abord dans sa forme (brevetée) permettant de traiter l'ensemble du contour de l'œil (front, pattes d'oie, paupières). Gorgé d'actifs, ce masque tissu diffuse ses actifs sur chaque zone concernée et apporte à l'épiderme une réelle fraîcheur juvénile. Sa formule d'une grande richesse renforce les fonctions vitales des cellules, exerce un effet tenseur immédiat, développe la microcirculation et favorise le drainage des paupières. Poches, cernes, rides et ridules sont atténués : le contour des yeux paraît visiblement plus jeune. À adopter !

Guinot, Masque Yeux Age Logic, étui de 4 sachets, 39 € (prix observé).
Liste des instituts sur www.guinot.com



MARLAY

En toute saison, la beauté des pieds et des mains requiert râpe, lime, repousse-cuticules, surtout temps et patience... Et si l'on se facilitait la tâche ? Marlay, marque française dont la miraculeuse lotion a été primée au concours Lépine en 1990, fait peau neuve et revient sur le devant de la scène. Pour un résultat de longue durée, on opte pour cette lotion enrichie en chélidoine. À l'aide d'un coton, il suffit d'imbibler le pied en insistant plus particulièrement sur les zones où la peau est plus épaisse. Quinze minutes plus tard, il ne reste qu'à retirer les peaux mortes pour retrouver des pieds d'une grande douceur. On peut également faire le choix d'un bain de pieds. Il en est de même pour les cuticules des mains, que l'on laissera tremper cinq minutes dans un fond d'eau tiède additionnée d'un bouchon de lotion. Des gestes à effectuer tous les quinze jours en traitement d'attaque, puis une fois par mois.

Marlay, lotion, 35 € le flacon de 500 ml, 25 € celui de 250 ml (prix observés).
En pharmacie et sur www.marlay.fr



28 OCTOBRE 2016

ELLE ÉDITION AQUITAINE
28 octobre / 3 novembre 2016

42 140 ex

MAINS

ALLOSITÉS
NTIELLES

8.4 fl.oz

PARLEZ AVEC LES MAINS

On les a sous le nez et on les montre à longueur de journée, que ce soit pour tenir notre smartphone, un volant ou taper sur un clavier. Nos mains sont devenues un outil de communication à part entière. « Les personnes qui communiquent par des gestes sont perçues comme chaleureuses, agréables et énergiques », explique Carol Goman Kinsey, spécialisée dans l'étude du langage du corps et business coach (« The Silent Language of Leaders », aux éditions Wiley, www.wiley.com). Autant les bichonner comme il se doit, certes, avec les plus beaux vernis (pourpre, violet, bordeaux et rouge noir sont de saison), mais avant tout avec des soins capables de faire peau neuve. Il existe une lotion (primée au concours Lépine) à base de chélideine qui agit tel un peeling anti-callosités, élimine les peaux mortes et assouplit les cuticules : Lotion à la Chélideine et Crème Réparatrice, Marlay (en pharmacie). Si vos mains sont sèches, glissez-les dans les gants Hydra + de Lytess. Ils sont compatibles avec les écrans tactiles, et diffusent des micro-capsules d'acides gras, vitamine E et beurre de karité réparateur.

Les manucures conseillent d'avoir toujours dans son sac une crème hydratante et un stylo d'huile nourrissante pour les cuticules. Nos préférés : Feutre Huile pour les ongles, Weleda ; Nail Cuticle Nourishing Oil, Kiko ; Huile nourrissante cuticules Apricot, Essie ; Baume Aromatique Résurrection pour les Mains, Aésop ; Crème Gourmande Mains et Ongles, Caudalie.

SUBLIMEZ VOTRE CHEVELURE

Même entretenu, un cheveu s'assèche et devient terne. Lavages trop fréquents, exposition à la lumière, impuretés atmosphériques... Or, pour le faire briller et lui donner du panache : « L'hydratation ne suffit pas, il faut aussi détoxifier et pro-

téger la fibre dès le shampooing », confie le coiffeur Thierry Deschemin qui prodigue le rituel Urban Moisture, Shu Uemura Art of Hair dans son salon*. Au cœur de cette ligne hydro-nourrissante, un extrait de moringa nutritif et vitaminé qui purifie l'eau et protège de la pollution et une micro-algue rouge antioxydante riche en acides aminés qui renforce la fibre. « Le cheveu est à la fois nourri, protégé, gainé sans sensation de lourdeur, même s'il est fin. Je termine en vaporisant la brume de sérum avant le brushing, qui fait briller et met le cheveu en lumière. »

● **On adore ces brumes** effet glow qui starifient la chevelure en quelques pschitts, en diffusant un léger voile de micro-huiles impalpables. Invisible Oil Finishing Spray protecteur UV Hairdresser's, Bumble and Bumble ; Miracle Brume de Soins BC Oil, Schwarzkopf Professional ; Brume Sublimatrice à l'huile d'orange & extrait de tournesol, Mythic Oil ; Keratin Boost Essence Luxe Oil, System Professional, sans oublier les nouvelles brumes de soin UKA aux huiles essentielles douces (chez Colette). Enfin, les cheveux colorés pourront rayonner avec le Concentré de Beauté Phytomillésimé de Phyto, un lait 95 % végétal gorgé d'antioxydants de fleurs et fruits de pommier, et La Crème de Soins à l'Amarante de Leonor Greyl.

*Thiedesarts, 9, rue de Thann, 75017 Paris. Tél. : 01 43 80 21 54.



3 GESTES EXPRESS POUR UN MAKE-UP DU SOIR

- **GOMMER LES BAVURES** : « On rattrape les lignes qui "migrent" (contour des lèvres et coin des yeux) avec un coton-tige imprégné d'anticernes » (Karim Rahman, L'Oréal Paris).
- **RETOUCHER LE TEINT** : « On le rafraîchit en pressant quelques touches de fond de teint et de blush cushion qui donnent un effet frais » (Miky, Lancôme).
- **ACCROCHER LA LUMIÈRE** : « Appliquez une touche de highlighter nacré sous la queue du sourcil, le bombé des joues, le coin des yeux... » (Patrick Lorentz, Estée Lauder).



RÉPARATRICE
Crème Gourmande
Mains et Ongles,
Caudalie.



NOURRISSANTE
Huile pour les
ongles, Weleda.



NON GRAS
Baume
Aromatique pour
les Mains, Aésop.



ÉMOLLIENTE
Huile Nourrissante
cuticules,
Abricot, Essie.



BONNE MINE
Cushion Blush
Subtil, Lancôme.

PHOTOS GILLES DESMIER ET PRESSE. PICTO IVAN SOLDO

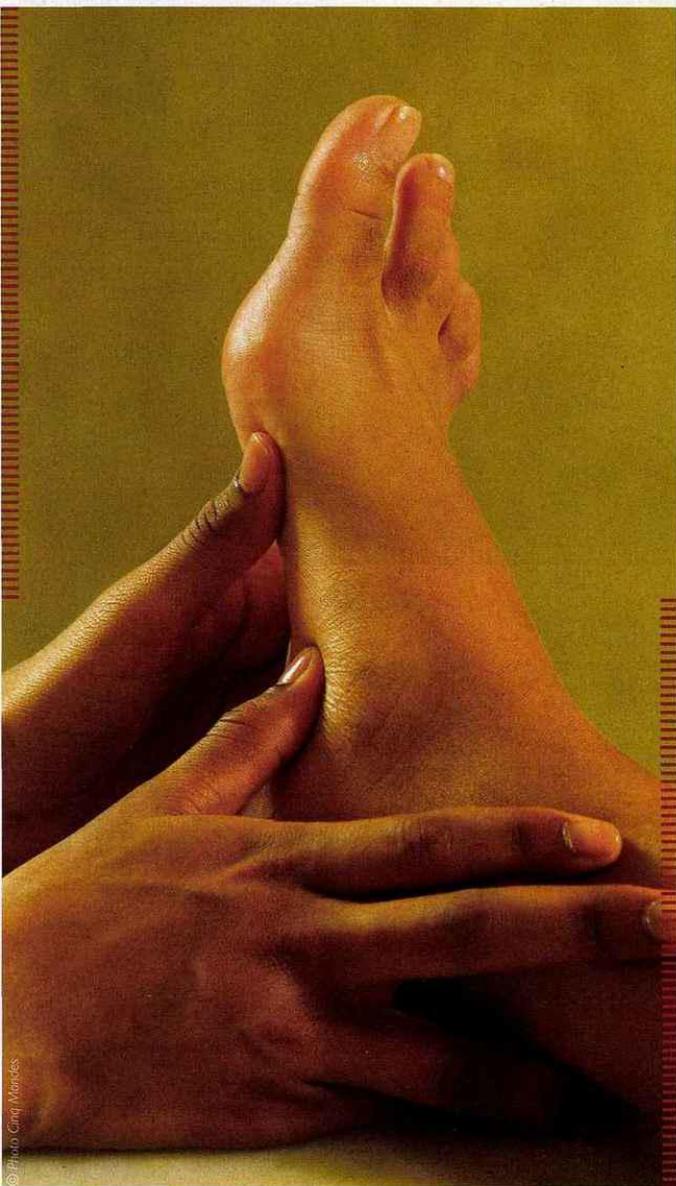
MADAME FIGARO

28 octobre / 3 novembre 2016

449 005 ex

SOIN MASSAGE PIEDS LÉGERS ÉNERGISANT, CINQ MONDES

Les pieds fatigués et secs sont instantanément soulagés avec ce soin divin. On les plonge dans une eau tiède pendant de longues minutes pour se relaxer et assouplir les callosités. On élimine ensuite les cellules mortes à l'aide d'un gommage gorgé de plantes aromatiques et d'épices, que l'on masse un peu plus sur les zones rugueuses. Etape propice à la détente, le massage est pratiqué avec une crème cocooning, enrichie en plantes chinoises bienfaitantes. www.cinqmondes.com



À la maison

On profite d'une soirée tranquille pour glisser ses pieds 10 minutes dans l'eau chaude, en y ajoutant des sels ou une huile relaxante. On élimine ensuite les callosités et cellules mortes avec un gommage pour les pieds (ou pour le corps). On masse doucement avec de petits mouvements rotatifs (avec un gant de Kassa si on le souhaite), avant de rincer, puis on sèche. On applique un soin réparateur et hydratant bien onctueux façon masque, en couche épaisse, avant de se glisser dans des chaussettes en coton. On laisse poser toute la nuit pour des pieds de bébé tout doux au réveil.

Le choix d'Amina:



-Menthe de Chine et Yi yi ren rafraîchissent et revitalisent les pieds fatigués, au cœur de cette formule gommante très douce. *Exfoliant pour les pieds Dao Rituals.*



- Un produit japonais 100 % bio, concentré de plantes aux nombreuses vertus comme l'eucalyptus, l'orange amère, le propolis... Sa texture baume se réchauffe au contact des doigts et distille ses notes fraîches d'eucalyptus. *Body & foot balm, Uka.*

dédié aux mains et aux pieds. Extraits végétaux, huiles essentielles et allantéine, hydratent, rafraîchissent et réparent nos jolies extrémités. *Crème Réparatrice, Marlay.*



- Une texture fraîche, des ingrédients piochés dans la Pharmacopée chinoise (Bambou, Arnica, Menthol et Aloe Vera), hydratent, rafraîchissent et apaisent les pieds en surchauffe. *Crème Pieds Tendres, Cinq Mondes.*



AMINA
novembre 2016

7 555 ex

S MAINS

CALLOSITÉS

SENTIELLES

8.4 fl.oz

CA AIDE!

UN ROULEAU D'AUTOMASSAGE



S'il ne dispense pas les mêmes soins que le kiné, ce rouleau mousse, avec ses 33 ou 66 cm de long et sa fermeté, permet de masser quadriceps, bas du dos ou tout groupe musculaire après un entraînement long pour réoxygéner et récupérer plus facilement. Résistant à la sueur, supportant sans se déformer jusqu'à 250 kg en statique, il optimise aussi les séances de gainages.

Rouleau de massage Grid, 44,90 € (33 cm), 64,90 € (66 cm), Trigger point. www.planet-fitness.com

UN DUO EXPRESS CONTRE CORS ET DURILLONS

Sur la corne, les callosités, les cors, les durillons, l'œil-de-perdrix... râpes et autres pierres ponce ne font qu'aggraver le problème. Pour traiter rapidement sans risque de saccage, préférez cette lotion aux huiles essentielles enrichie à la chéridoïne (plante antiverrue) à utiliser en traitement d'attaque tous les 15 jours, puis tous les mois en traitement de fond via des compresses imbibées à laisser en place pendant 20 min. Résultats bluffants, plus encore avec l'utilisation quotidienne de la crème réparatrice (karité, huile d'olive, allantoina anticrevasse).

Lotion: 35 € (500 ml), crème: 14,90 € (125 ml), Marlay. En pharmacie.

SAUNA OU HAMMAM : QUELLE SUÉE POUR BIEN RÉCUPÉRER ?

Les deux offrent chaleur, détente et réconfort après le sport, mais ne fonctionnent pas sur le même principe et n'ont donc pas les mêmes effets.

SAUNA: ANTI-INFLAMMATOIRE ET ANTIVIRUS

C'est l'alternance de la chaleur sèche de la cabine comprise entre 70 et 90°C et le coup de fouet des douches froides à 10°C qui font du sauna un bon outil de récupération en boostant l'oxygénation et l'irrigation des muscles par phénomène de vasoconstriction et vasodilatation. Douleurs et raideurs articulaires sont réduites; à la détente musculaire s'ajoute la stimulation de la sécrétion d'endorphines pour un double effet antistress et une augmentation de la production d'anticorps qui renforce le système immunitaire.

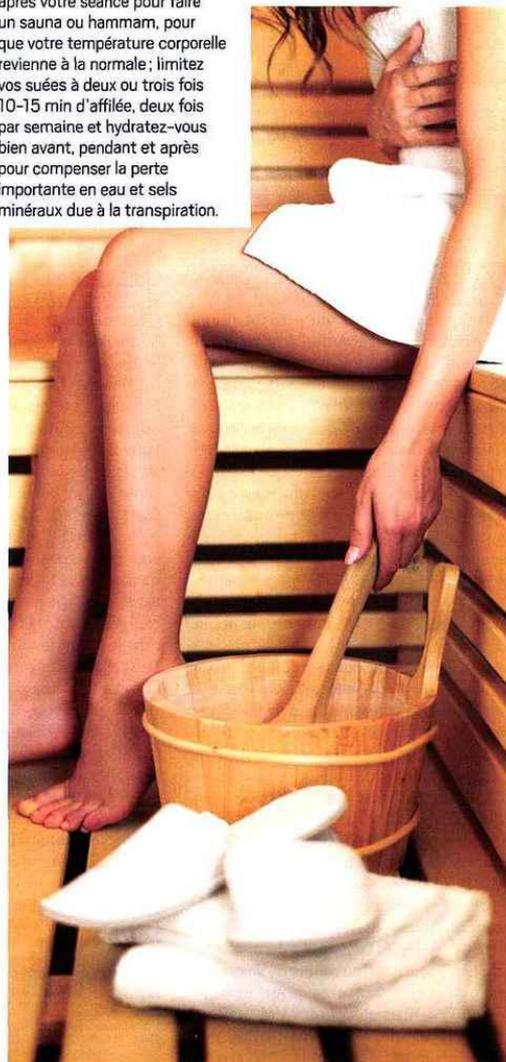
HAMMAM: PURIFIANT ET ACCLIMATANT

Ici, la température ambiante n'excède pas 45°C mais le taux d'humidité avoisine les 100%. Idéal, donc, pour traiter les impuretés cutanées, mais aussi pour éliminer en douceur les toxines générées par la course mais aussi les déchets liés à l'absorption via la respiration des gaz d'échappements en jogging urbain. À la clé: détente musculaire, réduction de la fatigue, des courbatures, amélioration de la fonction respiratoire, mais aussi excellente préparation en vue d'une compétition sous chaleur humide.

PRÉCAUTIONS PARTAGÉES

C'est surtout la pratique du sauna qui requiert des précautions en raison de l'alternance vasoconstriction/vasodilatation et nécessite impérativement un feu vert médical en cas de rétrécissement aortique

(une des valves du cœur a du mal à s'ouvrir), de problème cardiaque ou d'hypertension artérielle instable. Des contre-indications qui, tout comme l'asthme et les troubles veineux, peuvent aussi être celles du hammam. Même sans problèmes majeurs, attendez toujours au moins une heure après votre séance pour faire un sauna ou hammam, pour que votre température corporelle revienne à la normale; limitez vos suées à deux ou trois fois 10-15 min d'affilée, deux fois par semaine et hydratez-vous bien avant, pendant et après pour compenser la perte importante en eau et sels minéraux due à la transpiration.



JOGGING INTERNATIONAL
décembre 2016

25 115 ex

MAINS

ALLOSITÉS
NTIELLES

3.4 fl.oz

MARLAY



• Isabelle a été bluffée par... la lotion à la Chéloïdoine de Marlay



Au retour des vacances, la plante de mes pieds, surtout le talon, est recouverte d'une couche de corne assez épaisse. La cause? Avoir marché pieds nus et porté des tongs tout au long de l'été. La promesse de cette lotion est alléchante... Sera-t-elle à la hauteur de mes attentes? Je me lance! **Pour être sûre du résultat, j'allonge de cinq minutes le temps de pause.** Deux jours après, ma peau pèle, pèle... tellement que j'ai l'impression que cela ne va jamais s'arrêter. Heureusement, oui! Ces petits déboires passés, je constate depuis maintenant trois semaines que la peau de mes pieds est celle d'un bébé. Petite recommandation: respectez bien le mode d'emploi.

Son prix: 25€ les 250 ml

Où la trouver: en pharmacies et sur www.marlay.fr



COACHS GRATUITS

Coach minceur



Mincir en douceur

Remise en forme



Remise en forme avec Aude Verret

CONSEILS D'EXPERTS

- Votre bilan de santé



GUIDE DES MÉDICAMENTS



Les médicaments contre l'anxiété

[Voir tout le guide >>](#)



Raoulle



Ces franges amovibles revisitent le concept de la patte mexicaine et s'adaptent à tout type de chaussures à lacets. Fabriquées à Nantes, à partir de cuirs français exclusivement. Version duos ou tríos de couleurs, en imprimés, à paillettes, ... Le modèle White est commercialisé au prix public de 35 euros, et le trio Glitter Gold à 39 euros.

Trott & Go

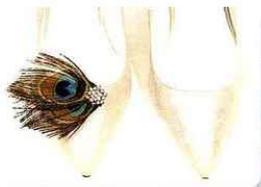
Cette brosse chaussure possède 70 % de poils naturels. Prix public : 3,99 euros.

www.trottngo.com



Froufrouz

À porter sur le devant ou le côté de tous types de chaussures, les clips Thina, accessoires pour chaussures amovibles et interchangeables, sont en plumes de paon et strass blanc. Spécialement conçus pour tenir durablement sur la chaussure et ne pas l'abîmer, ils sont vendus par paire. Prix public : 24 euros la paire. Dimensions : 7cm L x 5cm H.



Le Laç&

Ces lacets élastiques en silicone sont disponibles en 3 gammes : Street, City et Kids. Ils permettent d'enfiler les chaussures bien plus facilement qu'avec un laçage classique et assurent un maintien absolu. Le modèle fin Laç& City, de forme ronde, existe en deux largeurs pour s'adapter aux différentes morphologies des pieds, et est décliné en 4 couleurs (camel, noir, marine et chocolat). Nettoyables à l'eau sans risque de décoloration.

Prix public conseillé : 3,99 euros.

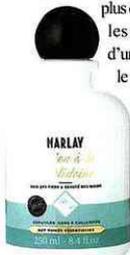
www.le-lacet.fr



Marlay

Cette lotion est enrichie en Chéridoïne (une des plantes les plus efficaces pour soigner les verrues). À l'aide d'un coton, on en imbibes le pied en insistant plus particulièrement sur les zones où la peau est plus épaisse. 15 minutes plus tard, il ne reste qu'à retirer les peaux mortes pour des pieds doux. Primée au

Concours Lépine. Flacon de 500 ml à 35 euros ou en 250 ml à 25 euros.



Le Bourget

Pour ses 90 ans, la marque lance une nouvelle collection luxe, Heritage, composée de 11 collants différents et 7 paires de chaussettes (en soie, coton, lurex, laine et cachemire). Cette ligne intemporelle est conçue à partir d'une nouvelle matière innovante très technique en nanofibre, encore plus fine que la microfibre. Autre innovation majeure, les finitions comme la ceinture 3D plate et lisse pour une sensation de confort exceptionnel.



Clovis & Clothilde

Les mi-bas Glycine arborent des dessins de plantes grimpanes verticalement. En 83 % coton, 14 % polyamide et 3 % elasthanne. En 35-37 et 38-41. Tarif public : 21,50 euros.



Authentiques Paris



Ce tapis de cirage en cuir de taurillon double épaisseur coloris marron, chocolat et orange, est livré avec un kit d'entretien : un petit chausse-pieds, un palot de cirage, une brosse trépointe, une brosse à reluire moyenne et une boîte de cirage. Prix public : 295 euros. Création réalisée en France.

www.authentiques-paris.com

Foot Fétiche

Ce coffret noir permet, en suivant les conseils du mode d'emploi aux dessins explicites, de s'offrir un soin complet. Il se compose d'une crème émoullissante, riche en urée (25 %), la Heel Renaissance, d'un exfoliant minéral moussant, le Scrub Sensation, d'un baume Bliss de soin onctueux, d'un Nail Elixir, onguent combinaison d'huiles essentielles et de plantes médicinales, et d'un VibraToes® pour la stimulation musculaire par vibration. Programmable à dix vitesses, glissé entre les orteils ou promené sous la voûte plantaire, ce dernier lutte contre la sensation de jambes lourdes, dénoue les tensions et booste la circulation sanguine. Coffret vendu au prix public de 49,90 euros sur le site www.footfetiche.com



CHAUSSER MAGAZINE
décembre 2016

5 000 ex

É DES MAINS

S & CALLOSITÉS
ESSENTIELLES

- 8.4 fl.oz

CÔTÉCORPS

On a aimé, On a testé.

Notre sélection corps et nos coups de cœur...

Post épilation

Le concept : un soin qui élimine les poils incarnés et les rougeurs de rasage. Convient sur toutes les zones aussi bien aux hommes qu'aux femmes.

La formule : isopropyl alcool (antibactérien), propylène glycol (hydratant), acide acetylsalicylique (anti-inflammatoire), acide glycolique (exfoliant doux).

La promesse : libère les poils incarnés en 24h et fait disparaître les rougeurs, il peut aussi s'utiliser en prévention. **J.P.**

► *Ingrow Go, Skin Doctors, prix public conseillé : 24 € les 120 ml.*



Fraîche et vivifiante

Le concept : une eau aux notes fraîches délivrée sous forme de brume légère pour envelopper la peau d'une sensation de pureté. Un geste beauté élégant et discret.

La promesse : vivifie et rafraîchit instantanément visage et corps, sans effet collant.

Le + : peut s'utiliser pour fixer le maquillage. **J.P.**

► *Eau Phénicienne, Charme d'Orient, prix public conseillé : 19 € les 100 ml.*



Douce nuit mains chéries

Le concept : « parce que les mains sont aussi le reflet de l'âge... », la marque Lull lance son nouveau soin régénérant : la Crème Mains Nuit Céleste.

La nouveauté : elle favorise la régénération cellulaire, nourrit l'épiderme, estompe les taches brunes et apaise les mains tirillées grâce à sa concentration en extraits de mélisse, valériane, réglisse, racine de murier blanc et arbutine (actifs présents dans les feuilles de busserole).

Le + : elle pénètre rapidement et laisse les mains douces, lisses et protégées. **L.M.**

► *Crème Mains Nuit Céleste, Lull, prix public conseillé : 45 € les 65 ml.*

Pour des pieds tout doux

Le concept : Marlay, marque française spécialisée dans les soins dédiés à la beauté des pieds et des mains fait peau neuve !

La nouveauté : un packaging tout beau, tout neuf pour les deux produits phares de la marque : la Lotion à la Chélideine et la Crème Réparatrice.

La promesse : à utiliser une fois par mois, la Lotion Marlay est un produit miracle pour enlever facilement et sans agresser les cuticules et les callosités.

A appliquer tous les jours, la Crème Réparatrice nourrit (beurre de karité bio et huile d'olive), rafraîchit et assainit (menthe poivrée, romarin et eucalyptus) en un frottement de mains ! **L.M.**

► *Lotion et Crème Réparatrice, Marlay, prix public conseillé : 35 € les 500 ml et 14,90 € les 125 ml.*



CODE BEAUTÉ

novembre / décembre 2016

10 000 ex

Remèdes vintage, le retour !

Forme. Grog, lotions, infusions... On a repéré des produits douillets, bienveillants, que l'on avale avec plaisir, rassuré sur leur innocuité. La preuve par cinq.



Ces remèdes à base de produits naturels aident à passer l'hiver sans encombre.

Le lait de poule

Cette « préparation pour eggnog », prête à l'emploi, renferme lait, œuf, sucre, muscade et cannelle (stimulante et antimicrobienne). Elle est assaisonnée d'un brin de gingembre, fortifiant des défenses naturelles. À déguster dès que pointe un éternuement, une grosse fatigue. Le lait de poule est aussi : reconstituant après l'effort. À partir de 3 ans. (Eggnog de Vitaflor, 11 € la boîte de 160 g, en pharmacie et parapharmacie)

Le grog

Et si, pour des nuits paisibles, l'on ajoute un trait de miel à la traditionnelle infusion de tilleul ? Un miel sublime aux huiles essentielles de mandarine, camomille romaine, lavande vraie, etc. Toutes réputées pour leur effet relaxant, elles permettent un endormissement plus sûr et un mini-

mum d'éveils nocturnes. Une cuillerée à dessert au coucher, à partir de 7 ans. (Grog Miel-Sommeil bio de Pranarôm, 9,95 € le pot de 100 ml, en pharmacie et magasin d'été) (1)

La lotion

Primée au concours Lepire en 1990 ! Cette lotion magique fait disparaître cuticules et callosités pour des mains et pieds tout doux, sans lime ni râpe (qui font plus de mal que de bien, en favorisant la formation de corne). Dans sa formule, du suc de chélidoine, la plaie des verrues. Le mode d'emploi ? On promène un coton imbibé de la lotion en insistant sur les zones à traiter, puis l'on retire en douceur les peaux mortes après quinze minutes d'application. À renouveler tous les mois. (Lotion à la chélidoine Marlay, 25 € le flacon de 250 ml, marlaycosmetics.com)

La tisane

Aux premiers frissons, la « réchauffeuse » (marjolaine, reine-des-prés, sureau, etc.) fait merveille en infusion. (La réchauffeuse d'Herboris, 9,70 € les 100 g, herboris.fr)

Le baume

Celtique de surcroît ! Sa composition 100 % naturelle (huile de germe de blé, cire d'abeille, beurre de karité, huiles essentielles de menthe poivrée, d'arbre à thé, de niaouli, etc.) lui confère un statut de remède universel. Autrement dit, une minuscule noisette de ce produit « de survie » dégage les voies respiratoires, soulage une articulation, un mal de tête ou apaise une piqûre d'insecte. (Baume celtique, laboratoire des Sources, 9,50 € le pot de 15 g, en magasins bio)

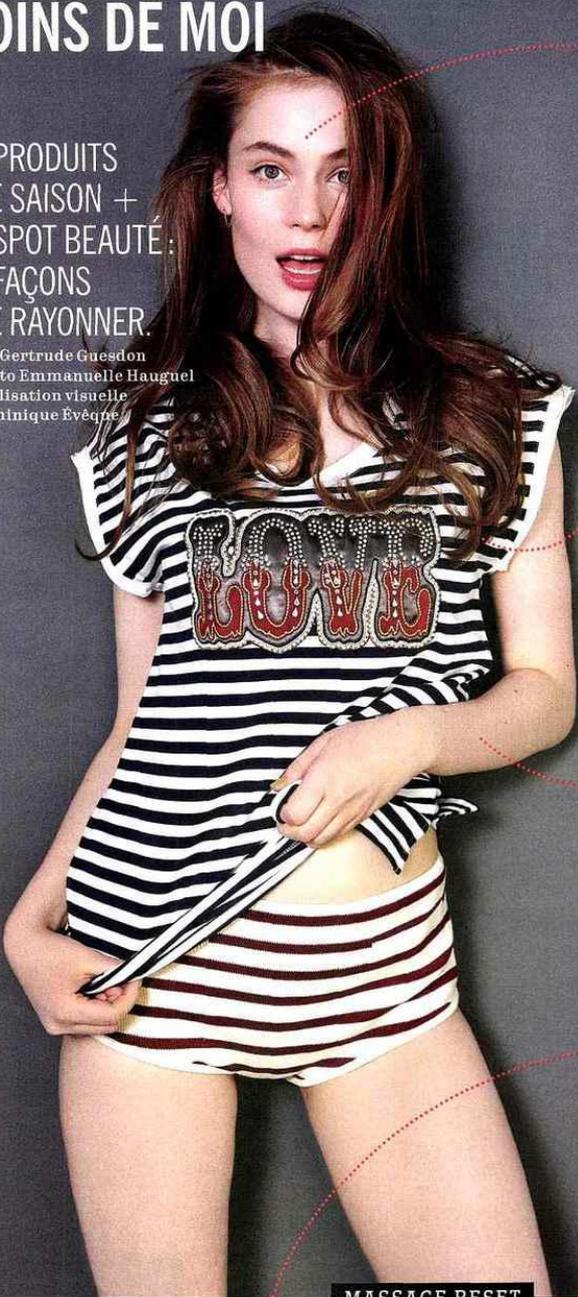
Dr Brigitte BLOND.

POSITÉS
LLES
fl.oz

SOINS DE MOI

4 PRODUITS
DE SAISON +
1 SPOT BEAUTÉ:
5 FAÇONS
DE RAYONNER.

Par Gertrude Guesdon
Photo Emmanuelle Hauguel
Réalisation visuelle
Dominique Évèque



MASSAGE RESET

LE BON COUP DE POUCE QUAND LA PEAU FATIGUE ?

Ce soin archicomplet compile six étapes jolie peau – stimulation des muscles, massages, drainage,

exfoliations, masques et soins sur mesure – pour retrouver un visage reposé. Soins Visage Tri-actif, 105 € pour 1 h 15, Skin Spa Clarins.



#NOMAKEUP

Si, comme Lady Gaga, on s'assume sans make-up sur Insta, mieux vaut une peau parfaite. La solution ? Ce sérum aux plantes de Madagascar qui protège et répare de tout ce qui grise au quotidien : tabac, pollution, soleil... Élixir Jeunesse, Yves Rocher, 36€.



RÉGIME SANS SELS

En attendant de remplacer les sels d'aluminium qui réduisent la transpiration mais font polémique, ce déo à l'huile essentielle de sauge. Il fait le job impeccable et sent bon l'arnarde. Déodorant Extra Doux, Le Petit Marseillais, 4€.



LA JOUER PERSO

On s'offre un beurre corporel parfumé à son nom en choisissant en boutique l'un des quatre visuels d'animal proposés et le nom à imprimer dessus. Liste des magasins participants sur thebodyshop.fr. Body Butter, 17€.



LOTION MAGIQUE

Fini le talon fendillé dans les escarpins avec cette lotion au look vintage. Un coton imbibé sur les callosités pendant quinze minutes, et à nous les pieds doux. Lotion à la Chéllidoine, sur marlay.fr, 25€.

COSMOPOLITAN
janvier 2017

343 392 ex

TEE-SHIRT JUST CAVALLI, CULOTTE MARISSA SIRTINE, B.O. AND... PARIS, MAKE-UP LISA LEGRAND, COIFFURE MARIYWI FOSS-CALDER, MAQUILLAGE MORTIS THIERRY LEGAY, DR.





À VOS MAINS!



1 Soin gel très réparateur Vita Citral

À haute teneur en glycérine, ce soin est un véritable concentré d'hydratation. Sa texture gel pénètre rapidement sans laisser de fini gras ou collant. Formulé avec de l'aloès, gel extrait de la feuille d'aloé vera aux propriétés cicatrisantes, anti-inflammatoires et apaisantes reconnues, ce gel procure un effet apaisant et un confort immédiat. **Prix: 8,40€ le tube de 100 ml. En pharmacies et parapharmacies.**

2 Crème mains & ongles 2 en 1 Lavera

Offrez à vos mains toute la douceur nécessaire. Pour cela, misez sur un parfait mix d'ingrédients bios et sélectionnés avec soin pour leur efficacité. Vous retrouverez de l'huile d'olive bio, de la camomille bio apaisante et de l'avocat bio riche en acides gras. **Prix: 4,99€ le tube de 75 ml. En exclusivité chez Monoprix et à partir du 15 décembre 2016 en magasins bios.**

L'INDISPENSABLE MULTIUSAGE

Crème basis sensitiv Lavera

Délectez-vous de sa recette réunissant deux actifs: le beurre de karité et l'amande, tous deux issus - Lavera oblige - de filières biologiques. On retrouve également de l'extrait de fleur de calendula et de l'huile de tournesol pour toujours plus de douceur! **Prix: 6,50€ le pot de 150 ml. En boutiques bios et en ligne.**



1 Crème réparatrice Marlay

Appliquez cette crème riche en beurre de karité bio et en huile d'olive aux indéniables propriétés hydratantes et nourrissantes. Elle se compose également d'allantoïne qui favorise la réparation des crevasses et prévient la reformation des peaux mortes et d'un complexe de trois huiles essentielles (menthe poivrée, romarin et eucalyptus) pour son pouvoir rafraîchissant et assainissant. **Prix: 9,90€ le tube de 75ml, et 14,90€ les 125 ml. En pharmacies et sur www.marlay.fr**

2 Crème réchauffante pieds froids Akileïne

Dès l'application par massages légers sur les pieds, ce produit futé procure rapidement et durablement une très agréable sensation de chaleur. Cette crème s'appuie sur une formule associant à la fois des extraits de plantes reconnues pour leur action dermoprotectrice (huile de pépins de raisin et ginkgo biloba) associés à un actif en affinité avec les thermorécepteurs de l'épiderme. **Prix: 10,10€ le tube de 75 ml. En pharmacies et parapharmacies.**



AU PIED

RÉPONSE À TOUT
janvier 2017

64 821 ex

ES MAINS

S CALLOSITÉS
SENTIELLES

8.4 fl.oz

Des lèvres protégées et veloutées

Fines et fragiles, rapidement desséchées, les muqueuses des lèvres sont dépourvues de film protecteur: leur surface est donc vulnérable au froid. Dès les premières expositions, elles craquent et se gercent. **L'astuce grand froid** Pour dire adieu aux lèvres fendillées, débarrassez-les des petites peaux mortes qui les encombreront. Pour ceci, effectuez de délicats mouvements circulaires, à l'aide d'une brosse à dents douce. Puis résistez à l'envie de les humidifier avec la langue lorsqu'elles tiraillent, ça les dessèche encore plus! Et préservez votre sourire en appliquant régulièrement un stick hydratant et protecteur (enrichi en cire d'abeilles, beurre de cacao ou de karité, huile de jojoba...).

LES TEXTURES COCONS Gourmand. Baume myrtille, Labello, 2,90 € (1). Onctueux. Baume lèvres Nutricia, Payot, 17,50 € (2). Pratique! Stick lèvres, A-Derma, 5 € (3).



Des pieds lisses et soignés

Exposés au froid, les extrémités réagissent en envoyant le sang vers les zones d'irrigation prioritaires: cœur, cerveau, poumons. Résultat, les pieds se refroidissent, entraînant déshydratation et sécheresse. Pour les réconforter, massez-les deux fois par jour avec une crème riche en glycérine, antifeuilles.

L'astuce grand froid Optez pour une formule nourrissante mais pas trop grasse afin de ne pas glisser. Le soir, lavez-vous les pieds à l'eau froide avant d'appliquer un soin sur la peau encore humide, puis enflez des chaussettes en coton jusqu'au matin... Efficace également, les soins bouillottes, capables de réchauffer les pieds pendant plusieurs heures.

LES CRÈMES ET MASQUES PANSEMENTS Nourrissante. Crème réparatrice, Marlay, 9,90 €. Enveloppant. Masque tissu pour les pieds, Joliderm, 11,90 € les deux. Chaud devant! Crème réchauffante pieds froids, Akléine, 10 €.



Des ongles résistants

A force d'être exposé au froid, l'ongle s'assèche et sa couche de kératine se divise et se fragmente: résultat, il se dédouble, devient friable et casse facilement. Pour y remédier, évitez les dissolvants à base d'acétone qui fragilisent, et ne les limez pas quand ils sont encore humides. En revanche, usez et abusez des vernis soins, qui protègent et nourrissent. Régénérant. Vernis soin coloré Treat, Love & Color, Essie, 12,90 €.



Une chevelure énergique, pas électrique

L'hiver, les cheveux deviennent secs, leur stock d'ions négatifs diminue, tandis que leur charge positive, responsable de l'apparition de l'électricité statique, augmente. Ce phénomène est accentué par les shampooings dotés de tensioactifs lavants dits cationiques, chargés positivement. **L'astuce grand froid** Pour limiter les chocs thermiques, rincez vos cheveux à l'eau tiède après chaque shampooing, et séchez-les à froid, l'embout éloigné de la tige capillaire. Appliquez ensuite un soin nutritif sans rinçage pour enrober le cheveu d'un film protecteur. Et préférez les brosses en matières naturelles comme le bois et les soies de sanglier.

LES PROS DU CHOC THERMIQUE Bouclier capillaire. Concentré sans rinçage à l'extract d'olivier, Klorane, 17 € (1). Sans rinçage. Crème-Huile fine et légère Nutri-Extreme, Dessange, 6,90 € (2). Disciplinante. Brume Sublimatrice Mythic Oil, L'Oréal Professionnel, 20 €.



Adieu la peau de croco

Quand le corps est protégé par les couches de vêtements, on le voit à l'abri des méfaits de l'hiver... A tort: les habits trop serrés et les tissus synthétiques augmentent la sécheresse cutanée. Elle s'accompagne de tiraillements et de démangeaisons car les terminaisons nerveuses ne bénéficient plus du film protecteur qui est altéré...

L'astuce grand froid Oubliez les bains, et remplacez votre savon, souvent alcalin et décapant, par une huile lavante capable de nettoyer tout en laissant sur la peau un film nourrissant non gras. Après la douche, lorsque la peau est la plus réceptive, enveloppez-la d'une crème cocon enrichie en urée, argan, karité ou avoine. Et si elle est très sèche, entamez une cure d'huile de bourrache et d'oméga 3 par voie orale dès le changement de saison.

LES FORMULES TOUT CONFORT Nutrition express. Huile de douche Atopicalm, Dermagor, 16,50 € (1). Réconfortant. Baume nutritif Trixera, Avene, 17 € (2). Antitiraillements. Lait corps hydratant sans paraben, hypoallergénique, Skin Minute, 7,90 € (3).

Merci à Nina Roos, dermatologue, et au coiffeur Phillip B.

MAINS

ALLOSITÉS
NTIELLES

0.4 fl.oz

ISTOCK/GETTY IMAGES (3)

Lotion : Marlay

Une potion magique ?
Non, une lotion magique !

S'ils donnent instantanément l'illusion d'un joli pied, les râpes et autres pierres poncees sont en fait des solutions court-termistes car en agressant la peau, ils stimulent encore plus les glandes sébacées et, au final, la production de corne et de callosités. Pour une solution de fond apportant un résultat longue durée, on opte plutôt pour cette lotion enrichie en Chélideine (une des plantes les plus efficaces pour soigner les verrues). A l'aide d'un coton, on en imbibe le pied en insistant plus particulièrement sur les zones où la peau est plus épaisse. 15 minutes top chrono plus tard, il ne reste qu'à retirer les peaux mortes pour retrouver des pieds aussi doux que ceux d'un bébé. Voire même plus encore ! Evidemment, cela fonctionne aussi pour les cuticules des mains qu'on laissera tremper 5 minutes dans un fond d'eau tiède additionné d'un bouchon de lotion. Un geste SOS à adopter une fois tous les 15 jours en traitement d'attaque puis uniquement une fois par mois pour entretenir le résultat par la suite.



Prix de vente conseillé : 35 euros (Flacon 500 ml)

Spray Aérien à usage atmosphérique : Mercurochrome

SOMETHING IN THE AIR!

L'incontournable challenge de l'hiver: tenter d'éviter les virus! Un grand slalom qui nous pousse à adopter dès les premiers signes de refroidissements ce spray aérien aux huiles essentielles de Menthe Poivrée et Lavande, conçu pour assainir l'atmosphère tout en aidant à apaiser nos voies respiratoires.

Et si on peut l'utiliser en spray habitat classique (en le vaporisant aux 4 coins de la pièce puis en laissant agir 15 minutes avant d'aérer), on peut aussi pulvériser un pschitt du produit sur un mouchoir (sauf évidemment chez les enfants de moins de 3 ans et les femmes enceintes) avant de l'inhaler. Un produit du genre futé donc et qui présente en plus l'avantage de nous faire profiter du doux parfum des huiles essentielles.



Prix de vente conseillé : 7,50 euros (Spray 20 ml)

Nez bouché : Mercurochrome

Rien de tel qu'un bon bol d'air marin pour s'oxygéner, tout le monde se rejoindra sur ce point!

Et c'est encore plus vrai au cœur de l'hiver où l'eau de mer fait preuve de toute son efficacité pour soulager le nez bouché. Mercurochrome l'a bien compris et propose ce nouveau spray nasal hypertonique contenant de l'eau de mer naturellement très concentrée en sels minéraux et oligo-éléments. Grâce à son hypertonie, il favorise une décongestion en cas de nez bouché (rhume, sinusite et rhinite allergique) et participe à la protection contre les infections. Son système original de microdiffusion permet un lavage en douceur de la fosse nasale, tandis que son embout est muni d'une collerette de sécurité pour une utilisation plus pratique et plus sûre, et cela dès 6 mois.

Prix de vente conseillé : 6,25 euros (Spray 100 ml)



Thym Eucalyptus : Juvamine

Il faut que tu respire...

Les huiles essentielles, on est tous convaincu de leur efficacité. Et si l'on aimerait sauter le pas pour profiter de leurs nombreux bienfaits, il n'est pas toujours évident de s'y retrouver dans les dizaines de références existantes, et surtout la manière de les assembler entre elles afin de pouvoir profiter pleinement de leurs bienfaits. C'est justement pour simplifier la vie de toutes celles et tous ceux qui souhaitent s'initier sereinement aux huiles essentielles que les Laboratoires Juvamine, forts de leurs presque 30 ans d'expertise et de leur place de leader des compléments alimentaires en GMS, proposent dorénavant des références «prêtes à l'emploi». Au cœur de chaque capsule, le parfait dosage d'huiles essentielles pour répondre à un problème spécifique, le tout dans un format pratique à consommer.

Prix de vente conseillé : 5,95 euros (Boîte de 30 capsules)



GRANDS-PARENTS MAGAZINE

hiver

150 000 ex

INS

LOSITÉS

IELLES

4 fl.oz

Quels produits pour prévenir et réparer des pieds et talons secs ?

Pour éviter l'hyperkératose et les callosités douloureuses, il existe de nombreuses crèmes, gommages et autres masques spécifiques à appliquer quotidiennement - comme on le ferait pour la **peau de son visage** ou ses mains. "Lorsqu'il y a hyperkératose, on propose souvent un traitement choc, avec une crème très forte à appliquer sur les pieds". Le reste du temps, on se badigeonnera de crème enrichies en agents hydratants et nourrissants (urée, karité, cold cream...) pour adoucir la peau. L'astuce en plus : enfiler des chaussettes en coton sur pieds crévés avant de se coucher !

Enfin, pour soigner les crevasses, pas de miracle cosmétique en vue : les podologues prescrivent généralement des sortes de vernis qui vont permettre la cicatrisation du pied.

Deux recettes maison pour prendre soin des pieds secs

"La transpiration favorise la sécheresse, il est donc nécessaire de la traiter, même si ce n'est pas simple", explique Nicolas Grenot. Sa recette miracle ? "Faites un bain de pied avec deux ou trois sachets de thé infusés dans de l'eau tiède. On laisse tremper ses pieds 15 minutes puis, on sèche soigneusement." Ce bain de pied aide à resserrer les pores et limite donc la transpiration.

4/10 | Crème réparatrice, 9,90€, Marlay



MARIECLAIRE.FR

Mise en ligne le 26 janvier

NC

6 crèmes pour les pieds

Quand nos pieds sont secs et fatigués, ces soins permettent de les délasser et de les hydrater durablement.

SOPHIE PATTIER



Crème Jeunesse des pieds CLARINS
25,50 € les 125 ml.



Crème réparatrice MARLAY
9,90 € les 75 ml.



Crème nutri-réparatrice revitalisante AKILÉINE
8,50 € les 50 ml.



Crème Beauté des pieds CAUDALIE
11,70 € les 75 ml.



Crème réparatrice CATTIER
8,40 € les 75 ml.



Crème hydratante Foot Relief AVEDA
27 € les 125 ml.

SES PROMESSES

Du talon jusqu'au bout des ongles, cette crème riche sans effet gras nourrit, lisse, rénove et apaise les pieds secs ou fatigués avec un cocktail d'extraits de plantes : huile de noix, karité, thym, arnica, myrrhe...

Une formule d'origine naturelle pour le soin des pieds et la beauté des mains. Elle hydrate durablement (beurre de karité bio, olive), prévient la formation des peaux mortes (allantoïne) et rafraîchit grâce à un trio d'huiles essentielles.

À base de beurre de karité, d'huile de macadamia, de glycérine végétale et d'un complexe anti-âge régénérant (parzine-4A), elle vient à bout des sécheresses et des rugosités des pieds secs et « matures ».

Contenant de l'huile de pépin de raisin et du beurre de karité, cette formule baume nourrit intensément et relaxe les pieds sans laisser de film gras, pour une sensation de bien-être immédiat.

Fondante et non grasse, cette crème bio pour les pieds secs nourrit et répare, grâce aux extraits de jojoba, de karité et de géranium qui favorisent le renouvellement cellulaire et redonnent de l'élasticité à la peau.

Toute une flopée d'ingrédients d'origine naturelle (jojoba, ricin) pour hydrater intensément, lisser la peau en surface (acides de fruits) et apaiser les pieds fatigués (huiles essentielles de lavande et de menthe).

ON A AIMÉ

Une sensation immédiate de pieds nourris et assouplis, très agréable à l'application.

Sa richesse en huiles nourrissantes et assouplissantes, à l'odeur agréable et à l'application confortable. Avec en plus de l'arnica et du marron d'Inde, qui améliorent la circulation sanguine.

Sa texture baume, qui apporte un vrai plaisir d'hydratation sur la peau et son parfum très agréable.

Sa pénétration ultrarapide à l'application et son doux parfum de géranium. Les pieds sont hydratés correctement.

Très rafraîchissante, apaisante, hydratante, elle permet un bon massage des pieds.

ON A MOINS AIMÉ

Elle contient un peu d'alcool, qui peut dessécher la peau.

Rien à dire.

Il faut bien la masser pour la faire pénétrer.

Rien de particulier à lui reprocher.

Le prix un peu élevé. Cependant, la formule contient un grand nombre d'ingrédients naturels de qualité.

TOP SANTÉ
mars

357 171 ex

DES MAINS

8 CALLOSITÉS

ESSENTIELLES

- 8.4 fl.oz

GUAYAPI

Investie dans une démarche de commerce équitable et de préservation de l'environnement et de la biodiversité, la marque **Guayapi** présente une gamme de superaliments, compléments alimentaires, produits d'épicerie fine et cosmétiques. Tous ces produits sont fabriqués à partir de plantes aux vertus ancestralement reconnues, issues de la cueillette sauvage en Amazonie et au Sri Lanka.

JOYAUX DE MADAGASCAR

Inspirée de préparations traditionnelles, la marque **Joyaux de Madagascar** fait appel à des ingrédients 100 % naturels originaire de l'« Île Rouge » pour la composition de ses soins aromatiques. Parmi ses fleurons, le **Solika sculpt**, élu N°1 des soins des jambes par le *Guide des meilleurs cosmétiques*, le **Baume Précieux de Madagascar** destiné au soin du corps et du visage et l'**Huile des sens de Madagascar**, une huile de massage énergisante et lubrifiante.



MISSAPI

Pensés comme des « rituels de beauté » pour les peaux africaines, les produits de **Missapi**, jeune ligne de cosmétique bio, affichent une liste resserrée d'ingrédients sans céder en efficacité grâce à leur forte teneur en matières premières naturelles, et notamment en huiles végétales. Côté visage, la gamme comprend un **Masque Eclatant à l'argile rouge**, un **Gommage Rénovateur à la poudre de riz** et une **Crème Hydratante Confort pur**, et, côté corps, un **Lait Embellisseur** et un **Scrub Soyeux**.

LA MANDORLE

La Mandorle met en avant une gamme biovégétale innovante sur le marché de la nutrition infantile. Récompensée par le Trophée d'or d'innovation en 2013 et certifiée Ecocert, **Bébé Mandorle** entend répondre aux allergies et intolérances au lactose et protéines de lait de vache des 0-3 ans avec des produits à base d'hydrolysat partiel de protéine de riz biologique. Elle se compose de préparations 1^{er} et 2^e âges et de préparations de céréales sans gluten.



MARILOU BIO

Cap sur les peaux normales à mixtes en manque d'éclat et d'hydratation : pour elles, **Marilou Bio** hisse les voiles d'une gamme **Marine** formulée à partir d'extrait de fucus bio, une algue brune riche en minéraux et vitamine C. La référence-phare, le **Gel crème vitalité**, un soin de jour, y associe l'action apaisante et désaltérante de l'aloë vera et les vertus purifiantes du sel de mer.

MARLAY

Marlay fait des pieds et des mains pour nos extrémités. Primée au concours Lépine en 1990, la **Lotion à la chélideine** retire efficacement et en douceur les peaux mortes (cors, durillons, callosités...) avec une formule bio à base de chélideine et d'huiles essentielles.



Complémentaire, la **Crème réparatrice bio au karité et huiles essentielles** nourrit la peau et prévient ainsi la reformation des peaux mortes.

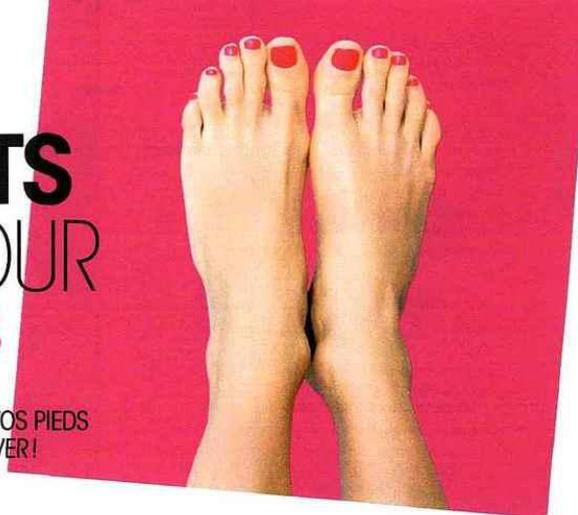
LE MONITEUR DES PHARMACIES
25 février / 3 mars

12 845 ex



AUX PETITS SOINS POUR mes pieds

QUATRE ÉTAPES À SUIVRE POUR QUE VOS PIEDS SOIENT SUBLIMÉS À LA SORTIE DE L'HIVER!



Étape 1

Une bonne coupe

De jolis pieds, ça commence par des ongles soignés. Coupez-les au carré avec une pince à ongles et veillez à garder une longueur de 1 à 2 mm pour protéger l'orteil. Une astuce : posez votre lime au bout de l'orteil, si votre ongle ne la touche pas, c'est qu'il est trop court. « Puis émoussez délicatement les bords avec une lime en carton, moins agressive que celle en métal, pour les arrondir légèrement », recommande Nicolas Grenot, podologue à Lyon. La coupe se pratique sur des ongles secs, pour ne pas risquer de les dédoubler.

Étape 2

Au bain !

Chaque semaine, laissez tremper vos pieds 10 min dans une eau à 36 °C dans laquelle vous aurez glissé quelques sels de bain émoullissants ou quelques gouttes d'un savon surgras. Rien de tel pour les nettoyer en douceur, ramollir les callosités et se relaxer. Ils sont maintenant prêts à être gommés, afin d'éliminer les cellules mortes. L'épiderme du pied étant peu fragile, utilisez un gommage à gros grains. Vous en manquez ? En système D, mélangez deux cuillerées à café de miel et une cuillerée à soupe de sucre. « Appliquez une noix de produit sur chaque pied humide, puis massez, centimètre par centimètre, en insistant

bien sur les talons, les orteils et le pourtour des ongles, conseille Nicolas Grenot. Rincez et, surtout, essuyez-les bien avec une serviette propre, sans oublier l'espace entre les orteils. » En alternance, vous pouvez utiliser une râpe mais, attention, pas plus de deux fois par mois au risque de créer l'effet contraire ! Sur pieds secs, frottez doucement les zones rugueuses.

Étape 3

On hydrate un max

C'est indispensable pour restaurer le film hydro-lipidique protecteur mis à mal par le gommage ou la râpe, mais c'est aussi une bonne habitude quotidienne. Appliquez-leur un soin à base de glycérine, d'allantoïne ou d'urée, des substances particulièrement réparatrices, et massez jusqu'à pénétration complète. Vous avez un peu de temps devant vous ? Offrez-leur un masque hydratant « spécial pieds » à garder entre 10 et 20 min. Et en cas de peau très sèche, le soir, avant le coucher, enduisez pieds et ongles d'une généreuse couche de vaseline ou de cold cream, enflez une paire de chaussettes et mettez-vous au lit. Au matin, douceur et beauté garanties !

Étape 4

Une touche de vernis

À vous les laques sombres ou des teintes nacrées qui ornent les ongles. Assez de vernir vos orteils toutes les semaines ? Optez pour les produits semi-permanents : le gel coloré sèche et durcit sous une lampe UV/LED, qui fixe le make up pour deux à trois semaines. Mais avant d'appliquer la moindre couche de vernis, passez un petit mouchoir sur votre ongle, afin de retirer tout excédent de crème hydratante qui gênerait l'adhérence du vernis, et appliquez une base pour le protéger.

1. Gommage anti-callosités 2-en-1, foot expert, 75 ml, 5,99 €, Hansaplast. 2. Crème réparatrice, 75 ml, 9,90 €, Marlay. 3. Vernis à ongles UV/LED, Try Me Kit, Striplac, 59,95 €, Alessandro. 4. Gel Starter Kit, 69,90 €, Sensationail.

MASQUE PEELING

Enfilez ces drôles de chaussettes (imprégnées de produit exfoliant), patientez 1 h et rincez. 48 h après, vos pieds commencent à desquamer, pas de panique, la « mue » va durer quelques jours ! N'hydratez pas et patientez... Deux semaines après, le résultat est bluffant ! Xérial Peel, 19,90 €, SVR.

DANS MON VANITY



ES MAINS

8 CALLOSITÉS
SENTIELLES

8.4 fl.oz

Pratique

Ces maux qui nous cassent les pieds

Santé. Loin des yeux, loin du cœur, les pieds. On les prépare à être sous les feux des projecteurs, en sandales, cet été.

Avec plus de 10 000 pas par jour pour les plus vaillants, les pieds sont soumis à rudes épreuves. Ils doivent pourtant assurer, quelles que soient les circonstances. Verrue, crevasse, mycose... Rien d'insurmontable, à condition de s'en occuper, soi, ou de passer la main (plutôt le pied !) à un professionnel.



Fotolia

Un ongle bizarre

Une fois sur deux, si cet ongle est jauni, épaissi et/ou fendille, c'est parce qu'il abrite un champignon : presque toujours le *Trichophyton rubrum* (90 % des cas), qui peut aussi être à l'origine d'une desquamation entre les orteils. Avant de s'embarquer pour un traitement long (douze, et même dix-huit mois, pour que l'ongle de gros orteil, première cible, se « refasse »), mieux vaut consulter pour un prélèvement et identifier précisément le microbe.

Chaque millimètre d'ongle perdu implique des semaines de traitement supplémentaires. Le traitement, un vernis filmogène à base d'amorolfine (sans ou sur prescription), doit être lancé le plus rapidement possible. Appliqué sur l'ongle coupé ras, deux fois par semaine, il stérilise la tablette de la surface vers la profondeur.

Faute de traitement, il existe un risque de contaminer d'autres zones (plantes des pieds), d'autres personnes de la famille via la salle de bains, le lit partagé, ou en dehors de la famille, à la piscine, à la salle de gym, à l'hôtel, etc.

Des talons fendillés ?

Cela tient à l'anatomie de la plante des pieds : les glandes sébacées (qui produisent le sébum, du gras) y sont plus rares. Et les talons n'ont pas de « film hydrolipidique », qui retient l'eau.

La solution ? Un simple émoullit

ne suffit pas pour restaurer un talon de qualité. On prépare donc le terrain, pour une meilleure pénétration des actifs nourrissants, avec un produit décapant à base d'urée ou d'acide salicylique qui gomme les squames sans frottement. Et on oublie la pierre ponce, qui favorise la formation de corne en réaction à cette agression.

Plus naturel encore, et aujourd'hui bio, du suc de chéloïdine (lotion Marlay), qui, en une application de 15 minutes, fait disparaître cuticules et callosités, en douceur.

Un nid de virus, la verrue

Sur la plante, apparaît une excroissance grisâtre hérissée de petites saillies rugueuses, circonscrite par un anneau de chair plus dure, souvent douloureuse à l'appui. On applique, pile sur la verrue, tous les jours pendant au moins six semaines, un produit adapté à base d'acides ou de froid. Ou, mieux, une solution d'acide formique qui la dessèche à la racine en une application par semaine (Objectif ZéroVerrue de Meda).

Dr Brigitte BLOND.

Le 8 juin, Journée nationale de dépistage et de prévention, gratuit. sante-du-pied.org

OUEST FRANCE

24 mars

749 258 ex



ESG TOURS

/ Samedi 25 mars 2017 /

> 10h - 17h

PORTES
OUVERTES/

BACHELOR - MASTÈRE

Titres de niveaux I & II, reconnus par l'Etat
Formations en initial & en alternance



27 rue James Watt
Quartier des 2 Lions
37200 Tours

Tél : 06 03 73 45 04

www.esg.fr



TENDANCE

PAPIER MAGIQUE

Le papier serait voué à une mort aussi lente qu'inexorable : on le dit ringard, polluant, trop lent, bref, fini. C'est méconnaître les qualités exceptionnelles et parfois cachées du papier. Par exemple, le papier pollue moins que les réseaux sociaux et internet. Ensuite, il peut mettre la pâtée à des matériaux bien plus modernes, comme le prouve l'invention d'Isis Shiffer. Cette jeune designer américaine a imaginé un casque de vélo en papier recyclé. L'idée semble baroque, mais elle est sérieuse : elle a même reçu le Prix international du James Dyson Award 2016, qui couronne les meilleures innovations techniques et chics. Isis Shiffer a exploité les propriétés du papier alvéolé pour concevoir un casque aussi résistant que ceux en polystyrène. Cerise sur la bicyclette, il est pliable et se glisse dans un sac à main ou une sacoche d'ordinateur portable. Le faible coût du papier recyclé permet de vendre le casque autour de 5 dollars. Ce mouton à 5 pattes porte le joli nom d'Eco-Helmet et on espère le voir très vite en France.

Retrouvez Stelda sur stelda.blogspot.com

BEAUTÉ

PEAUFINER SES PETONS

On a encore quelques semaines devant nous avant de sortir les sandales, alors on en profite pour se mettre les doigts de pieds au carré avec une lotion à la sauge couronnée au fameux Concours Lépine. Une potion magique qui élimine les peaux mortes et les talons râpeux : on y trempe ses pieds et pfiout, tout disparaît ! Labellisée bio (et gros kif sur le flacon rétro).

Marlay, lotion à la Chéridoine, 29 € les 250 ml, en magasins bio et en pharmacies.



POUR LE REGARD

Il est crémeux, il est tout doux, il sent le frais et fond sur la peau. On en mangerait mais comme on est raisonnable, on se contente de le mettre sur les paupières le soir avant d'aller se coucher, pour faire la peau aux poches et faire fuir les rides. Labellisé bio.

Sanoflore, Regard Hypnotica, 26 € le tube de 15 ml, en pharmacies et parapharmacies.

TMV TOURS

22 / 28 mars

30 000 ex

S MAINS

CALLOSITÉS
ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

Le froid est loin derrière nous maintenant. Avec les beaux jours, le corps veut respirer, sentir de belles textures, faire un gommage ou un massage avec des huiles hydratantes et bien parfumées. Choisissez les produits les plus sains, offrez le meilleur à votre corps. C'est votre compagnon de vie !

MASQUE RÉPARATEUR COLLECTIONS NATURE

Toutes les vertus de l'oléine de karité qui prévient de la déshydratation et redonne éclat et vigueur aux cheveux abîmés, mais également sur l'Argile bentonite assainissante et adoucissante. À leurs côtés et pour une efficacité maximale, un parfait cocktail d'huiles végétales bio (Noix de Coco, Jojoba et Babassu) qui, ensemble, vont nourrir et lisser la fibre capillaire tout en améliorant significativement la brillance de la chevelure.

Pot 200g, 24€50
Eugene Perma Paris



LOTION BIO MARLAY

Chélideine bio qui dissout délicatement et efficacement toutes les peaux mortes. À ses côtés et dans une formule désormais sans colorant, des eaux florales de Sauge bio et de Menthe bio confèrent à la lotion leurs propriétés équilibrantes et rafraîchissantes. Une action boostée par les huiles essentielles d'Eucalyptus et de Romarin aux vertus purifiantes.

Flacon 250ml, 29€

LOTION MAINS ET CORPS JASMIN PRÉCIEUX - PANIER DES SENS

Une crème multi-usage à la texture fluide et légère riche en huiles d'olive, de pépin de raisin et d'avocat.
www.panierdessens.fr



COFFEE SCRUB MANGUE BODY BOOM

MASQUE TENSEUR

Mélangez en quantité égale du marc de café (tonifiant) avec un blanc d'oeuf (tenseur). Appliquez le mélange sur votre visage et cou, puis laissez 10 minutes avant de rincer. Effet coup d'éclat garanti !

ANTI-CERNES

Mélangez une cuillère de marc de café à une cuillère de fromage blanc. Ajoutez quelques gouttes de citron et placez la préparation au réfrigérateur. Quelques heures plus tard, déposez le mélange sur le contour de yeux, laissez poser 15 minutes et retirez l'excédent à l'aide d'un coton.

POUR DES CHEVEUX BRILLANTS

aussi... Une double action gommage et raviveur d'éclat, imparable pour une crinière rutilante.

Sachet 200g, 15€99

CALICE DES NAIÄDES

Hypoallergénique, le Sérüm hydratant de Propolia® allie les pouvoirs de la propolis, de la grenade et de l'eau de fraise Bio pour un soin efficace et durable ! + d'informations :

www.propolia.com

MASQUE PURIFIANT A LA BOUE MARINE AUX ACTIFS MARINS

Ce masque est une véritable boue marine. Naturellement riche en oligo-éléments (Mg, Cu, Zn...) présents dans le limon marin, ce soin nettoie et purifie votre peau pour lui redonner tout son éclat. LABORATOIRE USPALLA SASU.

SANTÉ NATURELLE
hors-série printemps

120 000 ex

ES MAINS

5 CALLOSITÉS
SENTIELLES

8.4 fl.oz

BEAUTÉ

EUGENE COLOR



TRAITE LE PROBLEME A LA RACINE !
SPRAY RETOUCHE EXPRESS EUGENE COLOR traite en 6 nuances: Noir, Marron, Châtain foncé, Blond foncé, Blond, Acajou. Flacon spray 75ml, 2€95*. Disponibles en grandes et moyennes surfaces.

Eugène Color met à la disposition des femmes un produit à prix tout doux mais garant d'une efficacité professionnelle. Retouche Express Il suffit de vaporiser les racines (après avoir recouvert ses épaules d'une serviette pour prendre soin de ne pas tacher nos vêtements) par pressions légères et à une distance de 10 cm pour voir disparaître instantanément notre couleur de cheveux originelle. Et parce qu'une bonne nouvelle n'arrive jamais seule, Retouche Express se révèle également impeccable dans la couverture des cheveux blancs. Une coloration flash et temporaire, à la formule douce pour respecter le cuir chevelu et qui s'élimine dès le premier shampooing... on comprend maintenant pourquoi les américaines sont folles de ces produits!

NOUVEAU
COFFEE SCRUB MANGUE



Shake your Body Boom

En exclusivité chez Monoprix

Sa recette associant marc de café robuste, sucre roux et sel marin n'a pas son pareil pour éliminer en douceur (mais le plus efficacement du monde) les cellules mortes pour un body tout doux. Une efficacité encore plus probante grâce à un trio d'huiles bienfaitantes (Argan, Macadamia et Amande) et au beurre de Cacao relipidant dont les notes gourmandes viennent subtilement se marier à celles du café. Un plaisir tropical qui transforme notre salle de bains en plage paradisiaque et dope notre bonne humeur comme jamais!

CHEZ LADY GREEN



FRAÎCHEUR CÉLESTE ALLEZ PLUS EAU !
 Fraîcheur Céleste permet à la fois un démaquillage du visage et des yeux. Plus besoin de deux produits spécifiques, un vrai gain de temps ! Fond de teint longue tenue, mascara waterproof, smoky eye... rien n'effraie cette eau micellaire qui dissout le maquillage le plus délicatement du monde et sous le simple passage d'un coton imbibé. Notre peau en profitera pour se détacher de sa formule riche en Aloe Vera, Hamamélis et Neem aux propriétés hydratantes, apaisantes et régénérantes. Elle gagnera en éclat tout en laissant la peau fraîche et lumineuse!

Disponible en boutique bio et pharmacies

Beauté des pieds et des mains

marlay



TOUS LES JOURS CRÈME REPARATRICE PIEDS ET MAINS 1 minute quotidienne soigne et suffit pour ce soin adapté aux peaux sèches et très sèches, enrichi aux huiles essentielles. Tout ce qu'il faut pour garder de jolies mains et des pieds tout doux en toutes circonstances.
1 FOIS PAR MOIS LOTION ENRICHIE EN CHÉLÉDOINE Pour une solution de fond et un résultat longue durée, on opte plutôt pour cette lotion enrichie en Chéldoine (une des plantes les + efficaces pour soigner les verrues). A l'aide d'un coton, on imbibé le pied en instant sans particulièrement sur les zones où la peau est plus épaisse. 15 mn + tard, l'ne reste qu'à retirer les peaux mortes pour retrouver des pieds aussi doux que ceux d'un bébé.

Happy zen collection MAVALA



FORMULE PROTECTRICE ET HYDRATANTE
UNE COLLECTION PRINTEMPS-ÉTÉ DE ROUGES À LÈVRES DES PLUS DYNAMISANTES !
 Lumineuse, rayonnante, intense... des qualificatifs non exhaustifs pour cette nouvelle collection de rouges à lèvres composée de 6 teintes à assortir à la vision que l'on souhaite de la vie. Tel un concentré d'harmonie positive, Terra Nude, Orange Smoothie, Glowing, Violet, Shocking Pink, Nectar Red et Opal, Rose sinivent dans notre quotidien pour notre plus grand plaisir!

SAMPAR La Vie En Rose!

BRUME HYDRATANTE LÉGÈRE rafraîchit, tonifie et fixe le maquillage ! Ces working girls sortent de la douche pour ensuite s'adonner à une routine des plus minutieuses... il s'agit là de tonifier une peau encore endormie, de l'hydrater bien sûr pour pouvoir ensuite procéder à la réalisation d'un joli make-up que l'on prendra idéalement soin de fixer avec une brume pour qu'il tienne jusqu'au soir.
FRENCH ROSE MIST SAMPAR Brumisateur 75ml, 15€ en pharmacies, parapharmacies et sur www.sampar.com

Lavera UN FOND DE TEINT CONFONDANT DE NATUREL

Une nouvelle génération de fonds de teint ultra légers. Sa texture liquide offre un fini absolument lumineux mais tout en transparence pour un effet peau nue comme on les aime. Ses pigments naturels se fondent sur le visage tout en camouflant efficacement les défauts et irrégularités. Le maquillage se fait aussi soin et offre un fini délicatement poudré.
Nude Make-Up Fluid Lavera - 4 teintes disponibles : Ivory Light 01, Ivory Nude 02, Honey Sand 03, Honey Beige 04 Flacon pompe 30ml, 11€99. Disponible en magasins bio et en ligne.

SKINTIFIQUE NOUVEAU

Skintifique est un nouveau laboratoire dermatologique français dont l'ambition est d'apporter confort et soin aux peaux sensibles, exigeantes ou affectées par de l'eczéma, du psoriasis ou encore d'autres problématiques dermatologiques sévères. Une gamme de 4 produits dermatologiques de nouvelle génération, 100% purs et hypoallergéniques. Leurs formules reposent sur deux principes : la «Biorespiration» et la «Radical Simplicity». Parmi ces produits se trouvent le premier soin au monde qui protège les peaux allergiques aux métaux tels que le Nickel, le Chrome ou le Cobalt, ainsi que le soin le plus concentré en agents hydratants et à l'action inégalée...
Crème protectrice Tube 20 ml : 2€90€* / **Lait corps hydratant Flacon pompe 200 ml : 25,90 €*** / **Lotion nectar d'opale Flacon 200 ml 14,20€*** / **Gel hydratant plus HS Tube 40 ml : 35,90 €***

ROUGE À LÈVRES COLLECTION HAPPY ZEN MAVALA
 Bâton de 4.5g - 15€10.
 Tous les produits MAVALA sont disponibles en pharmacie, parfumerie et grands magasins.



PLAY LE MAG
 avril

15 000 ex



Basket, on dit non aux mycoses

Le plus La chaussure est large, stable et confortable.

Le moins On transpire beaucoup à cause du revêtement intérieur en synthétique. Cette macération favorise le développement de mycoses et de mauvaises odeurs.

La prescription On évite de remettre deux jours de suite

la même paire pour ne pas favoriser le développement des bactéries. On porte des chaussettes en coton pour limiter la transpiration. Et on ne les porte jamais pieds nus, sauf si on peut les laver régulièrement. Pour limiter l'humidité, on utilise des crèmes ou sprays contenant des poudres absorbantes.

ON VOUS RECOMMANDE



Soin réconfortant
Cette crème aux huiles essentielles d'orange, de lavande et d'argile soulage les pieds fatigués et limite la transpiration.
Crème Sani Pieds, 10,40 € (75 ml), Weleda.



Effet frais
Une formule naturelle qui hydrate durablement (beurre de karité bio, olive), prévient la formation des peaux mortes (allantoiné) et rafraîchit grâce à un trio d'huiles essentielles et une odeur mentholée.
Crème Réparatrice, 9,90 € (75 ml), Marlay.

Rando, on limite les ampoules

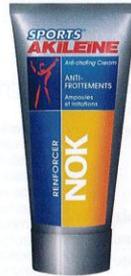
Le plus C'est une chaussure large et confortable, mais qui peut être rigide. Elle est basse ou haute, en fonction du style de marche : sur les sentiers, on la choisit basse, mais pour la montagne, il faut un modèle avec de vrais contreforts pour tenir la cheville.

Le moins Si elles sont neuves, il faut absolument les « faire à son pied » avant le départ, sous peine de frottements importants,

qui peuvent provoquer des ampoules. Et on les choisit une demi-pointure au-dessus de la taille de ses chaussures de ville.

La prescription On applique tous les soirs sur peau propre, une crème « antifrottements » en couche épaisse sur les zones sensibles : talon, côtés et orteils. Et on fait aussi très attention au choix des chaussettes (de sport ou de rando, pas de ville) !

ON VOUS RECOMMANDE



Protection intense
Ce soin protège la peau des frottements et des irritations et l'assouplit avec du beurre de karité, des vitamines et des oligoéléments.
Crème Nok antifrottements, 5,90 € (75 ml), Akléline Sports.



Crème pansement
Ce soin protège la peau des frottements et échauffements, grâce à l'effet seconde peau de ses agents filmogènes. Avec aussi de l'huile d'amande douce, de la vitamine B5 et de l'huile essentielle de melaleuca assainissante.
Crème antifrottements protection ampoules et irritations, 9 € (50 ml), Pédirelax.

Sandale de marche, on bichonne ses talons

Le plus À la fois confortable grâce à son petit talon et aérée, c'est la chaussure d'été des personnes qui aiment marcher. Sa bride à l'arrière tient bien le pied, et limite le claquement du talon à chaque pas.

Le moins Comme elle est très ouverte, elle favorise tout de même les callosités, voire les crevasses. Elles doivent être réservées aux petites balades et ne conviennent

pas pour les grandes randonnées.

La prescription

On hydrate ses talons préventivement trois semaines avant les vacances. Et si l'hyperkératose est trop importante, on file chez le pédicure pour assainir la situation. Pendant les vacances, on masse ses talons deux à trois fois par semaine avec une crème émolliente pour hydrater et protéger la peau.

ON VOUS RECOMMANDE



Moelleuse
Sa texture baume à base d'huile de pépin de raisin et de beurre de karité nourrit intensément et relaxe les pieds sans laisser de film gras et son parfum est très agréable.
Crème beauté des pieds, 11,70 € (75 ml), Caudalie.



Spécial pieds secs
Ce baume associe 9 plantes (huiles de bourrache et de pépins de raisin, beurre de karité, lierre, poudre de tapioca, menthe et citron) dans une formule riche, qui pénètre vite et ne laisse pas de film gras, pour nourrir et délasser les pieds fatigués.
Baume du randonneur pour les pieds, 13,50 € (75 ml), Le Couvent des Minimes.

VITAL
mai / juin

63 594 ex

DES MAINS

8 CALLOSITÉS

ESSENTIELLES

- 8.4 fl.oz

4 étapes pour de jolis pieds

Les beaux jours arrivent, et vos sandales vous font de l'œil. Il est temps d'offrir à vos pieds un soin complet, pour pouvoir les enfiler sans complexe. Par Esther Laffay

1 Lisser la peau en douceur

Phénomène d'autodéfense naturel, les callosités apparaissent lorsque le pied est très sollicité, par la marche, les talons hauts... Peu à peu, la peau s'épaissit, parfois même se craquelle. Commencez par un bain de pieds de 15 min, tiède et enrichi d'une formule émoullente. Puis à l'aide d'une râpe, effectuez des allers-retours en douceur en insistant sur les zones les plus calleuses. Terminez par un gommage avec un exfoliant à gros grain pour lisser et retrouver des pieds tout doux.



POUR FAIRE PEAU NEUVE. Aux huiles essentielles. Exfoliant pour les pieds, Cowshed (chez feelunique.com, 27 € (1)). **Emolliente.** Lotion à la Chéloïdoine, Marlay, 25 € (2). **Mini-prix.** Râpe anticallosités, Opaz, 2,90 €.

2 Couper ses ongles court

La forme idéale est toute simple : l'ongle doit être carré et court, avec 1 mm de bord libre. Cela permet une repousse sans risque d'ongle incarné. Équipez-vous d'un coupe-ongles à levier large et coupez en démarant par les côtés et en terminant par le centre. À l'aide d'un bâtonnet de bois, dégagez les cuticules et peaux mortes (ramollies par un bain, elles se délogent en un seul passage). Terminez la mise en forme en limant l'extrémité de l'ongle avec une lime à grain moyen (plus épaisse que celles pour les mains). Si la surface de vos ongles est irrégulière ou tachée, uniformisez-la avec un polissoir, qui apportera aussi une jolie brillance.



LA TROUSSE À OUTILS
Tout en un. Lime, polissoir 4 étapes, Sephora, 4,95 € (1). **Affûté.** Coupe-ongles pédicure, Vitry, 4,46 €. **Duo.** Polissoirs, Mavala, 16,10 € les 2.

ISTOCK/GETTY IMAGES; ZOMOSTINA; THIERRY LEGAY

Les chaussettes exfoliantes

Enfilez ces socquettes masques et gardez-les 1 h. Elles distillent des actifs (acides glycolique et lactique, urée, agents hydratants...) qui éliminent les callosités et apaisent l'épiderme. Trois jours plus tard, vous commencez à peler. Encore quelques jours, et vos pieds sont lisses et doux. À effectuer 15 jours avant de les dévoiler, puis tous les 3 mois.

Xérial Peel, SVR, 19,90 € (1). **Peeling Foot Mask, Oh K! chez Monoprix, 7,99 €.**



2 On hydrate

Pas la peine de se débarrasser des cellules mortes si c'est pour que dans un mois, ça ne se voie plus du tout! Comme les pieds sont l'une des zones les plus sèches du corps, on hydrate... et on en profite pour un petit massage : détente garantie, surtout si Chéri(e) s'en charge!

C'est nouveau, et c'est bio!

MARLAY



Crème réparatrice pour les pieds et les mains, MARLAY, 75 ml, 11,90 €
En vente sur www.marlaycosmetics.com.

dans les boutiques bio et pharmacies

SVR

XÉRIAL 30
CRÈME PIEDS

Crème pieds Xérial 30, SVR, 50 ml, 8,35 €
En vente sur www.labo-svr.com



Baume pieds secs - talons fendillés, APIVITA, 150 ml, 12,50 €
En vente sur www.apivita-cosmetiques.fr



Crème pieds peaux sèches, L'OCCITANE, 150 ml, 23 €
En vente sur www.loccitane.fr



Baume réparateur pour les pieds, GRAINE DE PASTEL, 60 ml, 14,90 €
En vente sur www.grainedepastel.com

Lime en verre, KIKO, 2,50 €

3 On s'occupe des ongles

Pour les pieds, pas question d'avoir des ongles longs : il faut donc les tailler avec un coupe-ongles. Attention, il est préférable de ne pas les arrondir pour éviter les ongles incarnés. Puis on achève leur préparation en limant la surface pour la rendre parfaitement lisse, et leur extrémité si elle est cassante. S'ils sont abîmés, on utilise une crème nourrissante... et on n'oublie pas la lime en verre!



Nailactan, MAVALA, 15 ml, 18,05 €

Il ne reste plus qu'à les vernir! Pour les pieds, nous, on préfère rester sobres : une base, du vernis, un top coat. Voilà-voilà... Où sont nos nu-pieds?

2 en 1 base + top coat, AVRIL, 3 €
En vente sur www.avril-beaute.fr



Vernis à ongles longue tenue, GLAM'UP, 10,50 ml, 2 €
En vente sur www.glamup.fr



OOPS
28 avril / 11 mai

138 752 ex

DES MAINS

S & CALLOSITÉS
ESSENTIELLES

- 8.4 fl.oz

AGENDA

Dans le Bocage, le Clic Est Vendée organise une conférence sur le thème "Tous aidants", jeudi 11 mai à Pouzauges. À 18 h, à la salle de l'Échiquier. CONTACT AU 02 51 52 66 74.

Le Clic du Pays de Sainte-Hermine et de L'Hermenault est dissout. Depuis le 1^{er} mai, les habitants du secteur de Sainte-Hermine sont invités à contacter le Clic Repère à Luçon. Tandis que les habitants du secteur de L'Hermenault s'adresseront au Clic des Trois Rivières à Fontenay-le-Comte.

À LUÇON : FORUM DES SERVICES, 14 PLACE DU GÉNÉRAL LECLERC. TÉL. 02 51 28 45 45 OU REPER-AGE.CLIC@WANADOO.FR.

À FONTENAY-LE-COMTE : 46 RUE RABELAIS. TÉL. 02 51 00 53 57 OU CLIC.TROIS-RIVIERES@ORANGE.FR.

À La Roche-sur-Yon, le Clic Entour'âge accueille un groupe d'échange pour les personnes touchées par la maladie de Parkinson (personnes malades et aidants) mercredi 31 mai, animé par l'Équipe d'Appui en Adaptation et Réadaptation (EQUAAR). De 14 h 30 à 16 h 30, à la Maison de quartier du Val-d'Ornay, La Généraudière. INSCRIPTION PRÉALABLE AU 02 51 24 69 81 OU COURRIEL : CLICENTOURAGE@LAROCHESURYON.FR.

À Saligny, mardi 16 mai, une conférence sur la prévention des troubles auditifs est organisée par le Clic Vie et Boulogne en partenariat avec Mutualité Française et le CCAS de Bellevigny. À 14 h 30. SALLE DU QUADRILLE. GRATUIT. INFO AU 02 51 05 46 93.

Lèvres purpurines ou opalines



Avec le printemps arrive la nouvelle collection Printemps-Été de rouges à lèvres Mavala, baptisée **Happy Zen**. Six couleurs qui sont toniques, gaies et pleines d'harmonie positive. Leur formule, enrichie en complexe Proliptm, associe cires, huiles, beurre de karité et aloe vera. Elle adoucit et protège les lèvres du dessèchement. Au choix : Terra Nude, Orange Smoothie, Glowing Violet, Shocking Pink, Nectar Red et Opal Rose. **En pharmacie, parapharmacie, grands magasins. Prix : 15,10 € (bâton de 4,5 g).**

Médecin de garde

Le 116 117 est le nouveau numéro (gratuit) de médecin de garde en Pays de la Loire. Composez-le uniquement aux heures de fermeture des cabinets médicaux tous les soirs après 20 h, le week-end à partir du samedi 12 h et les jours fériés pour : un conseil médical ; être orienté vers un généraliste ou une maison médicale de garde ; une visite à domicile. En cas d'urgence vitale ou de doute sur la gravité de la situation, le 15 reste le numéro à composer. Progressivement, toutes les régions de France pourront s'adresser à ce numéro en dehors des heures d'ouverture des cabinets. Les Pays de la Loire, la Normandie et la Corse sont les premières concernées.

L'éclat des abeilles

Le venin d'abeille, nouveau secret de beauté ? C'est en tout cas l'un des composants des crèmes Éclat Royal d'Abellie. Le venin d'abeille stimule la production naturelle de collagène par l'organisme, en **prévention du vieillissement cutané**. Version jour, la crème lifté la peau et atténue les tâches pigmentaires du visage. Version nuit, elle régénère les cellules de l'épiderme tout en le nourrissant. **En boutiques Famille Mary et sur le site www.abellie.fr. Prix : 39 € (30 ml de la crème Jour ou Nuit) ; 69 € le coffret des deux crèmes Éclat royal.**



Des pieds dorlotés !



Bonne pour les mains, bonne pour les pieds : la nouvelle crème au beurre de karité bio et d'huile d'olive de Marlay **répare les crevasses** souvent douloureuses, parfois inesthétiques que subissent nos talons ou nos paumes. Trois huiles essentielles (menthe poivrée, romarin et eucalyptus) et une eau florale (sauge bio) vont les assainir et leur apporter de la fraîcheur. **En magasins bio, pharmacies et parapharmacies et sur www.marlaycosmetics.com. Prix : 11,90 € (le tube de 75 ml).**

RACINES
mai

14 000 ex

ES MAINS

8 CALLOSITÉS

SENTIELLES

8.4 fl.oz

UNE SÉLECTION DE SOINS

DES PIEDS AU TOP POUR CET ÉTÉ

Avec l'arrivée des beaux jours, les femmes vont exhiber leurs pieds, lesquels ont souvent été maltraités pendant l'hiver avec des chaussures fermées. Des solutions existent pour prendre soin d'eux et les préparer à la pose d'un vernis coloré.

1. L'astuce naturelle

Cette solution à la chéldoïne bio, mêlée à des eaux florales de sauge et de menthe, aide à dissoudre les peaux mortes. Une fois toutes les deux semaines, il suffit d'en diluer deux à trois bouchons dans de l'eau tiède pour un bain de pieds (15 min) ou de l'appliquer directement sur les zones à traiter, à l'aide d'un coton.

Lotion à la chéldoïne bio, Marlay, 29 € le flacon de 250 ml.

2. La solution glacée

Les pieds apprécieront ce gel glacé d'Yves

Rocher à la lavande et à la menthe poivrée. Il est recommandé après le «gommage pieds lisses» de la même marque et en prévention d'une journée en position debout ou statique.

Gel glacé anti-fatigue, Yves Rocher, 5,90 € le tube de 50 ml.

3. La crème anti-transpirante

Grâce à des extraits de racine de myrrhe et à des huiles essentielles, la crème sani-pieds de Weleda délassé et procure une sensation de fraîcheur. Idéale en cas de transpiration excessive. À utiliser chaque jour après la douche et le bain.

Crème sani-pieds, Weleda, 10,40 € le tube de 75 ml.



© PHOTOS: T. LEGAY, YVES ROCHER, WELEDA

UN PARFUM ESTIVAL

Ce parfum féminin sera comme un avant-goût des vacances qui se profilent dans quelques semaines. Courrèges dévoile La fille de l'air monoï, qui mêle des senteurs de fleur d'orange et de vanille. Quelques pulvérisations suffisent pour envelopper son corps d'une note solaire. La fille de l'air monoï, Courrèges, à partir de 71 € le flacon de 50 ml.

DES SENTEURS COLORÉES

Rouge, bleu et jaune. Ces trois couleurs primaires, tant appréciées par le créateur Jean-Charles de Castelbajac, se retrouvent sur le flacon de sa nouvelle fragrance, Beautiful Day. Un parfum qui renferme des notes d'amande verte, de fleur d'orange, de vanille et de musc. Beautiful Day, Jean-Charles de Castelbajac, à partir de 39,99 € le 30 ml. En vente en exclusivité chez Marionnaud.

POUR ELLE

© DR

POUR LUI

© DR

Le bon plan du jour

LA LEÇON DE MAQUILLAGE



© GETTY IMAGES/ART © Bobbi Brown propose des cours gratuits.

Un «smoky-eyes» parfaitement réalisé pour un regard de biche, un fond de teint adapté à son type de peau, des sourcils dessinés ou des cernes estompés... Pour un maquillage sans fausse note, les femmes doivent

suivre différentes étapes à la lettre et choisir les meilleurs produits en fonction de la forme de leur visage ou de la couleur de leurs yeux. Afin d'aider chacune d'entre elles dans cet exercice, Bobbi Brown propose des cours de maquillage gratuits d'une durée allant d'une vingtaine de minutes à une heure et demie. Il suffit de se rendre sur le site de la marque, de sélectionner un point de vente en France, puis de cliquer sur une leçon en particulier. La cliente n'aura plus qu'à réserver son rendez-vous dans une boutique et aller à la rencontre de maquilleurs professionnels. Ces derniers expliqueront les techniques puis passeront à la pratique, avant de laisser leurs élèves voler de leurs propres ailes. • bobbirowncosmetics.fr

En bref

LES CALORIES BRÛLÉES GRÂCE AU PILOXING

Disponible dans les salles de sport Keep Cool, contre un abonnement mensuel à partir de 29,99 €/mois (frais d'inscription en sus), le piloxing est une pratique sportive qui allie exercices de Pilates, boxe et danse. Le corps est remodelé et les muscles rapidement redessinés. keepcool.fr

L'HYPNOSE COMME ALLIÉ POUR MAIGRIR

Dans *Mincir et rester mince grâce à l'hypnose*, la psychotérapeute Sylvie Tenenbaum détaille cette technique qui, selon elle, permet de perdre du poids durablement. Cette spécialiste dévoile également le témoignage d'anciens patients qui racontent leurs expériences. Ed. Eyrolles, 14,90 €.

LES BIENFAITS DE...

La fraise

Ses origines

Beaucoup proviennent d'Amérique du Nord et du Sud. L'ingénieur et explorateur Amédée-François Frézier a rapporté en France la variété «blanche du Chili», au XVIII^e siècle.

Ses vertus

Composée à 90 % d'eau et pauvre en sucre, la fraise est peu calorique, diurétique et dépurative. Elle aide à éliminer les graisses.

Son utilisation

Pour se débarrasser des peaux mortes, écraser quelques fraises pour obtenir une purée et l'appliquer en masque sur le visage.



© PHOTODISC/SPA

CNEWS MATIN

5 mai

914 322 ex

DES MAINS

S & CALLOSITÉS

ESSENTIELLES

- 8.4 fl.oz



2 **LE GESTE DES BEAUX JOURS** Testez le vernis semi-permanent. Encore coûteux il y a quelques temps, il est possible aujourd'hui de le réaliser soi-même sans passer par la case institut de beauté. Il existe des kits très abordables disponibles en grande surface. Faites la chasse aux cuticules car elles peuvent empêcher le vernis de bien adhérer à l'ongle et du coup le rendre friable sur les côtés.



AU PRINTEMPS, ON SE MET AUX JUS AVEC LES EXTRACTEURS CARBEL

Afin que chacun puisse profiter des bienfaits des jus de fruits et de légumes, l'extracteur CGX-002 trouvera facilement sa place dans toutes les cuisines. Grâce à sa vitesse de rotation Ultra-lente (33 tr/min) et à tous ses accessoires (inclus), vous pourrez préparer vous-mêmes vos jus de fruits, légumes, herbes, vos laits végétaux, smoothies et sorbets, tout en préservant 100% des vitamines, enzymes et minéraux. Avec une garantie de 10 ans sur le moteur, c'est l'investissement santé du printemps et dont on profite toute l'année!

Disponible sur www.extracteur-de-jus.eu



TOUT COMMENCE À

60
ANS

IL ÉTAIT UNE FOIS...LIMA



Lima est née en 1957, une époque où rares étaient les personnes qui s'interrogeaient sur les aliments présents dans leurs assiettes. Il a fallu qu'un homme passionné se lie d'amitié avec un Japonais et approfondisse ainsi le domaine de l'alimentation naturelle contribuant au bien-être de chacun. C'est ainsi qu'est née il y a 60 ans Lima, dont le nom est un hommage à l'épouse de Georges, Lima Ohsawa. Lima aujourd'hui respecte les préceptes nutritionnels de ses débuts à travers des produits bio, Vegan et savoureux. www.limafood.com



Libre d'être végétarien
végétalien, flexitarien
ou juste rien.

NATURALIA
Soyez libre d'être nature

LA CAMPAGNE NATURALIA « SOYEZ LIBRE D'ÊTRE NATURE » FAIT SOUFFLER UN VENT DE LIBERTÉ SUR L'UNIVERS DE LA BIO

Naturalia a misé sur le bio voilà 44 ans, bien avant que ce mode de consommation responsable ne devienne tendance. Engagée dans le bien-être de ses clients et dans la préservation de l'environnement, l'enseigne a bâti ses fondamentaux sur le bio, loin des clichés et des idées reçues. C'est donc tout naturellement que Naturalia a adopté sa nouvelle signature « Soyez libre d'être nature » revendiquant ainsi son anticonformisme et son refus de stéréotyper les inconditionnels, et moins inconditionnels, du bio. Signature que l'enseigne accompagne d'une vaste campagne de communication plaçant les clients au cœur de ses préoccupations. Naturalia c'est également une offre de plus de 9 000 produits bio et nature qui s'adaptent à tous les goûts.



L'EFFICACITÉ MARLAY, LA CERTIFICATION BIO EN PLUS !

Marlay parvient à allier efficacité et naturalité avec la version bio de sa Lotion à la Chélideine. Une lotion qui conserve les ingrédients ayant fait sa réputation tout en bannissant les colorants. A la clé une formule à base de Chélideine bio pour venir à bout des peaux mortes, eaux florales de Sauge bio et de Menthe bio pour une touche rafraîchissante et huiles essentielles d'Eucalyptus et de Romarin aux vertus purifiantes, pour des résultats spectaculaires en toute douceur. Le principe est toujours le même : une fois tous les 15 jours en traitement d'attaque, puis uniquement une fois par mois pour entretenir le résultat.

VIVRE BIO
mai / juin

90 000 ex

DES MAINS

8 CALLOSITÉS

ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

News santé

On se fait du bien pour les beaux jours !

UNE PEAU DE BÉBÉ

Stop aux limes, râpes et crèmes qui n'adoucisent que provisoirement. Pour retrouver vos pieds de bébé, d'autres solutions à long terme existent. Une application par mois de la lotion bio Marlay devrait suffire pour enlever vos peaux mortes. Composée d'eau florale de sauge et de menthe bio, sans colorant, elle rendra vos pieds doux et en bonne santé. De quoi se refaire une petite beauté avant l'été !

Lotion bio Marlay, flacon 250 ml, 29 €



ON Y VA !

En course à pied, la santé de vos petits petons est plus que jamais importante. Ainsi, à l'occasion de la 15^e édition de la journée pour la santé du pied le 8 juin prochain, des centaines de podologues prodigueront des bilans et conseils gratuitement. Une journée de dépistage et de prévention pour tous. Amis sportifs, on y court !

> sante-du-pied.org



NOUVELLE SAVEUR

La boisson Effort de Ergysport dispose dorénavant d'un nouveau goût ! Ses qualités d'origine - hydratante, énergétique, performante - sont toujours présentes, une seule nouveauté, la saveur menthe vient s'installer en plus de pêche et orange... Pour des boissons toujours plus fraîches !

Effort saveur menthe, Ergysport, 16 € le pot de 450 g et 12.50 € l'étui de 6 sticks de 30 g

ON EN PARLE

On en sait plus sur la kinésithérapie, cette discipline récente qui agit sur la tonicité musculaire pour dénouer les blocages énergétiques. La profession serait ainsi largement féminisée (82 %), et nombreux sont les praticiens qui cumulent avec une autre activité professionnelle (46 %), que ce soit à domicile. La clientèle, composée à 70 % d'adultes, consulte surtout pour des problèmes de stress, fatigue, sommeil, et douleurs en tout genre. Et vous, vous avez déjà testé ?



ON CRAQUE

L'été arrive, et l'heure de l'apéro avec ! Aux traditionnelles chips grasses, préférez les chips bleues et rouges au colorant naturel en provenance directe du Pérou. Des produits issus du commerce équitable et de l'agriculture biologique. Les variétés anciennes associées aux mélanges exotiques vous feront apprécier ces moments au soleil !...

Chips pomme de terre bleues et rouges, Ethiquable, 2,99 € les 100 g



S MAINS

CALLOSITÉS

ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

PROGRAMME DE CHAMPIONS

L'électrostimulation intégrale Miha Bodytec propose désormais un programme spécifique aux runners. Si vous manquez de temps mais que vous êtes préoccupé par vos performances, ces séances de 20 minutes devraient vous intéresser. Entraînements courts mais intenses, ils permettent de gagner en puissance, endurance et rapidité. Quant on sait que des coureurs tels que Christine Arron et Usain Bolt l'intègrent à leur préparation physique... En centre, à partir de 45 € la séance, 350 € les 10 séances ; à domicile, à partir de 80 € la séance

Pour la beauté **de vos pieds**

La lotion à chélideoine bio de Marlay dissout délicatement toutes les peaux mortes. La formule contient également des eaux florales de sauge et de menthe pour rafraîchir et des huiles essentielles d'eucalyptus et de romarin pour purifier. Utilisée en bain de pieds ou en application, elle est très efficace sur les cors ou les durillons et peut également agir sur les cuticules des ongles de mains (29 euros le flacon de 250 ml, en boutiques bio et pharmacies et sur www.marlaycosmetics.com).



MIEUX POUR MOI
avril / juin

90 000 ex

AY

à la
chélideoine

& BEAUTÉ DES MAINS



LES. CORS & CALLOSITÉS

HUILES ESSENTIELLES

50 ml - 8.4 fl.oz

Le meilleur des spas chez moi!

Offrez-vous une pause détente et une multitude de bienfaits pour la peau et le corps avec des rituels inspirés des meilleurs instituts. Par Céline Mollet



FEMME ACTUELLE
6 / 14 mai

647 702 ex

1

Les serviettes chaudes, pour détendre les pieds

Pour décontracter et réchauffer vos pieds avant un massage, imbibez d'eau chaude additionnée de quelques gouttes d'huile essentielle de gingembre de petites serviettes en éponge. Enveloppez-y vos pieds pendant 10 min et effectuez plusieurs pressions sur la voûte plantaire pour soulager les tensions. Une fois les serviettes enlevées, appliquez une crème ou une huile hydratante pour les pieds, et réalisez un massage sur la voûte plantaire, les orteils, les malléoles et les mollets. Terminez en étirant les orteils un à un, avec le pouce et l'index.



NOTRE CHOIX
Riche. Crème Réparatrice Bio, Marlay, 11,90 € (1).
Pure. Huile Essentielle de Gingembre Bio, Aroma-Zone, 5 ml, 4,90 € (2).

2

Le Pilates facial pour remodeler les traits

Ces lissages, pétrissages et mouvements de stretching aident à rendre les traits et à relaxer les muscles. Après avoir appliqué votre crème de jour ou de nuit, ou une huile, exercez des pressions liftantes assez fermes sur le visage, comme pour étirer la peau jusqu'aux oreilles. Travaillez le contour des yeux avec le majeur, toujours par pressions, du coin interne jusqu'à la tête du sourcil, puis continuez jusqu'à la tempe et terminez sur l'os de la pommette. Poursuivez ensuite sous l'œil pour rejoindre le coin interne.



NOTRE CHOIX
Léger. Sérum Huile Illuminateur, Darphin, 59 €.

ISTOCK/GETTY IMAGES (6)



< Les conseils beauté

Les 10 produits bio coups de coeur de la rédac'

info

photos

En matière de beauté, les cosmétiques bio gagnent de plus en plus de terrain et séduisent de nombreuses beautistas, soucieuses de savoir ce qu'elles appliquent sur leur minois comme sur leur corps. La rédaction vous dévoile son top 10 du moment, entre savon à saupoudrer pour les mains et le corps, masque capillaire réparateur ou encore savon noir en tube.



© DR, Marlay

Une lotion pour dire adieu aux callosités

La beauté passe aussi par les pieds ! Et ça, Marlay l'a bien compris grâce à cette lotion bio au coeur de laquelle on retrouve de la chélideine - plante utilisée notamment pour éliminer les verrues. Pas l'ombre d'un colorant en vue, mais un mélange d'huiles essentielles de *d'eucalyptus* et de *romarin*, sans oublier la présence des eaux florales de *sauge* et de *menthe*. À utiliser en traitement d'attaque tous les 15 jours, pour éliminer les peaux mortes et autres durillons, puis une fois par mois pour entretenir.

Lotion bio à la chélideine - Marlay - 29 euros, le flacon de 250ml.

Justine Fiordelli

9/10

FEMMES.ORANGE.FR

Mise en ligne le 27 mars

NC

S MAINS

CALLOSITÉS

ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

Le pied avec Marlay!

La lotion Marlay est un remède simple qui permet d'éliminer en douceur la corne, les callosités et les cuticules qui se forment sur nos pieds. L'ingrédient phare est l'extrait de chélideoine, plus connu pour son action contre les verrues. Il est associé à des eaux florales (sauge et menthe) et aux huiles essentielles d'eucalyptus globuleux et de romarin officinal. On utilise cette lotion en bain de pieds ou en imbibant directement les parties concernées à l'aide de fines couches de coton.

À essayer aussi sur les cors, durillons et autres yeux-de-perdrix.

www.marlaycosmetics.com,
tél.: 01 71 11 99 07



Soin purifiant

L'entreprise française H₂O at Home, très engagée dans l'écologie, propose un roll-on bien pratique à avoir toujours sur soi: il permet de traiter rapidement les petites lésions cutanées telles que les imperfections (en particulier les boutons), les piqûres, les égratignures et les brûlures. Sa formule purifiante et réparatrice associe sept huiles essentielles, notamment la lavande fine, le citron et la sauge officinale.

www.h2o-at-home.com,
tél.: 03 20 90 98 98



Du miel et rien d'autre

Voilà un produit simplissime d'Aristée, capable de traiter des plaies aiguës telles que brûlures aux premier et second degrés, escarres, ongles incarnés, crevasses d'allaitement (rincer avant l'allaitement à cause des risques d'allergie du bébé), etc. Il associe trois miels (sarrasin, sapin et thym), aux puissantes vertus antibactériennes et cicatrisantes. Aucun autre ingrédient n'est ajouté. Recouvert d'un pansement occlusif, il génère un environnement humide favorable à la réparation tissulaire. Il n'adhère pas à la plaie, d'où un renouvellement sans douleur des pansements. *En pharmacie*



On a testé...

Des jambes sans cellulite

La cellulite est constituée de petits amas graisseux qui s'accumulent sous la peau et lui donnent cet aspect de peau d'orange. C'est pour déloger ces cellules graisseuses que le gel Aromaslim a été conçu. Les huiles essentielles contiennent en effet des molécules lipolytiques, comme celle de romarin à camphre et celle du cèdre de l'Atlas. Le gel contient aussi des molécules stimulant la circulation sanguine, issues du citron et du katrofay. Normal, donc, que l'application du gel anti-cellulite de Pranarôm se traduise par de minuscules picotements qui donnent la sensation d'une action en profondeur. Celle-ci est amplifiée par un système de massage à trois billes à utiliser en friction circulaire. Insistez particulièrement sur les endroits douloureux: c'est là que la cellulite est le plus enkystée. En parallèle, pensez à boire du thé vert et à manger des légumes minceur (lire aussi p. 44) et activez-vous physiquement, par exemple en marchant d'un bon rythme. *En pharmacie et sur sites spécialisés*



Un champignon tonifiant

Le Cordyceps (*Cordyceps sinensis*) est un champignon originaire du Tibet. Les médecines traditionnelles chinoises et tibétaines le considèrent comme un tonique général. Rare, il est à réserver aux personnes en convalescence, atteintes de fatigue chronique ou qui ont besoin de renforcer leur système immunitaire. Ce champignon à la forme étrange (il pousse à l'intérieur d'une chenille) est aussi connu comme aphrodisiaque, des études chinoises portant sur des hommes et des femmes ont vérifié cet effet tonique sur les fonctions sexuelles déficientes.

En magasins bio, et pharmacies
www.laboratoiresbimont.fr,
tél.: 04 75 00 95 43



...télex

Les yeux sensibles apprécieront l'eau florale de Bleuet Messicole Fleurance Nature aux propriétés apaisantes et décongestionnantes. À utiliser en compresses (lire p. 43) ou pour parfaire le démaquillage. www.fleurancenature.fr, tél.: 05 62 06 14 48

L'huile végétale vierge de chanvre bio Florame est particulièrement adaptée aux peaux fragiles ou mures, qu'elle protège et régénère. À essayer aussi sur les engelures et les gerçures. *En magasin bio.*

Les Savons artisanaux de Saint Victor sont doux pour la peau. Fabriqués en Provence, ils perpétuent le savoir-faire marseillais. La gamme de savons aux huiles essentielles se décline en plusieurs parfums: lavande, thym et orange amère. www.les-savons-saintvictor.com, tél.: 04 91 81 53 68

Composée d'extraits d'algues brunes, la Crème sublime d'Altearah est adaptée à tous les types de peaux. Elle ne se contente pas de les nourrir, mais les aide à se réparer par elles-mêmes. www.altearah.com, tél.: 04 66 04 07 07

PLANTES & SANTÉ
mai

34 576 ex

S MAINS

CALLOSITÉS

ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

PIEDS SECS ET FATIGUÉS? HYDRATEZ!

Souvent sollicitée, cette partie du corps est parfois négligée. Offrez à vos pieds un soin hydratant et délassant, ils s'afficheront sans complexe!

MONIQUE FORT



STYLING: ESTHER ROYER

MODE D'EMPLOI

N'attendez pas d'avoir les pieds secs pour appliquer un soin. Pour le faire pénétrer, faites un massage sur l'ensemble du pied et des ongles en insistant sur les zones les plus sèches. Vous pouvez aussi mettre la crème en couche épaisse sous des chaussettes en guise de masque régénérant à laisser agir toute la nuit.



NOTRE SÉLECTION BEAUX JOURS

1 CRÈME NUTRI-RÉPARATRICE AKILEÏNE 8,50 € les 50 ml. Sa formule associe karité, huile de macadamia et glycérine naturelle ainsi qu'un complexe anti-âge qui vient à bout des rugosités des pieds matures. **Les plus** C'est une crème très nourrissante, à la texture et au parfum très agréables. La présence d'arnica et de marron d'Inde améliore la circulation sanguine. **Les moins** Son packaging fait un peu produit pharmaceutique.

2 CRÈME RÉPARATRICE BIO CATTIER 8,40 € les 75 ml. Fondant et non gras, ce soin nourrit intensément avec des extraits de jojoba, de karité et de géranium. Il favorise le renouvellement cellulaire pour une peau souple et confortable.

Les plus Elle assure une très bonne hydratation. Son parfum est discret et élégant. L'extrait d'hamamélis apaise. **Les moins** Elle réclame un léger massage pour pénétrer plus rapidement.

3 CRÈME RÉPARATRICE BIO PIEDS & MAINS MARLAY 11,90 € les 75 ml. Ultra-nourrissante, elle répare, apaise et cicatrise les éventuelles crevasses avec l'aloë vera. **Les plus** Sa richesse en huiles essentielles, sa nouvelle version bio. Sa texture est hydratante sans effet collant. **Les moins** Le parfum mentholé et camphré.

4 CRÈME 5-EN-1 POUR LES PIEDS KNEIPP 10,55 € les 75 ml. L'huile de carthame nourrit intensément, l'huile d'avocat régénère tandis que ses extraits végétaux renforcent l'épiderme.

Les plus L'absence de conservateur, d'huiles minérales, de colorant et de silicone. Sa texture riche et veloutée procure une sensation de bien-être. **Les moins** Son parfum assez marqué.

5 SOIN RÉPARATEUR INTENSIF PIEDS D'PIERRE RICAUD 12,90 € les 30 ml. Concentré en urée (10 %) et enrichi en glycérine, il hydrate intensément, régule la formation de corne et répare les talons fendillés. **Les plus** Sa texture gel est fraîche et pénètre facilement. Elle laisse la peau douce et veloutée. Son embout canule permet une application précise sur les zones concernées. **Les moins** L'absence de parfum. Un tube plus généreux serait le bienvenu.

NOTRE TEMPS
juin

758 059 ex

INS

LOSITÉS
IELLES

4 fl.oz

LA STYLE LIST

OBJETS DU DÉSIR À PORTÉE DE MAIN



QUELQUE CHOSE EN TOI DE MICHIGAN

Et surtout des grosses fleurs.

Robe chemise à fleurs Michigan en coton.

Newlily, 126 €,

newlilyparis.com



POUR QUI SONNE LA GLACE

Pour celle qui boit.

Set de deux verres Sorbet Nougat.

Fleux, 14,90 €,

fleux.com



SOYEUSE-EN ASSURÉE

Votre peau sera apaisée

Brume soyeuse pour le corps.

Kenzo, 35 €,

kenzoworld.com



QUI VEUT SA DOSE DE LCD?

Vos oreilles vont halluciner.

Single *Call the police/American Dream*.

LCD Soundsystem, 2,58 €,

itunes.apple.com



JE ME LÈVRE ET J'ETE BOUSCULE

Un coup de boost sur la bouche.

Embellisseur Lèvres Éclat Minute Juicy Mandarin.

Clarins, 17,80 € en édition limitée,

clarins.com



JADE OR, JADE AIR

Je dirais même plus, jade mire.

Boucles d'oreilles Jade en or jaune.

Monsieur Paris, 490 €,

monsieur-paris.com



MARLEY ET MOI

C'est l'amour fou.

Lotion à la chéldoine pour les mains et les pieds.

Marlay, 25 €,

marlaycosmetics.com



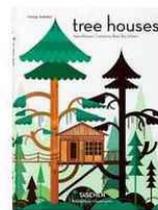
GEOX TROUVE-TOUT

Surtout quand il s'agit de prendre son pied.

Chaussures en cuir.

Geox, 100 €,

zalando.fr



TREE SÉLECTIF

Choisir le bon arbre pour bien se percher.

Livre *Tree Houses, Maisons dans les arbres*.

éd. Taschen, 49,99 €,

taschen.com

STYLIST

18 / 24 mai

403 828 ex

S MAINS

CALLOSITÉS

SENTIELLES

8.4 fl.oz

**TRUC DE
GRAND-MÈRE**

Pour voir la vie en rose

Pour redonner de l'éclat à votre visage, préparez un masque à base d'argile rose et d'hibiscus.

La première, mélange d'argile illite rouge et de montmorillonite blanche, a un effet tonifiant.

Le second, très riche en composés antioxydants, restitue de l'éclat aux teints ternes. Dans un bol,

mélangez 1 cuill. à soupe d'argile rose, 1 cuill. à soupe de poudre de fleurs d'hibiscus et 1 cuill. à café de poudre de curcuma. Ajoutez 1 cuill.

à soupe de yaourt nature non brassé. Mélangez soigneusement le tout afin de former une préparation homogène, pas trop liquide.

Appliquez ce masque sur votre visage et laissez-le 15 min avant de rincer à l'eau claire. Passez ensuite

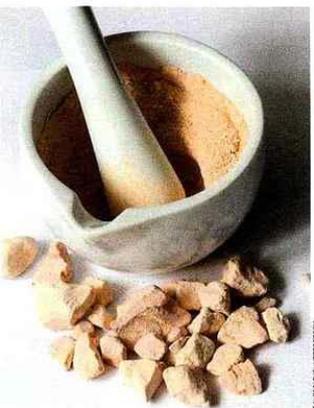
une eau florale de rose.



VALADON/SHUTTERSTOCK

L'ANANAS fait bonne mine

Pour redonner de l'éclat au teint, confectionnez un masque à la pulpe d'ananas, aux propriétés exfoliantes. À défaut, utilisez des fruits et légumes riches en caroténoïdes dans une lotion composée à parts égales de jus de carotte et d'orange. Autre possibilité : appliquez sur la peau un sérum de 2 ou 3 gouttes d'huile végétale de carotte, de tomate ou d'argousier.



S.M. ZECHE/SHUTTERSTOCK

Rustica vous conseille

SOVERAINE

La gelée royale, associée aux huiles végétales, revitalise peau et cheveux.

Apicia. Huile sèche, 100 ml, 30 € env.



DU BON PIED

De la sauge et de la chéldoine pour traiter les zones calleuses des pieds.

Marlay. Lotion, 250 ml, 25 € env.



TOUT LÉGER

Un gel anticellulite avec des huiles essentielles aux propriétés lipolytiques.

Pranárom. Aromaslim, 200 ml, 30 € env.

RUSTICA HEBDO

19 / 25 mai

179 596 ex

DES MAINS

8 CALLOSITÉS

ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

surfaces chaudes en général. En hiver, il faudra a contrario les protéger du froid. Dans un cas comme dans l'autre, il est également déconseillé d'avoir recours à des bouillottes chaudes, des couvertures électriques ou des poches de glaces pour réguler la température de ses pieds.

- On les lave en douceur

Les pieds doivent être lavés à l'eau tiède avec un savon pH neutre ou doux pour qu'ils conservent leur fermeté et une température normale. Et si vous voulez faire un bain de pieds, n'excédez pas les 10 minutes et séchez-les bien après.

- On hydrate

La peau de vos pieds doit être hydratée et assez douce et ni trop humide, ni trop sèche. Il existe dans le commerce une multitude de soins hydratants qui répondront à vos attentes.

- On soigne ses ongles

Les ongles de vos pieds doivent aussi être irrapprochables. Il est conseillé de les limer plutôt que de les couper. Un geste à répéter une fois par semaine ou plus souvent si c'est nécessaire. Le mieux est de le tailler en ligne droite et donner une forme avec la lime afin d'éviter les ongles incarnés. Prenez également le temps d'observer la couleur et la texture de vos ongles pour vous rendre compte d'un éventuel problème. Pensez aussi à ne jamais prêter votre matériel de pédicure. Pour les plus coquettes, laissez au moins deux semaines entre deux poses de vernis pour permettre à vos ongles de respirer. Il faut toujours mettre une base de vernis protectrice avant la couleur pour protéger l'ongle. Enfin, choisissez un dissolvant doux sans acétone beaucoup moins agressif pour la kératine.

- On choisit intelligemment ses chaussures

De manière générale, il faut que vous vous sentiez bien dans vos chaussures. Elles ne doivent être ni trop serrées, ni trop grandes. Lorsque ces dernières sont nouvelles, ne les portez pas trop souvent au début pour que vous vous y habituiez progressivement.

- On bannit les produits irritants

Certains produits irritants comme l'alcool, l'eau salée, les lames de rasoir, l'iode ou les coricides peuvent causer bien des problèmes. Pensez donc à les éviter, si vous le pouvez, pour la santé de vos pieds.

- On les surveille à la loupe

Il faut regarder régulièrement ses pieds. Cette observation vous permettra de voir l'éventuelle présence de plaies, de

coups, de durillons, d'irritations, d'ampoules ou de parties enflées ou rougies. Si vous vous rendez-compte rapidement d'un de ces maux, il vous sera plus facile d'y remédier pour rendre à vos pieds leur consistance ferme et naturelle.

- On marche

Bien évidemment bien chaussée, faites tous les jours une promenade tranquille d'une durée de 45 minutes à une heure. Pour faire travailler vos pieds si vous n'avez pas le temps de beaucoup marcher, élevez les jambes et les chevilles et faites-les redescendre lentement. Pratiquez cet exercice pendant 5 minutes, deux ou trois fois par jour. En dehors de la marche, ou si vous n'en faites pas, il est aussi très utile et fondamental de faire du sport et d'éviter de fumer ou de boire de l'alcool.

- On contrôle son taux de sucre

Des pieds en bonne santé passent aussi par une bonne alimentation. Il est donc recommandé de surveiller son taux de sucre grâce à l'absorption des proportions de sucres et d'amidons appropriées.

- On va voir un spécialiste

Une consultation une fois par an permet de vérifier la bonne santé de ses pieds. Et si vous observez la présence d'une lésion ou d'une marque qui vous paraît anormale, n'hésitez pas à consulter un podologue pour ne pas laisser un éventuel problème s'installer.

Pour chouchouter vos pieds jusqu'au bout, prenez également le temps de les masser. Pour cela, le meilleur des automassages est de faire rouler une balle de tennis sous la voûte plantaire. Les doigts de pieds en éventail, on essaie alors de ne pas perdre le contact avec la balle. Petit à petit, vous vous rendez compte que vos pieds s'assouplissent et deviennent plus agiles. Vous pouvez également faire de temps en temps des bains de pieds. A faire soi-même, préparez le soir une infusion de thé et versez-la dans de l'eau froide. Plongez ensuite vos pieds. Le thé, astringent, sera bénéfique en cas de transpiration. Vous pouvez aussi utiliser des sels de bains en fonction de l'effet recherché. Ne laissez cependant pas tremper trop longtemps vos pieds pour éviter que la peau se déshydrate. Après, veillez à bien les essuyer surtout entre les orteils.

Les petits plus



Gel anti-transpirant Pédi-relax, 10,90€, en vente en pharmacies et parapharmacies.



Râpe électrique Urgo, 33€, en vente en GMS.

Crème de gommage pour les pieds Mavala, 13,35€, en vente en pharmacies, parapharmacies, grands magasins et sur www.mavala.fr



Longue Vie pieds Guinot, 24,50€, en vente dans tous les instituts Guinot.

Masque pieds en tissu Loua, 3,90€, en vente en GMS.



Crème fortifiante pour les ongles Ecrinal, 10,80€, en vente en pharmacies et parapharmacies.



Lotio bio Marlay, 29€, en vente en boutiques bio, pharmacies et sur www.marlaycosmetics.com



CÔTÉ FEMME
juin / août

118 568 ex

MAINS

CALLOSITÉS
ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

COUPER SANS BOBO

Coupe carrée, arrondie, ovale, courte? Veiller surtout à ne pas couper les ongles trop courts, soit en dessous de la ligne blanche. Pour éviter de se blesser et de favoriser un ongle incarné, ne surtout

pas tailler en profondeur dans les coins. Préférer une forme relativement droite très légèrement arrondie sur les côtés en suivant la forme naturelle de l'ongle. Un petit coup de lime, et le tour est joué!

Tea to Tan Summer Edition
Eau de Soleil, By Terry, 38 €.
BB Bronzing Cream 8 en 1,
Bourjois, 14,95 €.

MAQUILLER POUR VAMPER...

Cet été, on fait comme les mannequins pour les photos de mode, on maquille légèrement ses pieds pour les sublimer dans leurs sandales. On cache les petites veinules éventuelles avec, par exemple, un anti-cernes (si, si) ou quelques gouttes d'un fond de teint couvrant. Puis, on les dore avec une crème ou un gel teinté. On peut même les balayer avec un peu de poudre dorée, magique.

SÉCHER SANS DESSÉCHER

Faute de temps et d'attention, la plupart d'entre nous zappent l'étape du séchage. Or, l'humidité résiduelle est la source de problèmes et d'inconfort.

Le dessèchement, les petites coupures entre les orteils, et même, le développement de mycoses. Comment faire? On réserve une serviette très fine à l'usage exclusif des pieds. Et on prend l'habitude de sécher parfaitement, et un à

un, la base des orteils, et de faire glisser la pointe de la serviette entre chacun d'entre eux. Cela chatouille un peu. Pressée? On accélère le séchage avec un peu de talc composé d'argile au fort pouvoir absorbant. Certains sont aussi enrichis en huiles essentielles aux propriétés antibactériennes, donc anti-odeurs comme le thym, voire antitranspirants comme la sauge.

- Talc Bastien Révérence Gonzalez, 34 €.
- Talc Poudre absorbante Akiléine, 9,90 €.
- Poudre absorbante déodorante Cattier, 8,90 €.

HYDRATER DEUX FOIS PAR JOUR

Hydrater et nourrir l'épiderme des pieds naturellement pauvre en glandes sébacées est le seul moyen de les avoir aussi lisses et soyeux que ceux des bébés. Pour cela, il leur faut un soin spécialement dédié, bien plus riche en gras qu'un hydratant pour le corps, capable en fait d'assouplir une peau trente fois plus épaisse que sur le reste du corps. Appliquer le produit le matin et le soir avant le coucher. Pour ne pas oublier, glisser un tube sous l'oreiller.

- Crème pieds secs anti-fissures, Cicabioline, 9,90 €.
- Crème pieds callosités, Neutrogéna, 9,17 €.
- Masque pieds en tissu Lova, Laurence Dumont, 3,90 €.
- Crème pieds Karité, L'Occitane, 25 €.
- Chausson soin idéal pied, Manucurist, 8,90 €.

FAIRE ONGLE NET COMME UNE PRO

Un ongle net, c'est d'abord un bord libre immaculé. Passer un bâtonnet de buis chaque jour avec un peu de savon sous la douche reste le meilleur moyen d'éliminer les saletés, surtout en été lorsqu'on marche sur les trottoirs les pieds dénudés. Une fois par semaine, on en plonge l'extrémité enrobée de coton dans un peu d'eau tiède et quelques gouttes d'eau oxygénée à 10%. C'est aussi un ongle dont la surface est blanche et brillante. Si vous utilisez des vernis à ongles foncés, rappelez-vous que les pigments pénètrent ce plateau de kératine relativement poreuse et finissent par jaunir l'ongle. Pour l'éviter, appliquer toujours une base au préalable, ne pas garder le vernis plus de trois jours de suite, faire des pauses et nourrir quotidiennement avec un soin cuticule.

- Huile de bain délassante pieds, Dr Pierre Ricaud, 9,90 €.
- Lotion à la Chélideine, Marlay, 29 €.
- Bain récupération sportive à l'arnica, Weleda, 12,05 €.

MARIE FRANCE

juillet

116 071 ex



QUELLE TOILETTE pour vos pieds ?

N'attendez pas que vos talons se fendillent. Aux beaux jours, les pieds transpirent davantage et sont soumis à plus de frottements. Du coup, leur peau devient rêche et des callosités se forment. «Pour contrer ces désagréments, il est impératif de les hydrater quotidiennement, car les pieds contiennent peu de glandes sébacées», précise Roseline Bertieux (voir notre shopping). Lavez-les au préalable à l'eau tiède et séchez-les soigneusement pour éviter la prolifération de champignons. «Les excès de corne superficielle peuvent être éliminés avec une râpe à gros grains. Modérez vos ardeurs: il ne faut pas l'utiliser plus d'une fois par semaine, au risque d'accélérer la repousse de la corne et d'obtenir l'effet inverse à celui escompté», conseille la podologue. ●

“L'Union française pour la santé du pied organise à cette occasion des consultations gratuites de podologues (prévention et dépistage gratuits pieds et chaussures). sante-du-pied.org”

proscrire, car leur semelle claque sur le talon. De plus, elles augmentent le risque de tendinites, dans la mesure où les orteils sont contraints de s'accrocher à la chaussure pour maintenir le pied en place. «Les chaussures très ouvertes protègent peu le pied, constate Roseline Bertieux. Elles tendent donc à favoriser le dessèchement de la peau, ainsi que le développement de crevasses et de callosités.»

PIEDS NUS: gare aux verrues

L'été venu, quoi de plus agréable que de libérer ses pieds de leur carcan et de retrouver les sensations naturelles de la marche sur l'herbe ou sur le sable? Mais attention au risque de blessures et de contagion. À

force de marcher pieds nus, des bourgeonnements douloureux peuvent fleurir, notamment sur la plante des pieds. «Ces verrues plantaires résultent d'une contamination directe par un virus présent sur un sol contaminé, explique le docteur Noël Schartz, dermatologue. Si elles ne sont pas trop inconfortantes, inutile de les traiter. Mais lorsqu'elles deviennent gênantes, mieux vaut les éradiquer, surtout celles qui sont situées sur le talon, parce qu'elles endossent toute la pression exercée par le poids du corps.» De nombreux virucides sont vendus en pharmacie sans ordonnance (Urgo Verrues, Objectif ZeroVerrue, etc). En cas de verrue récalcitrante, mieux vaut consulter un dermatologue.



L'éclairage de Marina Carrère d'Encausse

UN PEU D'ANATOMIE...

► Le pied est une structure complexe. Il comprend 26 os reliés par 107 ligaments ainsi que par les tendons d'une vingtaine de petits muscles. Au-dessus du pied, le tibia et le péroné viennent s'articuler au niveau de la cheville, également formée de l'astragale. Cet os repose sur le calcaneum, qui correspond au talon du pied. À l'avant, on trouve les os du tarse et du métatarse, puis les phalanges qui forment les doigts de pieds...

► L'ensemble est recouvert d'une peau plantaire spécialement résistante, plus épaisse que celle du reste du corps, très kératinisée et porteuse de différents capteurs sensitifs.

Pour des pieds en pleine santé



● Enrichi en eau florale de sauge et en huiles essentielles, ce bain de pied purifie et traite les callosités. *Lotio**n** bio à la ché**lido**ine, Marlay, 29 €.*



● Ces coussinets de gel soulagent les douleurs à l'avant du pied et amortissent les pressions. *Urgo dou**l**eurs plantaires, 15,99 €.*



● Ultra-concentrée en urée et en extraits d'abricot, cette crème réparatrice adoucit les pieds secs et craquelés. *Soin hydro-réparateur, Mavala, 13,35 €.*

TÉLÉ STAR
5 / 11 juin

811 383 ex

AS

OSITÉS

ELLES

fl.oz

Santé

Mes pieds, j'en prends soin !

Piétinement, marche, course... Chaque jour, nous exigeons beaucoup de nos pieds, en négligeant souvent leur confort.

Six règles d'or pour les reprendre en main, à l'occasion de la Journée nationale de la santé du pied, le 8 juin*.

Par Sylvia Vaisman



Pour des pieds en pleine santé



• Ces coussinets de gel soulagent les douleurs à l'avant du pied et amortissent les pressions. *Urgo, Douleurs Plantaires, 15,99€.*



• Concentrée en urée et extraits d'abricot, cette crème réparatrice adoucit les pieds secs et craquelés. *Soin hydro-réparateur pour les pieds, Mavala, 13,35€.*



• Enrichi en eau florale de sauge et huiles essentielles, ce bain de pied purifie et traite les callosités. *Lotion bio à la chélidoine, Marlay, 29€.*

1 Talons : pas plus de 4 cm au quotidien

Selon une étude de l'université de Boston, une personne sur quatre souffre de maux de pieds chroniques en raison du port de chaussures inappropriées. Les hauts talons, ennemis jurés des pieds, sont souvent à l'origine de déformations et de douleurs. «Ils ne respectent pas l'anatomie, estime le professeur Bernard Cortet, rhu-

matologue au CHU de Lille. Ils déplacent le centre de gravité du corps vers l'avant, augmentent la pression sur les genoux et abîment ainsi leur cartilage, ce qui favorise l'apparition d'arthrose.» En outre, ils compriment le gros orteil et le dévient vers l'intérieur, d'où le développement d'«oignons» (ou hallux valgus), particulièrement douloureux. Pour les éviter, réservez vos talons vertigineux pour les grandes occa-

TÉLÉ POCHE

5 / 11 juin

399 325 ex

AINS

LOSITÉS

IELLES

4 fl.oz



À L'HEURE D'ÉTÉ Des pieds sexy sous les rayons

LE TEMPS DES TENUES LÉGÈRES EST DE RETOUR POUR VOS PETONS, QUI SE DOIVENT DONC DE FAIRE PEAU NEUVE. TOUR D'HORIZON DES SOINS À LEUR APPORTER.

PAR BÉNÉDICTE FLYE SAINTE MARIE

Vos pieds sont enfin de sortie ! Après des mois passés dans des bottes, baskets et autres chaussures couvrantes, ils s'autorisent désormais à prendre l'air. Mais il faut les chouchouter si vous voulez pouvoir les assumer joliment dans vos sandales. Pour arborer des extrémités impeccables, offrez-leur d'abord un bon bain effectué dans les règles de l'art : immergez-les dans une bassine d'eau chaude, en y ajoutant éventuellement quelques gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée ou d'eucalyptus, du bicarbonate de soude et du gros sel. Laissez tremper au minimum cinq minutes de façon à émollier l'épiderme. Puis éliminez la corne et les callosités en misant sur un exfoliant adapté et en réalisant un gommage par le biais de mouvements circulaires. Au niveau des talons et du dessous des orteils, deux zones qui ont tendance à être particulièrement rêches, vous utiliserez en plus une pierre ponce ou une

râpe. Puis coupez les cuticules sur le pourtour de vos ongles.

SERVICE DE RÉPARATION
Placez ensuite sur vos pieds, en couche épaisse, un baume ultra-riche

et régénérateur. Si vous le désirez fait-maison, mélangez quatre cuillères à soupe d'huile d'olive ou d'argan, une cuillère à soupe de miel et du jus de citron. Recouvrez-les avec une paire de chaussettes fines ou du papier aluminium. Patientez au moins un quart d'heure et enlevez cette protection. Massez avec des gestes profonds jusqu'à faire pénétrer l'excédent du produit. Au quotidien, complétez matin et soir avec une crème hydratante. ■

PAS DE VELOURS

1. Crème réparatrice bio Soins beauté des pieds et des mains **MARLAY**, 11,90 €
2. Crème hydratante et réparatrice pour les pieds **MATHILDE B**, 8 €
3. Râpe électrique Douceur des pieds **URGO**, 33 €
4. Crème de gommage zones rugueuses **PEDIRELAX**, 10,55 €
5. Huile essentielle de menthe poivrée **AROMA-ZONE**, 3,20 €

TÉLÉ MAGAZINE
10 / 16 juin

161 068 ex





|| PAUSE



4/7

Lotion Marlay, 29€
les 250ml

Pharmacie, Para et magasins bio.



QUOI D'NEUF chez les marques ?

**On les a testés et aimés avant tout le monde.
Nos coups de cœur sont aujourd'hui arrivés
dans les points de vente. A vous de jouer !**

Dompteur de crinière

Le shampoing doux et le masque capillaire de cette gamme sont devenus de vraies références en termes de soins certifiés Bio. Formulé avec les garanties de la certification Cosmos, le tout nouvel après-shampoing offre aujourd'hui son pouvoir déperlant et met son efficacité naturelle au service de la brillance des cheveux... évidemment, sans silicones ! Miel, argan, protéines de blé, vinaigre de cidre... sont ses secrets de beauté. On l'adopte ! S.J.

Après-shampoing Être de Mèche Propolia, 150 ml, 10,90 €. www.propolia.com



Mythique !

C'est LE secret de beauté des petons lisses et doux ! On accepte de le partager avec vous à l'occasion de l'avènement de sa version bio ! L'actif phare, la chélidoïne est une plante aux propriétés kératolytiques. Il suffit d'appliquer des cotons imbibés de lotion sur les callosités pour les voir disparaître comme par magie sans provoquer l'effet rebond que l'on obtient avec l'agression d'une râpe par exemple. Ajoutez à la formule des eaux florales et des huiles essentielles pour un vrai moment de détente rafraichissant grâce à quelques gouttes dans un bain de pieds. S.J.

Lotion à la Chélidoïne Marlay, 250 ml, 29 €, en boutiques bio, pharmacies et sur www.marlaycosmetics.com



Plaisir à partager

Des huiles de pépins de raisin, de germes de blé et d'amande douce pour hydrater, adoucir et combler les peaux les plus exigeantes, plus un soupçon d'huiles essentielles de fleurs d'oranger et de camomille romaine pour apaiser. Voilà une formule bien ficelée pour cette huile universelle qui saura prendre soin prendre soin du visage, des cheveux, des ongles, des pieds et des mains de toute la famille ! S.J.

Huile de Soins Antisèche d'Indemne, 100 ml, 24,95 €. En pharmacies et parapharmacies. www.indemne.fr



Place nette !

On a enfin trouvé le démaquillant sous la douche qui tient ses promesses tout en respectant les peaux les plus sensibles. Le maquillage waterproof itou n'oppose aucune résistance à sa formule naturelle à base d'amande douce et de thé blanc. S.J.
Démaquillant sous la douche Laino, 7,90 €, 150 ml.
En pharmacies et parapharmacies.



Cette nuit, partez en vacances !

Haussez le teint avec ce masque autobronzant toute nouvelle génération aux multiples bienfaits. Il se pose le soir avant de se coucher et au matin et au réveil la mine est ensoleillée, la peau ultra hydratée et donc rebondie la avec un effet réel retour de vacances. É. de la M

Bal Masqué des Sorciers, Masque High Tech de Nuit, autobronzant déstressant, Garancia, 22 €, les 50 ml, espaces pharmacies, Sephora, garancia.beauty.com



Bombe anti-âge

80 % des signes du vieillissement de la peau sont dus aux agressions environnementales telles que les rayons UV, la pollution et la fumée. Ce soin agit avec une Protection Triple Action contre la pollution, contre les rayons UVA et UVB, tout en y alliant un DNA Enzyme Complex™ (enzymes purifiés d'extraits de plancton...) pour renforcer les défenses de la peau. Résultat, une peau protégée qui restera plus jeune, plus lisse et éclatante pour longtemps. Le soin expert anti-pollution par excellence ! A-L. G.

Prevage® City Smart Bouclier Hydratant IPS50, Elizabeth Arden, 40 ml, 60 €.



CÔTÉ SANTÉ
juin / juillet

80 000 ex

MAINS

CALLOSITÉS
ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

L'été les pieds dans l'eau

❖ La problématique

Votre passion, c'est la mer, vous ne vous sentez bien qu'entourée d'eau et vous avez prévu des vacances sportives et aquatiques avec, au menu, surf, stand up paddle, kayak, croisière en goélette ? Gare aux glissades et aux blessures liées à cette vie nu-pieds.

❖ La solution SOS

Pour éviter les entorses, les fractures, les blessures et autres piqûres, il est préférable de porter des chaussons aquatiques ou des sandales lors des activités sportives. Les orteils sont si fragiles ! On pense aussi à bien protéger ses pieds des coups de soleil en adoptant une crème solaire avec le bon indice SPF. Le soir, on pense à réhydrater ses pieds, à assouplir la peau des talons avec une crème nourrissante très riche.

le bon shopping



Bluffant ! Ces chaussons sont fabriqués à partir de coquilles d'huîtres



- ▶ Chaussons de surf en huîtres recyclées, **Tribord**, 9,99 € (chez Decathlon)
- ▶ Stick large zones sensibles SPF50+, **Avène**, 12 €
- ▶ Crème réparatrice bio **Marlay**, tube 75 ml, 11,90 €
- ▶ Pansements ampoules extrêmes, **Compeed**, 5,99 €



On adore ! Pour lézarder au bord de l'eau, on adopte les bijoux de pieds.

CONTRE-INDIQUÉ MÊME SI CELA EST BIEN TENTANT, PAS DE RUNS PIEDS NUS SUR LE SABLE CHAUD AFIN DE S'ÉVITER UNE INFLAMMATION DU TENDON D'ACHILLE QUI SERA BIEN HANDICAPANTE À LA RENTRÉE !



TONIC
juillet / août

45 000 ex





J'hydrate en profondeur une crevasse

L'épiderme du pied est naturellement sec car totalement dépourvu de glandes sébacées. L'enfermement dans les chaussures et la transpiration accentuent la déshydratation, l'exposant à des risques de fissures.

Que faire ? Éliminer les peaux mortes avec une râpe, puis appliquer un soin réparateur. En cas de douleurs, un podologue retirera les peaux mortes à la fraise. Au quotidien, appliquer une noisette de crème trois fois par semaine.

J'éradique une mycose

La peau entre deux orteils se fissure et démange ? C'est sans doute une mycose, une maladie due à un champignon. La chaleur, l'humidité et la transpiration favorisent et accélèrent son développement.

Que faire ? Consulter rapidement un dermatologue ou un podologue afin d'éviter qu'elle gagne du terrain. Une crème antifongique à appliquer chaque jour pendant trois à quatre semaines en viendra à bout.

Je soigne un ongle incarné

La peau est tuméfiée et sensible au toucher autour du gros orteil. Un fragment d'ongle, sans doute coupé trop court, a pénétré dans la chair et provoqué cette inflammation.

Que faire ? Consulter un podologue dès les premiers symptômes afin d'éviter l'infection. Le spécialiste extrait la pointe de l'ongle à l'aide d'une pince, nettoie la plaie, et pose une mèche antiseptique et un pansement sur l'orteil. Pour que cela ne se reproduise pas, coupez vos ongles bien droits, en gardant une longueur de 1 à 2 mm pour protéger le bout de l'orteil, puis émoussez légèrement les bords avec une lime. En cas de douleurs, un podologue retirera les peaux mortes à la fraise. Au quotidien, appliquer une noisette de crème trois fois par semaine.

Je panse une plaie

Une plaie ne doit pas être prise à la légère, car elle peut rapidement devenir la porte d'entrée aux infections, surtout en cas de diabète.

Que faire ? Observer ses pieds chaque jour pour repérer et traiter dès que possible une lésion qui, sans soins, peut s'aggraver jusqu'à la gangrène, nécessitant alors une amputation (8 000 par an en France !). Un podologue peut effectuer des soins. L'Assurance maladie prend en charge quatre à six séances par an pour les diabétiques.

Je me débarrasse d'un cors

À la suite de frottements répétés dans la chaussure, la peau s'épaissit. Cette hyperkératose apparaît sur le dessus des orteils, principalement les trois derniers. Elle forme un cône qui s'enfonce en profondeur dans la zone de friction, occasionnant des douleurs.

Que faire ? Une séance suffit au podologue pour retirer de façon indolore la zone dure au bistouri ou à la fraise, une sorte de gomme électrique. Pour éviter les récurrences, il faudra changer de chaussures. Des modèles confortables avec un talon de 3 cm, pas plus, évitent que le poids du corps bascule sur l'avant-pied et accentue la pression sur les orteils.

Notre sélection



Sans effort
Une râpe électrique pour éliminer les callosités disgracieuses. Urigo, 33 €.



Naturelle
À appliquer en bain contre les peaux mortes. Lotion bio Maylay, 250 ml, 29 €.



Hydratante
Crème nourrissante à base d'avocat et d'huile de carthame. Kneipp, 75 ml, 10,55 €.

AINS

LLOSITÉS

RIELLES

4 fl.oz



C'EST CLASSE!

Je veux des beaux pieds nus

Le talon crevassé, le vernis craquelé... Merci, mais non! On part du bon pied avec les conseils de Bastien Gonzalez, virtuose de la pédicure.

Step 1

Mettre la gomme

DIY. Après avoir fait faire trempette à nos pieds pendant 15 à 20 minutes pour ramollir la peau et dilater les pores, on frotte sur les zones sèches, dures et épaisses. Pas de râpe, car elle bosse en 2D (aller-retour) et entretient la corne, mais plutôt un gommage à masser pour zapper les peaux mortes et travailler l'élasticité. **Le matos.** Black Diamond Scrub, Exfoliant Minéral, Révérence de Bastien, 82 € les 200 ml.

Step 2

Crémer généreusement

DIY. Un pied, c'est 20 muscles, 26 os et 107 ligaments. Pour cajoler tout ce beau monde, on masse avec une crème à

base d'eau, qui dope la circulation sanguine, stimule la mobilité articulaire et assure une meilleure absorption des chocs. **Le matos.** Crème Réparatrice bio, Marlay, 11,90 € les 75 ml.

Step 3

Faire place nette

DIY. Pour que les ongles soient impeccables, on s'attaque aux côtés (les sillons) et à la base, au niveau de la lunule (la cuticule). Pas de bâton en bois ni de ciseaux sous peine de provoquer une inflammation : les peaux mortes sont repoussées vers le bord libre avec une vieille brosse à dents électrique, par exemple, juste après le bain, quand la peau est ramollo. Et tous les soirs, c'est massage de l'ongle avec une crème spécifique. **Le matos.** Soins Croissance et Résistance, Ecrinal, 9,15 €.

Step 4

Vernir avec modération

DIY. D'abord, on coupe les ongles au carré, puis on arrondit les angles avec une lime en verre (plus résistante que celle en carton). Pour la laque, même avec pose de base, c'est 3 jours maxi ! Au-delà, le pigment du vernis attaque l'ongle et le fait jaunir. Mais rien n'empêche, une fois qu'on l'a « démaquillé », de recommencer 12 h plus tard...

Le matos. Vernis 445 Coral Crush, Dior, 26,50 €.

Step 5

Faire preuve de talc

DIY. L'astuce à piquer aux athlètes ? Le talc, anti-frottement. Avant d'enfiler ses sandales (à choisir avec une bride à l'arrière pour éviter les claquements), on en applique sur tout le pied, façon chaussette invisible. Pas très glam, mais (aussi) hyper pratique en cas de sudation intempestive. **Le matos.** Talc Antiseptique Sport, Granado au Bon Marché, 6 € les 100 g.

S MAINS

CALLOSITÉS

ESSENTIELLES

8.4 fl.oz

PUBLI-COMMUNIQUÉ

Dès 1 mois,
il booste la qualité
de la pousse
de l'ongle de
112,5%*

Plus d'infos sur www.asepta.com
Rejoignez-nous
sur la page Ecrinal



Retrouvez
ce soin et toute
la gamme Ecrinal
en pharmacie
et parapharmacie.

Mes ongles en XXL !

Cet été, pour être encore plus belle et plus féminine avec des ongles incroyablement longs, forts et éclatants de beauté, j'opte pour **le Soin Croissance & Résistance des Laboratoires Asepta!** Fini les ongles courts, striés ou abîmés, les nailistas ont trouvé leur allié idéal. Ce soin choucou fortifie, protège et accélère la croissance de l'ongle grâce à sa formule sans formaldéhyde, ni toluène, ni paraben et à ses actifs innovants : Silicium, ANP2+*, Lipesters® capryloyl soie serine, Marron d'Inde, Lipopeptide de lupin. Pour profiter de l'été, on s'y met 2 fois par jour en cure de 2 à 3 mois.

*Scorage clinique sur 22 sujets

↳ LAVER

Huile bain et douche, huile d'argan et rose (non bio), Rogé Cavaillès, 7,70 € les 250 ml



↳ CHOUCHOUTER

Masque cheveux nutrition intense, Mademoiselle Bio, 10,90 € les 200 ml



↳ NETTOYER

Mousse nettoyante purifiante, parfum lavande, MuLondon, dispo chez Vegan Mania, 17 € les 150 ml



↳ BROSSER

Brosse cocooning visage, Lady Green, 15,95 €

↳ PRÉVENIR

Stick solaire SPF 50+, Laboratoires de Biarritz, 9,50 €



↳ SUBLIMER

Rouge à lèvres bio, Absolution, 28 €



↳ RÉVÉLER

Masque éclat instantané, Pai Skincare, 40 € les 75 ml



↳ SOIGNER

Crème réparatrice pieds et mains, Marlay, 11,90 € les 75 ml



natural Beauty

UN ESPRIT SAIN DANS UN CORPS SAIN...
ET DANS UNE PEAU SAIN ! PETITE SÉLECTION
QU'ON DEVRAIT TOUJOURS AVOIR DANS
SES PLACARDS, 100 % BIO,
100 % BELLE !
Par Clémence Fruit

↳ RÉPARER

Après-shampooing, Logona, 12,50 € les 200 ml



↳ PROTÉGER

Crème solaire SPF, Lavera, 12,99 € les 50 ml

↳ REHAUSSER

Blush minéral, Lily Lolo, 11,50 €



↳ DÉMAQUILLER

Lait nettoyant visage au calendula, Lulu & Boo, dispo chez Vegan Mania, 25 € les 100 ml



↳ VOYAGER

Huile de coco, Vita Coco, 15 € les 250 ml

↳ PARFUMER

Déodorant à la grenade (label Natrue), Weleda, 9,10 € les 50 ml



↳ NOURRIR

Huile après soleil régénérante, Bioregena, 14,90 € les 100 ml



MAINS

ALLOSITÉS
NTIELLES

3.4 fl.oz

HEALTHY FOOD
juillet / août
40 000 ex



ELLE PRESCRIPTIONS BEAUTÉ
été

400 000 ex

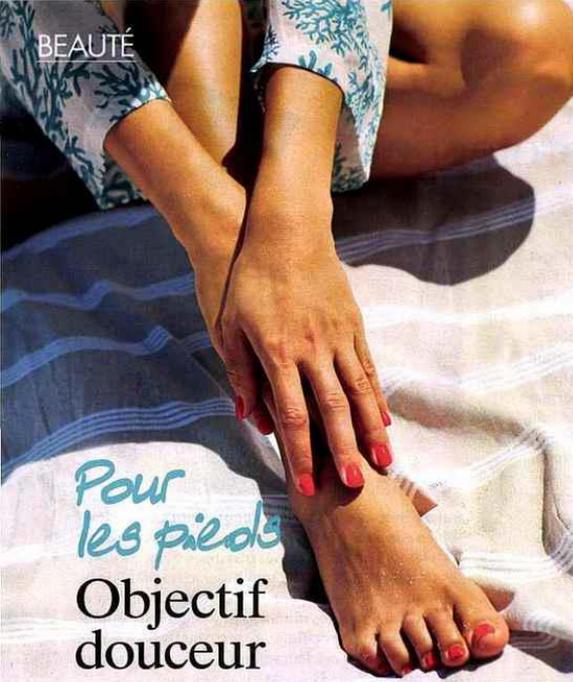
13

1. MENTHE ET MARRON D'INDE. Galet de Bain Effervescent Revitalisant, Pieds et Chevilles Fatigués, Akileïne, 6 galets de 20 g, 9,35 €. **2. MENTHE POIVRÉE.** Huile Essentielle, Le Comptoir Aroma, 10 ml, 6,63 €. **3. ROMARIN.** Huile Essentielle Bio, Naturactive, 10 ml, 5,80 €. **4. LAVANDE VRAIE.** Huile Essentielle, Pranarôm, 10 ml, 8 €. **5. CYPRES ET GERANIUM.** Huile Nutri-Energisante Nutri+, Boosters, Yon-Ka, 15 ml, 47 €. **6. ROSE DE DAMAS.** Spray Sommeil aux Huiles Essentielles, Arko Essentiel, 30 ml, 15,90 €. **7. FLEUR D'ORANGER ET LAVANDE.** Huile de Nuit Détox, Vine Activ, Caudalie, 30 ml, 29,60 €. **8. DISTILLAT DE BLEUET.** Masque Gel Contour des Yeux Rescue, Horme Line, Hormeta, 15 ml, 72 €. **9. CAMOMILLE ET CALENDULA.** Crème aux Plantes Médicinales, Skin Food, Weleda, 30 ml, 8,25 €. **10. ROSE.** Brume Hydratante Légère, Sampar, 75 ml, 15 €. **11. EUCALYPTUS.** Crème Réparatrice Soins des Pieds & Beauté des Mains, Karité Bio & Huiles Essentielles, Marlay, 75 ml, 11,90 €. **12. ORANGE ET THYM.** Fluide Légendaire, Le Soins Aura Mirabilis, Roger & Gallet, 30 ml, 33,50 €. **13. SAUGE SCLARÉE.** Huile Essentielle Bio Phytosun Arômes, 5 ml, 5,95 €. **14. BLEUET BIO.** Essence Botanique Défatigante Yeux & Cils, Aqua Hypnotica, Sanoflore, 75 ml, 16 €.

14

8 CALLOSITÉS
ESSENTIELLES

8.4 fl.oz



Pour les pieds
Objectif douceur

Se faire une peau toute douce

Dépourvue de glandes sébacées qui assurent sa protection, la peau des pieds est sujette à la sécheresse, à la déshydratation et, malheureusement, on ne pense pas toujours à appliquer son soin pour le corps habituel jusqu'au bout des orteils... Offrez alors à vos pieds une cure régénérante sous la forme d'un soin spécifique riche en actifs hautement nutritifs (tels que l'urée, le beurre de karité...). À appliquer quotidiennement pendant trois à quatre semaines pour un effet visible et durable sur les callosités.

1. Crème Réparatrice, Marlay, 11,90 €**. 2. Crème anti-callosités Foot Expert, Hansaplast, 5,99 €*.

Notre conseil

Vous pouvez aussi appliquer ponctuellement ce type de soin sur vos mains si elles sont particulièrement rugueuses.



Retrouver des pieds légers

Difficile, lorsqu'il fait chaud, de ne pas se sentir avec des pieds de plomb, surtout lorsque l'on a beaucoup marché ou piétiné toute la journée ! Le soir, glissez-les dans un bain relaxant en les faisant tremper une dizaine de minutes dans de l'eau fraîche mélangée à un produit délassant à base de menthol ou de camphre, aux propriétés décongestionnantes.

3. Huile de bain délassante pieds, Dr Pierre Ricaud, 9,90 €**. 4. Galets de bain effervescents, Akléine, 9,35 € la boîte de 6**.

Notre conseil

Profitez du moment de votre bain pour masser vos pieds. Placez ainsi vos pouces sur le dessus du pied et les autres doigts sous la voûte plantaire, puis faites-les glisser jusqu'aux orteils en appuyant fermement.



Lisser ses talons

Parce que la peau y est assez épaisse (elle est de l'ordre de 5 mm alors qu'elle n'est que de 0,02 mm au niveau du visage), les talons sont sujets à la corne. La raison : la peau se protège des chocs dus à la marche en augmentant l'épaisseur de sa couche cornée, là où se trouvent les cellules mortes. Pour y remédier, vous pouvez utiliser, une à deux fois par semaine, une pierre ponce ou une râpe après la douche ou le bain, lorsque la peau est bien souple. Désormais, il existe des modèles électriques munis d'une tête rotative qui épouse parfaitement la voûte plantaire pour un résultat rapide et efficace. Mais vous pouvez aussi utiliser l'un des nouveaux masques exfoliants pour les pieds, qui se présentent sous la forme de chaussettes imprégnées d'actifs kératolytiques, afin d'éliminer corne et rugosité pour un véritable effet peau neuve en une seule utilisation.

5. Râpe électrique, Uрго, 33 €**. 6. Masque exfoliant pieds Xérial, SVR, 19,90 €**.



Notre conseil

Méliez-vous des chaussures découpées à l'arrière, comme les tonges ou les claquettes, car le talon a tendance à taper sur la semelle à chaque pas et donc à favoriser la corne. Alternez-les avec des modèles dans lesquels le pied est parfaitement maintenu.

* En grande distribution. ** En pharmacie. *** Site internet. Les prix sont donnés à titre indicatif.

MAXI

10 / 16 juillet

360 025 ex

MAINS

ALLOSITÉS
TIELLES

.4 fl.oz

Beauté estivale



1. Lotion Bio Marlay, Flacon de 250 ml - 29 € - www.marlaycosmetics.com
2. Summer Facial Oil de Mamiel 20 ml - 88 € - en exclusivité sur : Mon Corner B www.moncornerb.com/fr
3. Mini color's collection Color Inspiration Mavala 5 ml - 5,60 € - www.mavala.com
4. Huile de coco mahana infusion de Leahlani 118 ml - 26 € - en exclusivité sur : www.moncornerb.com/fr
5. Savors Friselis Mme Marchand - de 5,90 € à 7 € 50 - www.madamemarchand.com



MAISON ACTUELLE
juillet / août

100 900 ex

ES MAINS

S CALLOSITÉS
SENTIELLES

8.4 fl.oz

A l'aise en sandale

Il y a la Birkenstock confortable, la Tropicienne décontractée et la Méduse amphibie, parfaites pour arpenter les bords de plage ou offrir à ses pieds un petit bain de mer. Et puis il y a la sandale à talon, toutes brides dehors, constituée d'attaches légères. Et celle-là fait autant fantasmer qu'elle exige préparation et précautions.

LA RÈGLE D'OR

Totalement mis à nu, retenu seulement à la semelle par des brides, le pied exposé doit être parfaitement hydraté et manucuré. Pour conserver une peau bien nourrie tout l'été, ne lésinez pas sur le baume, en vous

attardant sur les orteils et la voûte plantaire, un point de réflexologie particulièrement décontractant.

LE BON USAGE

Instable, la sandale ne maintient pas le pied, ce qui peut causer des traumatismes de la cheville. Comme elle n'enferme pas les orteils, elle entraîne aussi une rétraction permanente de ces derniers qui peinent à la retenir à l'avant du pied. Et plus le talon est haut, plus la projection vers l'avant est importante et contraignante pour les orteils. Moralité, on évite de les porter trop longtemps, surtout s'il s'agit de monter des escaliers ou de marcher rapidement.

L'EXERCICE DÉLAISSANT

Placez le pied sur le genou opposé, puis saisissez les orteils à la base pour les relever vers le haut du pied. Tenez cette position pendant dix secondes, puis relâchez. Un étirement à répéter dix fois de suite, matin et soir.

LE RITUEL EN INSTITUT

Le soin Feet & Me de Nailsparis enchaîne gommage, bain hydratant, pétrissage des talons et de la voûte plantaire, modelage, nettoyage des cuticules et mise en beauté. Une détente totale. Nailsparis, à partir de 38 €, 59, avenue Mozart, Paris XVI^e, nailsparis.fr



Le produit qui sauve

Le Baume, Révérence de Bastien, 92 €.



LE MOT DU PODOLOGUE

« Gare aux petites blessures car la zone met du temps à cicatriser. Ce type de soulier est déconseillé aux diabétiques dont la pathologie entraîne une perte de sensibilité : les plaies ne font pas souffrir mais peuvent s'infecter. »

Perchée en compensée

Pour prendre de la hauteur sans perdre sa nonchalance, la compensée se marie aussi bien avec un jean flare qu'avec un short ou une robe habillée. Si la semelle ne dépasse pas 8 centimètres, elle apporte au pied une cambrure sexy et allonge la jambe tout en garantissant une meilleure assise que les talons ou les plateformes. Confort et allure en prime.

LA RÈGLE D'OR

Travailler sa souplesse et son équilibre, car la compensée peut devenir un vrai facteur d'entorse ! On fait l'impasse sur les modèles où le talon est beaucoup plus haut que l'avant du pied et on privilégie les semelles en liège ou en raphia qui absorbent mieux les chocs que le bois et soulagent donc genoux et articulations. Côté soin, on crème chaque jour pour éviter les cloques.

LE BON USAGE

Tout comme l'escarpin, la compensée pousse le corps vers l'avant, ce qui fragilise la cheville. On la réserve donc aux promenades citadines et on la remplace par des tennis dès que le terrain se fait plus accidenté.

L'EXERCICE DÉLAISSANT

Marchez pieds nus en ligne droite sur un sol froid, afin de bien sentir le pied se dérouler, terminez par des mouvements de rotation de la cheville en dessinant des cercles, d'abord petits, puis de plus en plus grands.

LE MOT DU PODOLOGUE

« Porter des compensées peut rendre le pied plat et entraîner une perte de musculature. La hauteur des semelles fait perdre deux tiers des points de contact avec le sol et donc une grande part de proprioception (perception de la position du corps dans l'espace). Moralité : déplacez-vous sur des surfaces planes pour éviter les vols planés... »

LE RITUEL EN INSTITUT

Le hammam des pieds mixe bain de vapeur dans une barrique en bambou, frictions énergiques sur les différents méridiens et réflexologie afin de soulager et d'éliminer progressivement les tensions. Les muscles se relâchent et les pieds renouent avec l'apesanteur... Lanqi Spa, 66 €, 48, avenue de Saxe, Paris VII^e, lanqi-spa.com



Le produit qui sauve

Lotion bio à la Chélideoine, Marlay, 29 €.



PARIS MATCH
13 / 19 juillet

529 227 ex

• L'avis de l'experte •



ISABELLE GUICHON,
RESPONSABLE COMMUNICATION
CHEZ THALGO

En été, quelles zones du corps se déshydratent le plus ? Cela varie en fonction de votre activité et de la façon dont vous vous exposez au soleil, mais les pieds sont souvent les plus malmenés, tout comme les jambes et les bras.

Vers quel type d'hydratant se tourner ? Tout dépend de votre type de peau. Je conseillerais un lait ou une crème pour les épidermes les plus secs, une brume pour celles qui ne ressentent pas d'inconfort. Très hydratantes aussi, les huiles pailletées qui, en prime, subliment le bronzage.

Vaut-il mieux hydrater le matin et/ou le soir ? Plutôt le soir, et après la douche, pour que la peau profite pleinement de ces ingrédients nourrissants au moment où elle est au repos. Pensez aussi que vous pouvez agir dès la douche en choisissant une huile plutôt qu'un gel classique.



Jokers cosmétiques

1. Assouplissante. Crème pieds Nectar de douceur, Abellie, 13,90 €. **2. Complète.** Crème pieds 5-en-1, Kneipp, 10,55 €. **3. Tonifiante.** Huile de bain délassante pieds, Dr Pierre Ricaud, 9,90 €. **4. Anti-callosité.** Lotion à la Chélideine, Marlay, 25 €. **5. Mentholé.** Gommage pour les pieds, Foot Scrub, Sabon, 20 €. **6. Peau neuve.** Masque exfoliant pieds, Xérial Peel, SVR, 19,90 € la paire.

imprégnées de complexe peeling qui, en une seule application, vous font retrouver des pieds de bébé. A faire 2 semaines avant de mettre ses sandales.



LA GESTUELLE QUI CHANGE TOUT. Pour délasser vos pieds le soir, plongez-les dans 3 litres d'eau fraîche additionnée de 2 bouchons d'une huile mentholée. Effectuez ensuite un massage avec des mouvements circulaires, vos pouces placés sur le dessus du pied, et vos autres doigts sous la voûte plantaire.



PRIMA
septembre

285 818 ex



Lait nettoyant usage bio et vegan au calendula 100 ml - 25 €
LULU & ROO
vegan-mania.com

Crème réparatrice mains et pieds, bio 11,90 €
MARLAY
marlaycosmetics.com

Lotion visage clarifiante bio 200 ml 14,95 €
FLORAME
florame.com

Savon liquide à la rose 240 ml 21 €
SAVIN STORIES
slow-cosmetique.com

Élixir éclaircissant à l'huile de Rosa Mosqueta 30 ml 49,90 €
ROSAZUCENA
rosazucena.com

À VOTRE SANTÉ !

Si quelques 2 kg de substance pénètrent, chaque année, le corps d'une femme, les hommes et les enfants ne sont pas en reste. Ne nous ravisons pas trop vite ! Il ne s'agit ni des verres de rosé sirotés au soleil couchant, ni des antipastis, mais bien des 2 kg de produits chimiques contenus dans les cosmétiques. Parabènes, ingrédients dérivés du pétrole, produits de synthèse etc... Un constat alarmant pour notre santé, mais également pour la planète.

DÉPUIS QUELQUES ANNÉES, LES SCIENTIFIQUES, CHERCHEURS ET ÉCOLOGISTES nous alertent sur les dommages que nous infligeons à notre santé et à l'environnement en surconsommant. Nos trousseaux de toilettes, abondamment remplis de gadgets et de flacons inutiles, sont vivement montrés du doigt ! Une prise de conscience planétaire est nécessaire, et certains tentent de trouver des alternatives à notre égale consommation... Parmi eux, Julien Kalbeck, spécialiste du bien-être, enseignant l'aromathérapie, nous offre une approche différente : la slow cosmétique. Suite au remarquable succès de son livre « Adoptez la slow cosmétique », c'est en 2012 qu'une association naît. Aujourd'hui un site marchand en ligne est disponible, ce dernier propose des produits qui suivent la tendance Slow et met en lumière les marques ou comportement responsable.

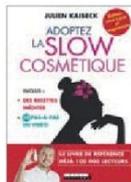
PLUS D'INFO
slow-cosmetique.com

UNE TENDANCE BEAUTÉ PLUS RESPONSABLE !

Cette « slow cosmétique » prône des formules totalement naturelles, ainsi qu'un marketing sans fausse promesse. Fins les plastiques et les substances chimiques néfastes pour notre corps, il est temps de laisser place à la redécouverte de produits naturels et au plaisir. Proposer un shopping engagé, voilà donc le concept. La nouvelle venue dans le monde de la beauté rassemble les soucieux de leur santé et de l'environnement, qui souhaitent consommer différemment. La slow cosmétique les aiguille en proposant des alternatives plus responsables, en élaborant des recettes maison n'utilisant que des produits naturels mais également en répertoriant les marques qui se mettent au vert par la mention slow cosmétique.

RETOUR SUR LES BANCs DE L'ÉCOLE !

Il faut réapprendre à consommer. C'est le moment de sensibiliser nos petits ! Dans une époque de surconsommation, et de dégradation massive de la planète, il est important d'éduquer nos enfants à une consommation plus durable. Si sont les petits justiciers des prochaines décennies et pour qu'ils militent efficacement il est important de nous rééduquer et de leur montrer l'exemple à suivre. Toute la famille peut se mettre à la tendance Slow. Le mouvement prône des soins naturels pour les cheveux de madame, des déodorants fait main pour monsieur, des lingettes lavables biologiques pour bébé, et même une palette de produits ménagés écologiques pour la maison. Et si nous ne sommes pas adeptes du « Do it yourself » que prône l'association, on peut toujours opter pour des produits bios et vegans qui seront toujours plus rassurants.



Une préface tonifiante du regretté J.P. Coffe, qui nous incite à mieux consommer la cosmétique sans se laisser manipuler par le marketing ! Ce livre nous y aide et nous propose des recettes simples pour concevoir nos cosmétiques maison, sans être un cuisinier pro, mais un élève studieux et gourmand !

Adoptez la slow cosmétique de Julien Kalbeck, 256 pages, 14 €

LE COMBO GAGNANT

1 Bon pour la santé !

Des études européennes ont montré que plus de 40 % des cosmétiques vendus dans le monde contiennent encore des perturbateurs endocriniens. Opter pour des produits plus respectueux et responsables, c'est se protéger de toutes ces substances agressives pour notre organisme.

2 Bon pour l'environnement !

Selon une étude récente, plus de 3 quarts des cosmétiques consommés sont susceptibles de contenir des matières pétrochimiques, plastiques, ou purement synthétiques. Les silicones et les plastiques ne sont pas issus d'une industrie durable et ont un fort impact écologique.

3 Bon pour se faire plaisir !

C'est plaisant de connaître la composition exacte des produits que l'on utilise et agréable de soutenir des marques qui se soucient de la planète et de la santé de leurs consommateurs. Enfin, on peut reconnaître un aspect ludique au fait de créer ses produits soi-même ou en famille !

MODE & TENDANCES
été

10 000 ex

DES MAINS

8 CALLOSITÉS

ESSENTIELLES

- 8.4 fl.oz



CRÈME NEUTRE BIO

A personnaliser selon vos envies avec des huiles essentielles et/ou des huiles végétales. Parfaite en utilisation pure pour les peaux sensibles. Prix public : 10€



TOUT EN UN : LE MASQUE SOINS INTÉGRAL

Un soin beauté ultra complet et un moment d'absolue détente pour votre visage. C'est LE masque « tout en un » lorsque vous sentez que votre peau a besoin d'un soin intégral. En plus de son action purifiante, il va parfaitement rééquilibrer votre épiderme et lui redonner vitalité, douceur et un éclat lumineux. Votre visage est ressourcé ! Les petites imperfections et les signes de fatigue disparaissent. Doux et fondant, son application est un vrai moment de détente. 18.4€ en vente sur mycosmetik.fr

UNE HUILE DÉMAQUILLANTE PRÉ-SOIN

Conçue comme un véritable pré-soin enrichis en AOA, puissant anti-oxydant breveté et issu de la synergie Pollen-Propolis, l'huile démaquillante Acorelle est imparable pour effacer les maquillages tenaces en plus de reconforter les peaux sèches grâce à sa richesse en huile de Prune du Sud-Ouest bio.

Flacon 300ml, 8€90
Disponible en exclusivité Monoprix et sur acorelle.com



3 MASQUES CIBLÉS POUR UN VISAGE RESPLENDISSANT - AKANE

- Masque Noir Lacté** : enrichi en Charbon végétal activé, ce masque est spécifiquement purifier la zone T. Il allie une texture lactée étonnamment douce et une formule intraitable avec les impuretés.
- Masque Blanc Soufflé** : à la texture cocooning, enrichi en poudre de Riz bio et en Bétaïne, deux actifs de prédilection pour réhydrater, apaiser et diminuer les sensations d'échauffement cutané.
- Masque Rose Granité** : pour un visage rayonnant, on s'en remet à l'expertise de ce masque / gommage, un granité rose tendre enrichi en AHA et en poudre de pépins de Pomme pour associer une double exfoliation mécanique et enzymatique. Tube 30ml, 15€95



SAVON BIO SURGRAS FUN'ETHIC

La TPE alsacienne de cosmétique certifiée BIO a été primée pour Le Provençal, un savon BIO, surgras, fabriqué artisanalement à Strasbourg. Il est issu de la saponification à froid, un processus permettant de conserver les propriétés et les bénéfices des matières premières. Composé de chanvre bio pour ses vertus toniques et raffermissantes, ce savon a une particularité intéressante : des graines de pavot pour exfolier la peau en douceur ! Sans huile de palme, il est 100% naturel et BIO à 78% ! Produit disponible sur www.fun-ethic.fr à 5.45€ les 100gr et dans plus de 200 points de vente indiqués sur le site

LES LAURÉATS DES TROPHÉES DE L'EXCELLENCE COSMÉTIQUE 2017-2018

Cosmebio a dévoilé les lauréats des Trophées de l'Excellence Cosmétique 2017-2018. Ce label garantit une cosmétique BIO respectueuse des hommes et de l'environnement. Les Trophées Cosmebio de l'Excellence Cosmétique récompensent les engagements de la marque et la qualité du produit.

LE SAVON DOUCEUR BIO AU LAIT D'ÂNESSE LA CORVETTE

Le savon Douceur Bio au lait d'ânesse est composé d'huiles exclusivement d'origines végétales issues de l'Agriculture Biologique, enrichi au lait d'ânesse avec un parfum naturel. Certifié Ecocert, il est garanti sans parabène, sans colorant, sans EDTA. 99% du total des ingrédients sont d'origine naturelle et plus de 76% sont issus de l'Agriculture Biologique. Prix : 4.20€ - 100g En vente sur le site www.la-corvette.com, en magasins bio, pharmacies, concept store, grands magasins parisiens...

VIVRE BIO
septembre / octobre

90 000 ex

ES MAINS

CALLOSITÉS

SENTIELLES

8.4 fl.oz

SOIN D'ÉTÉ

Partez DU BON PIED!

Pendant l'été, pour être bien dans vos sandalettes et **affichez des pieds nickel**, prenez le temps de vous offrir ce petit programme de remise en forme!

PAR ANNE BIANCARELLI ET CAROLINE DARTUS

1 FAITES PEAU NEUVE

Plongez vos pieds dans une baignoire d'eau chaude pour ramollir votre peau. Un effet spa en bonus ? Ajoutez des sels de bain, ou quelques gouttes d'huiles végétales ou essentielles pour les délasser. Puis, offrez-leur une cure de jouvence en les gommant (1 ou 2 fois par semaine). Le must étant d'utiliser un gommage spécifique, souvent enrichi en pierre ponce, qui va les débarrasser des callosités. Fignolez avec une râpe électrique, parfaite pour lisser les zones rebelles (dessous des orteils, talons, etc.). Aujourd'hui, il existe d'autres nouveautés qui font aussi le job : lotion, chaussons exfoliants, véritable peeling des pieds. À tester!



1. Lotion à la Chéloïdine Bio, 250 ml, **Marlay**, 29 € (marlaycosmetics.com) 2. Masque Exfoliant Pieds, Xerial Peel, **SVR**, 19,90 € 3. Appareil Pédicure, ES-WE22, **Panasonic**, 39 € 4. Râpe Électrique, Douceur des Pieds, **Urgo**, 33 € (existe en rose ou violet) 5. Masque Exfoliant, PEDI-PEELING, **Mercurochrome**, 11,90 € (en GMS) 6. Râpe Électrique, Pédil'Secret, **Babyiss**, 34,90 €

2 HYDRATEZ À GOGO

Durant l'été, en tongs ou en spartiates, vos pieds sont mis à rude épreuve. Ils se dessèchent vite, car leur peau est très pauvre en glandes sébacées et est quatre fois plus épaisse que sur le reste du corps. Chouchoutez-les avec des soins adaptés à leur besoin. Au programme : des crèmes concentrées à 10 % d'urée pour les nourrir et restructurer l'épiderme.

Fondez aussi pour les beurres dont la texture onctueuse se transforme en huile pour le plus doux des massages plantaires. Si vos talons sont fendillés, misez sur un produit spécifique qui va apaiser et réparer les crevasses. Enfin pour retrouver une peau de bébé, pensez aux masques dont les formules ultranutritives, vont hydrater vos petons en 15 minutes chrono. Vous pouvez aussi les laisser poser toute la nuit pour booster leur efficacité.



7. Masque Pieds en Tissu, **Loua by Laurence Dumont**, 3,90 € l'unité (chez Monoprix et GMS) 8. Crème Pieds, Nectar de Douceur, 100 ml, **Abellie**, 13,90 € (abellie.fr) 9. Crème Adoucissante Pour les Pieds, 75 ml, **Mavala**, 13,95 € (en pharmacies, parfumeries et au Mavala Store 75009) 10. Beurre Pieds, Calendula-Orange, 100 ml, **Kneipp**, 10,99 € (en pharmacies et parapharmacies) 11. Masque Pieds Amande, **Sephora**, 3,95 € la paire 12. Soin Réparateur Intensif Pieds, 30 ml, **Dr Pierre Ricaud**, 12,90 €

CLOSER

18 / 24 août

265 887 ex

É DES MAINS

S & CALLOSITÉS

ESSENTIELLES

- 8.4 fl.oz



© GETTY IMAGES

CLOSER

18 / 24 août

265 887 ex

ES MAINS

3 CALLOSITÉS

SENTIELLES

8.4 fl.oz

3 COUPEZ ET LAQUEZ

Pas de beaux pieds, sans jolis ongles. Servez-vous d'une pince en métal pour les couper bien droits. Ils ne doivent pas dépasser la pulpe du doigt. Puis arrondissez délicatement les coins avec une lime. Limez dans un seul sens, toujours de l'extérieur vers le centre. Passez ensuite à la phase du laquage. Appliquez d'abord une base, puis 2 couches de vernis et finalisez avec un top-coat. Bon plan ? Craquez pour un kit de minivernis qui vous permettra de changer de couleur aussi souvent que vous le souhaitez. Sinon optez pour un kit avec un vernis effet gel pour une brillance et une longue tenue jusqu'à 10 jours. Sans lampe et sans contrainte, il s'applique en un claquement de doigt!



13



14

13. Mini Kit de Vernis, California Dreaming, 3,75 ml x 4, **O.P.I.**, 20 €
 14. Coffret Smart Trio Gel System, 12 ml x 3, **Manucurist**, 24,90 € (manucurist.com)

Les vrais/faux santé

Il faut mettre deux chaussettes dans une chaussure de rando

C'est selon... et en tout cas, pas n'importe lesquelles. Mode d'emploi pour partir du bon pied. On commence par choisir soigneusement sa chaussure, sans point de compression et de façon à ce que le pied reste au sec. Mêmes objectifs avec les chaussettes : aussi peu de frottement que possible et une bonne évacuation de la transpiration. L'astuce de la deuxième chaussette, intérieure, peut être utile, en soie ou en propylène, qui transmet l'humidité à la paire extérieure et laisse ainsi le pied au sec. Pas de chaussette en coton qui n'évacue pas la transpiration et sèche lentement, ou de chaussette de ville trop fragile, mais des chaussettes spécifiques, de randonneur (BV Sport), à coutures plates et dans des matériaux adaptés à la marche et à la température. En prévoir plusieurs jeux, de manière à minimiser les risques d'humidité et de frottements par des corps étrangers. Enfin, on protège ce pied avec des crèmes anti-frottement « seconde peau », du talc ou des poudres anti-transpirantes et après l'effort, des pomades hydratantes (crème réparatrice bio de Marlay).

D^r Brigitte BLOND.



Fotolia

MARLAY

lotion à la Chélidoine

SOIN DES PIEDS & BEAUTÉ DES MAINS

PRIMÉE AU
LEPINE
CONCOURS

CUTICULES, CORS & CALLOSITÉS
AUX HUILES ESSENTIELLES

250 ml - 8.4 fl.oz

OUEST FRANCE

3 septembre

749 258 ex



© Jardins sous La Pluie

**SOIN DES MAINS
Y PENSER DÈS
AUJOURD'HUI**

INTENSE NAIL GEL *Vegan*

Prendre soin de ses ongles, c'est avant tout les hydrater et les nourrir, à l'air libre. Leur offrir des composants naturels qui savent les magnifier. A base d'aloë vera, de glycérine et d'extrait d'ananas, ce gel perlé s'applique sur des ongles propres, exempts de vernis, de base ou de tout autre produit. Dans la Crème Intense Nails, les huiles d'argan, de jojoba et d'onagre, les beurres de cacao, de karité et de mangue ainsi que l'extrait de raisin s'appliquent en mini massage ultra nourrissant de chaque doigt afin d'assouplir et de réduire les cuticules sans agresser votre peau.

LAVERA.
10 ml. 5,99 €
15 ml. 4,49 €

**SOIN DES YEUX
ATTIRER TOUS LES REGARDS**

**SOINS YEUX JEUNESSE
ARGAN CONCENTRÉ PUR**

Et voilà que revient l'argan chez Melvita au cœur d'une nouvelle gamme cosmétique encore plus concentrée, encore plus profondément dédiée à ce trésor de beauté venu du Maroc. La plus haute concentration en huile d'argan signe ce soin des yeux lissant à la texture douce et fraîche : 37 gouttes par petit



tube de crème fluide lissante, sans parfum, au fini sec et mat. Un mini rituel de massage afin de vitaliser et ouvrir le regard sans oublier de défroisser le contour, et l'efficacité du soin des yeux se trouve favorisé à vue d'œil. Labellisé One Voice mais contient du miel, donc non vegan.

MELVITA. 15 ml. 27 €

**SOIN DES CHEVEUX
NE PAS S'EN FAIRE**

HUILE CAPILLAIRE *Vegan*

Au retour des vacances, à la fin de l'été, les cheveux donnent souvent des signes de faiblesse. Secs, fragilisés, ils ont... faim ! Pour les nourrir à hauteur de leur attente, cette composition à base d'huile de coco, d'avocat, de jojoba et de sésame convient à tous les types de cheveux. D'humeur



voyageuse, son parfum discret mais évocateur prolonge la tonalité estivale comme il se doit pour votre moral. Les cheveux se balancent si près du nez tout au long de la journée ! Et vos mains ne refuseront pas un petit détour jusqu'à elles de la part de cette huile réparatrice, généreuse et épanouissante.

EMMA NOËL 100 ml. 9,80 €

**SOIN DES PIEDS
LEUR PRÊTER
MAIN FORTÉ**

**LOTION À
LA CHÉLIDOÏNE** *Vegan*

Les pieds... Comment dire ? Un peu la dernière roue du carrosse. Et pourtant, ce sont eux qui nous portent et nous transportent. Avec cette nouveauté BiO d'un spécialiste des soins des pieds, tout cela va changer. Tout a déjà changé. Il suffit de tester la lotion en massage, en compresses

ou en bain, pour voir l'état de ses pieds évoluer à vue d'œil. Plus lisses, plus souples, plus doux... Merci la chélideïne, LE remède de grand-mère contre les verrues, développé depuis longtemps par Marlay en soin des pieds et aujourd'hui proposé en BiO par la marque. Callosités, peaux mortes, cuticules résistantes : un soin confortable à souhait, d'autant plus efficace que la Crème Réparatrice vient lui prêter main forte. Faut-il préciser que les mains ont tout à gagner avec ce double soin ?

MARLAY. 250 ml. 29 €



TOP NATURE
septembre / octobre

100 000 ex

ES MAINS

ES CALLOSITÉS
SENTIELLES

8.4 fl.oz



STIMIUM MC3, SPÉCIAL RÉCUPÉRATION !

■ Composé de malate de citrulline (0,9g), Stimium MC3 est le galoral indispensable pour améliorer ses performances en garantissant mieux sa fatigue et en favorisant ainsi sa récupération. Stimium MC3 s'adresse à tous les sportifs, quel que soit le sport qu'ils pratiquent et indépendamment de leur niveau. Stimium MC3 s'utilise dans les cas suivants :

- Entraînements
- Préparation de compétitions
- Compétitions
- Baisse de forme dans la saison sportive
- Reprise d'activité physique

Disponible en pack de 16 et de 32 sticks.
Boîte de 32 sticks : 24,90€. Boîte de 16 sticks : 14,90€

C'EST LE PIED !

■ On savait déjà que la lotion pour les pieds Marlay était un remède de grand-mère transmis de génération en génération et à l'efficacité infatigable pour retrouver des pieds tout doux en quelques minutes seulement. Elle franchit cette année un pas supplémentaire dans sa quête de naturalité en obtenant une certification bio. Un geste SOS à adopter une fois tous les 15 jours en traitement d'attaque contre la corne et les callosités (la lotion s'avère aussi très efficace sur les cors, durillons et autres osil-de-par-dix en renouvelant le traitement sur plusieurs jours de suite), puis uniquement une fois par mois pour entretenir le résultat.

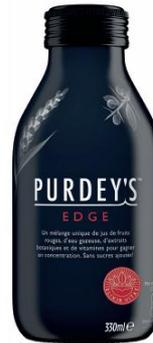
Lotion bio Marlay
Flacon 250ml, 2,9€ sur www.marlaycosmetics.com



REVITALISEZ VOTRE ORGANISME

■ Ressentir pleinement les choses, apprendre chaque jour, se perfectionner encore et toujours, nemanquer aucune opportunité, oser... c'est en pensant à tous ceux qui souhaitent prendre leur destin (et leur bien-être) en main que Purdey's a imaginé ces deux nouvelles boissons revitalisantes. On abandonne les chimiques combinaisons de taurine et/ou de caféine qui enlèvent finalement plus une banale excitation passagère qu'une véritable revitalisation de l'organisme au profit de ces élixirs végétaux enrichis en extraits botaniques purs et en vitamines pour offrir à notre organisme le carburant dont il a besoin pour nous accompagner dans chacun de nos projets.

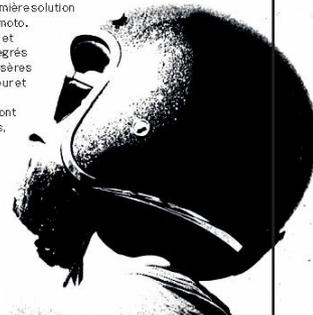
Purdey's, en exclusivité chez Monoprix
Bouteille en verre 330ml, 2€29



SHINE MCQUEEN, DES CASQUES « FRESH & CLEAN »

■ SHINE MCQUEEN est la première solution de pressing pour casques de moto. L'atelier propose aux motards et scooteristes parisiens 360 degrés de propreté. Exit toutes les misères visibles et invisibles à l'intérieur et à l'extérieur des casques. Des solutions « entre prise » sont proposées pour leurs galeries, tandis que les particuliers peuvent avoir le plaisir d'être servis à domicile, au bureau ou au café. D'autres prestations sont à venir pour rendre la vie belle et distinguée aux pratiquants de deux-roues à Paris.

www.shinemoqueen.com



MAINS
CALLOSITÉS
ESSENTIELLES
8.4 fl.oz

OH LES JOLIES MAINS !

UNE SÉLECTION POUR ÊTRE BELLE JUSQU'AU BOUT DES ONGLES



1. Kure Baazar, vernis turquoise, 16 € - 2. Logona, soin réparateur pour les ongles, 9,99 € - 3. Avril, vernis corail, 3 €
 4. Dr Hauschka, huile pour les ongles au neem, 26,30 € - 5. Fleurance nature, levure de bière au sélénium, 8,60 €
 6. Anaé, lime à ongle en verre trempé, 5,71 € - 7. Aroma-Zone, "Top Coat", 1,70 € - 8. Benecos, dissolvant naturel, 4,99 €
 9. Floressance, huile végétale de ricin, 5,30 € - 10. Marlay, lotion à la chétildoine 29 € - 11. Weleda, pinceau soin ongles, 9,20 € - 12. H2bio, soin mains et ongles, 12,50 € - 13. Zao, vernis beige, 10,70 € - 14. Lavera, "Intense Nail Gel", 5,99 €

Par Claire Sypjurnet / Photos DR

FÉMININ BIO
septembre / octobre

40 000 ex

MAINS

ALLOSITÉS

NTIELLES

0.4 fl.oz

BASKET DITE « SPÉCIALE RUNNING »

Basket Clifton 4 femme, Hoka One One, 130 €

Hoka One One propose un nouveau modèle de running route, la Clifton 4. Une basket conçue pour la course car elle absorbe les chocs grâce à un «amorti moelleux». Son imprimé treillis en 3D et son nouveau mesh en tissu maillé assurent plus de respirabilité.



LA CHAUSSETTE

Chaussettes Nepal, La Chaussette de France, 17 €

La Chaussette de France est au garde à vous pour maximiser les atouts des baskets. Avec sa paire en tricotage nid d'abeille avec un fil biocéramique (20 %), elle espère mieux protéger le pied tout en le laissant respirer grâce à la thermorégulation. Sans oublier son traitement antifriction et antibactérien.



CHAUSSETTE AJUSTÉE

Run+ Ultralight Micro, Icebreaker, 19,95 €

Les chaussettes Run+ Ultralight Micro d'Icebreaker sont tissées en laine mérinos. La découpe anatomique qui enveloppe le coup-de-pied a été pensée pour limiter les frottements et donc les risques d'irritations.



DÉODORANT PIED

Spray-aseptisant déodorant chaussures, Akiléine, 11,60 €

Pour traiter sa transpiration pendant l'effort, le spray Akiléine désodorise l'intérieur des chaussures. Lipesters® de soie, menthol et huile essentielle de lavandin sont associés pour lutter contre le développement microbien.



CRÈME RÉPARATRICE.

Crème Réparatrice bio, Marlay, 79ml, 11,90 €

La crème réparatrice bio Marlay est une recette de grand-mère douce. Riche en beurre de karité bio et en huile d'olive aux qualités hydratante et nourrissante, elle est aussi composée d'aloë vera et d'un complexe de 3 huiles essentielles (menthe poivrée, romarin et eucalyptus) aux vertus réparatrices.



BASKET DE COMPET'

Skechers, Gomeb Speed 4™, 129,95 €

Place à la quête de performance avec la Gomeb Speed 4™ de chez Skechers. Cette nouvelle version dispose d'un tissu nouveau mesh Skechers GOknit™ et d'un amorti 5Gen®. Une édition presque sans couture censée être plus légère, plus réactive, et ajustée. Particulièrement adaptée pour les sessions fractionnées de 5/10 km, mais destinée au poids plume (-65 kg) !



PETITS COUSSINETS

Douleurs plantaires métatarsiennes, Urgo, boîte de 2, 23,50 €

Contre les douleurs plantaires, surtout en cas d'affaissement de l'arche plantaire, Urgo conseille ses petits coussinets. Composés de gel polymère, ils devraient soulager et amortir les pressions pour mieux rebondir !



WOMEN SPORTS
octobre / décembre

30 000 ex

BOOK 2016 -2017

RELATIONS PRESSE

b u r e a u

ENFANT BEAUTÉ FORME FOOD

f r a n c k

RELATIONS PRESSE

d r a p e a u

RELATIONS PUBLIQUES

