



Je neutralise le calcaire

Si votre peau est très sensible et/ou l'eau du robinet très dure, l'idéal est de vaporiser un voile d'eau thermale sur tout le corps après le rinçage, puis de vous essuyer en tamponnant délicatement votre peau avec une serviette. Ainsi, le calcaire ne reste pas à la surface de l'épiderme et vous évitez les irritations.

Je dors avec des chaussettes...

Vous en avez assez de filer tous vos collants à cause de vos talons rugueux ? Voici comment les rendre tout doux. Avant de vous coucher, appliquez sur vos pieds une crème très nourrissante et hydratante, à base de beurre de karité par exemple. Puis enfiler une paire de chaussettes en coton à laquelle vous ne tenez pas trop. Le lendemain matin, les chaussettes seront certes un peu grasses mais vos pieds, eux, seront magnifiques ! ■

ÉLODIE LIÉNARD

DES SOINS AUX PETITS SOINS

1 DOUCHE COCON

Ce baume de douche hydratant contient de la noix du Brésil ainsi que du sirop d'érable bio à la fois gourmand et nourrissant. **Baume douche Nettoyage bienfaisant Winter Glory, Lavera, 5,65 € les 150 ml.**

2 GOMMAGE TOUT DOUX

Un gel douche aux grains naturels de loofah qui exfolient sans irriter. Il est enrichi en huile d'amande douce, en extrait d'abricot et en miel. **Gel douche Loofah, Nutrimetics, 17 € les 150 ml.**

3 HYDRATANT MAIS PAS GRAS

Très riche, ce baume redonne toute sa souplesse et son élasticité à la peau, sans déposer de film gras comme c'est souvent le cas avec ce type de produit. **Baume Nutri-Intense corps Isoconfort, Isomarine, 22 € les 150 ml.**

4 GANTS DE SOIE

Après avoir fait une manucure dans les règles de l'art, glissez vos mains dans ces gants pré-imprégnés de crème très hydratante et laissez poser un quart d'heure. **Rituel manucure Kure Bazaar, 6 € la paire de gants avec une lime et un repousse cuticules.**

5 ANTI-PEAU DE CROCO

À la fois hydratant et raffermissant, ce baume, enrichi en gelée royale, embellit la peau grâce à sa texture iridescente qui dépose de minuscules paillettes sublimes sur le corps. **Baume de soin haute nutrition, Sculpt System, Institut Esthederm, 59 € les 200 ml.**

6 PURE NUTRITION

Plus de 96 % de beurre de karité dans ce baume fondant et ultra-nourrissant, réparateur par excellence. À réchauffer dans le creux des mains avant de l'appliquer. **Baume Cocon fondant de karité au jasmin, Les Sens de Marrakech, 40 € les 200 ml.**