



spécial/beauté

Corps

les nouveaux rituels sensuels

Révéler la douceur de sa peau, sublimer son éclat, renouer avec la fermeté... oui, mais avec des produits tout doux ! Découvrez toutes les nouveautés qui surfent sur cette vague bien-être pour dévoiler des courbes encore plus sublimes. Par Virginie Marchand





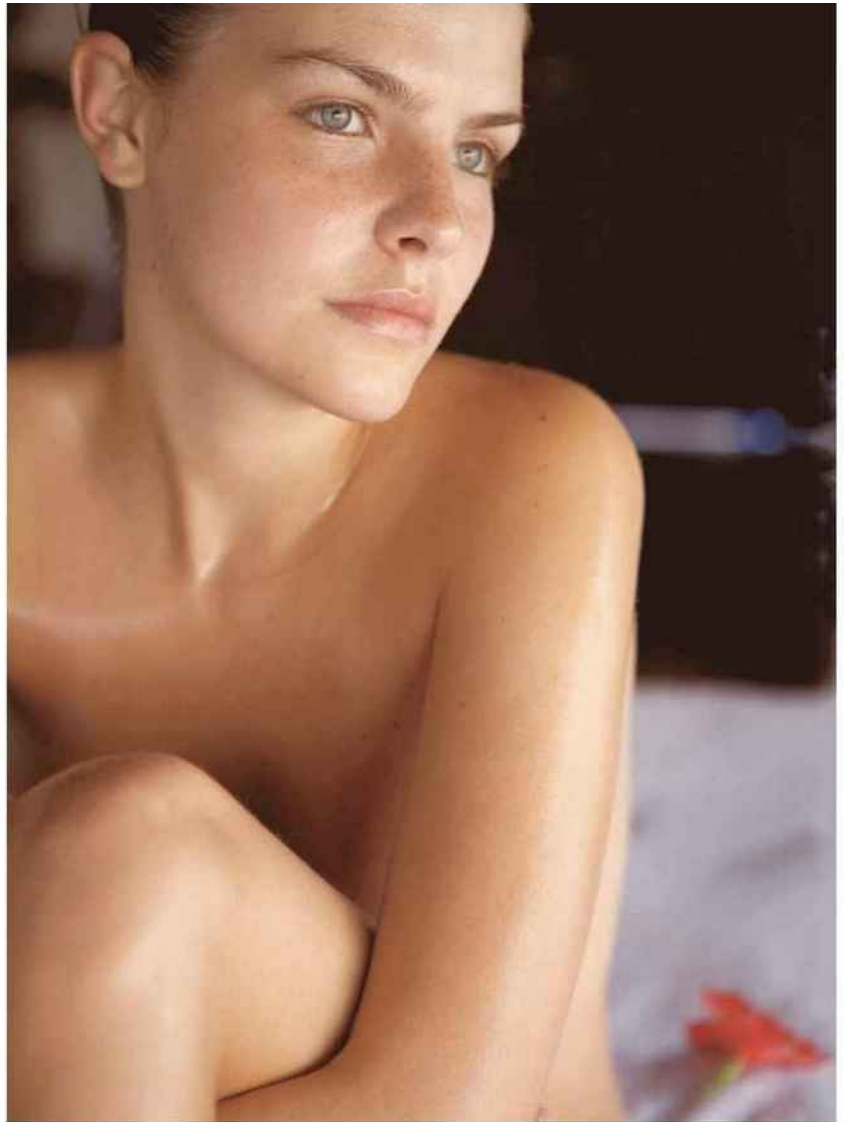
Des douches suédoises pour réveiller ses sensations

Vous doucher est un geste que vous faites sans réfléchir, en pensant à la journée qui vous attend. Et pourtant, sans y passer davantage de temps, vous pouvez faire de cet instant un moment de bien-être et de beauté.

Le rituel bienfaisant: découvrez la devise du lagom, l'art de vivre suédois qui prône le juste équilibre pour réconcilier corps et esprit. Sous la douche, cela se traduit par des formules aux huiles florales réparatrices, au bouleau tonifiant et au sel marin reminéralisant. Faites-les mousser sur peau humide avec le plat des mains en massage circulaire ascendant. Puis baissez la température de l'eau de 5°C pour un rinçage tonifiant en partant des chevilles.

A découvrir

1. Subtil. Body Wash, Shiny Citrus, Sachajuan, 16€. **2. Voluptueux.** Bain Douche Midsommar Glow, Barnängen, 8,40€.



Des formules zen pour protéger l'épiderme et l'aider à retrouver toute sa souplesse

Tiraillements, gratouillis, échauffements... qu'il fasse froid ou non, il n'y a pas que la peau du visage qui peut être à bout. Celle de votre corps aussi. En cause, l'eau parfois trop calcaire, mais aussi le frottement des vêtements et le stress. Le hic: votre hydratant habituel ne suffit pas toujours à calmer le feu.

et neutraliser les facteurs responsables des agressions externes. Le bon geste: optez pour une formule ultra-hydratante dès le moment de la douche, puis séchez la peau en tamponnant, sans frotter, et appliquez immédiatement une crème hydratante pour combiner les bienfaits des deux formules.

Le rituel bienfaisant: misez sur l'un des soins apaisants qui arrivent cet automne. Ils contiennent des ingrédients naturels comme l'aloë vera aux vertus adoucissantes, nourrissantes et réparatrices. Si votre peau est très sensible, vous pouvez aussi trouver des formules plus pointues, intégrant de la pro-vitamine B5, qui restaure la barrière cutanée, ou de l'acide citrique pour rétablir un pH optimal

A découvrir

3. Sans sulfates. Gel Génie Lavant Doux Corps Camélia & Bergamote, Pai, 24€. **4. Longue durée.** Lait Hydra-Apaisant Aloe Vera, Nivea, 4,14€. **5. Onctueuse.** Crème Corporelle pH5, Eucerin, 19,95€. **Spécial nuit.** Lait Corporel à la Rose Purifiante et Apaisante du Soir, Love System, 32,50€.



Des hydratants sur mesure pour cocooner au quotidien

Votre corps ne sera plus jaloux des soins que vous apportez à votre visage. Désormais, il peut aussi bénéficier de l'effet satinant d'une huile, réconfortant d'une crème riche, désaltérant d'un lait ou réparateur d'un baume. En tenant compte des besoins spécifiques de chaque zone et de chaque type de peau, l'hydratation quotidienne prend une dimension sensorielle qui amène au bien-être. Certains parlent même d'hydratation « feel good »!

Le rituel bienfaisant : choisissez la texture qui répond le mieux à votre épiderme. Une huile si votre peau est sèche et si elle a besoin de retrouver de l'éclat, une crème légère pour la fraîcheur, un baume si vous avez des zones extrêmement sèches. Massez les jambes, mais aussi le ventre, les bras, matin ou soir, avec des lissages ascendants.

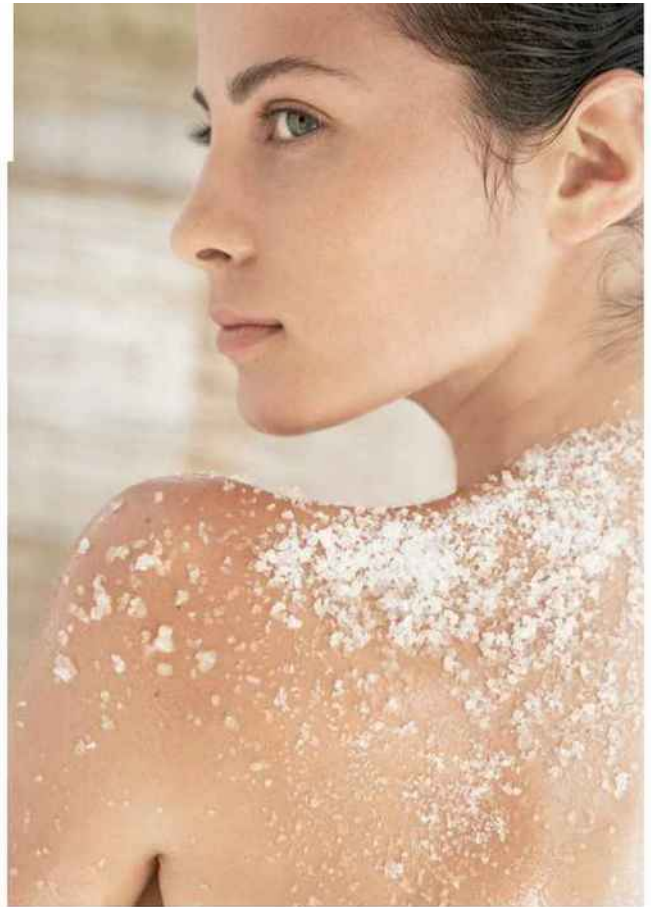
A découvrir

- 1. Délicat.** Lait Corps Hydratant Peaux Normales à Sèche, Naturel Moi, 4,95 €. **2. Concentré.** Rêve de Miel, Nuxe, 19,90€.
- 3. Fouettée.** Crème Ultra-Légère Corps, L'Occitane, 30 €. **4. Protectrice.** Huile Corps, Deep Moisture, Neutrogena, 9,50 €.

SOIN GLAMOUR POUR LES MAINS

Une texture fondante, un parfum sensuel, des ingrédients rares, comme la rose de mai, exotiques, comme la vanille Bourbon, un packaging travaillé... les crèmes pour les mains s'offrent une dimension ultra glamour. Trop souvent oubliées, elles ont aussi besoin d'être chouchoutées pour que le corps rayonne tout entier et ne trahisse pas l'âge!

A découvrir : Design. La Crème Main, Chanel, 49€. Petit prix. Crème Mains sensuelle, Yves Rocher, 2,95€. Exotique. Crème mains Nuit à Pondichéry, Baija, 6,90 €.



Des recettes naturelles pour une peau plus veloutée

Le gommage est un geste qui est indispensable l'hiver pour favoriser une meilleure pénétration des actifs nourrissants et donc pour conserver une peau confortable. Les pros expliquent aussi que cela permet de la libérer de la poussière et des particules de pollution. Son aspect est alors plus lumineux, son toucher plus satiné. Sans vous en rendre compte, ce réflexe simple vous permet aussi de changer la perception que vous avez de votre corps et de vous reconnecter avec lui.

s'appliquent sur peau humide et se massent avec de lents mouvements circulaires de bas en haut.

A découvrir

- 1. Relaxant.** Gommage Corps Miel & Sucre, Frisson de Laponie, Bernard Cassière, 28€.
- 2. Oriental.** Gommage Corps, Ansimara, 19,90€.

Le rituel bienfaisant : la tendance de l'année? Renouer avec des recettes ancestrales pour faire de ce moment un geste plus doux et réconfortant. Au menu, des ingrédients gourmands comme le miel et le sucre, ou encore des huiles végétales comme l'huile d'argan nourrissante, restructurante et régénérante. Ces gommages

