

www.femmeactuelle.fr

Femme actuelle

Beauty
astuces

**UNE BELLE
PEAU
EN 2 SEMAINES
CHRONO**

Psy famille

**COMMENT PRÉSENTER
SON NOUVEL AMOUR
À SES ENFANTS**

**Sapins
choisissez
votre style**

+ LE SHOPPING FÉRIQUE
+ NOS IDÉES CRÉATIVES

**Make-up coaching
SE FAIRE UN JOLI
TRAIT D'EYE LINER**

**Spécial Noël
gourmand**

**NOS RECETTES FESTIVES
aux saveurs étonnantes**
+ TOUT POUR ÉPATER AU DERNIER MOMENT

**NOS PLANTES PRÉFÉRÉES
POUR FLEURIR
LA MAISON EN HIVER**

Conso
JE COMMANDE
SUR LE NET, LE TOP
DES LIVRAISONS
SÛRES ET EFFICACES

Enfant

**Il me réclame
un animal en
cadeau, je cède
ou pas ?**

PI GUILPE PIRAMNEDIA

M 01188 - 1576 - F: 1,60 €



Le féminin le plus lu en france

N°1576 - DU 8 AU 14 DÉCEMBRE 2014

BEL: 1,70 € - CH: 3 CHF - CAN: 4,95 CAD - D: 3,20 € - ESP: 2,20 € - FN: 3 € - GR: 2,20 € - ITA: 2,20 € - LUX: 1,70 € - PORT/CONT: 2,20 € - DOM: AVION: 2,90 € - BATEAU: 1,70 € - GUY: 4,60 € - MAY: 5 € - MAROC: 20 DH - TUNISIE: 2,70 TND - ZONE CFA AVION: 3 000 XAF - ZONE CFP AVION: 800 XPF - BATEAU: 350 XPF



beauté



J-10 Adoptez le peeling light

Si vous constatez que votre peau est plus épaisse ou plus sèche, c'est sans doute dû aux cellules mortes qui s'accumulent et l'épaississent, et réfléchissent mal la lumière. Il est donc indispensable de faire un peeling léger aux AHA. Les femmes à la peau mature, et les fumeuses, préféreront un soin au rétinol qui, en plus de renouveler l'épiderme, offre un effet lissant.

Le bon tempo : tous les jours jusqu'au réveil, si c'est une crème. En cas de gommage à grains, deux fois par semaine maximum.

Notre sélection Pour peaux sensibles, Liftactiv Advanced Filler, Vichy, 34,30 € (1). Actifs anti-âge, Pro-Correct Crème anti-rides régénérante, Roc, 29,90 € (2). Lissant, Renew 7 Detox, Gatineau, 59 € (3). Double exfoliation, Detox Soins exfoliant révélateur d'éclat, DermaSkin 9,90 €, chez Parashop. Doux, A Classic Micro Retinol Soft Cream, Klapp, 32 €. 2-en-1, Peeling exfoliant Musaclean, Kadalys, 35 €.



J-8 Drainez à volonté

Effectuez des gestes drainants pour désengorger les tissus et éliminer les toxines accumulées. Tranche des mains sur les commissures des lèvres, remontez du centre du visage vers les tempes. Si vous sentez de mini-éclats sous les doigts (comme des grains de riz), ce sont les toxines accumulées. Massez pour les faire disparaître.

Le bon tempo : à tout moment de la journée, pendant une semaine.

J-5 Réchauffez votre teint

Pour un effet bonne mine, ajoutez quelques gouttes d'autobronzant dans votre soin de jour. Faites la même chose avec votre crème pour le corps, afin d'éviter les démarcations sur le cou et le décolleté et donc l'effet artificiel.

Le bon tempo : tous les matins, en augmentant peu à peu la dose.

Notre sélection Sur mesure, Addition concentré éclat autobronzant, Clarins, 25 € (1). Pour le visage, le cou et le décolleté, Lotion autobronzante teintée Bronz'express, Académie, 24 € (2).



J-4 Estompez les taches

Si vous êtes sujette aux taches brunes, atténuez-les avec un soin ciblé qui exfolie en douceur et apporte un léger effet blanchissant.

Le bon tempo : appliquez-le localement, tous les jours jusqu'au jour J.

Notre sélection Elixir d'huiles essentielles, Aroma white C+, Decléor, 30,50 € (1). Pour tous types de taches, Splendieuse Enrichie, Nuxe, 29,90 € (2). Avec applicateur, Concentré anti-taches rebelles, Sephora, 18,95 €.



Astuce de pro

Pour les plus pressées
A deux jours du réveil, vous n'avez rien fait? Tout n'est pas perdu! Mélangez un yaourt à des céréales concassées et utilisez cette préparation comme gommage pour éliminer les cellules mortes. Appliquez ensuite un exfoliant chimique sans grains, pour nettoyer la peau en profondeur.



J-3 Traquez la ride

Retrouvez une peau lisse avec un masque adapté à vos besoins. Pour redéfinir les volumes, utilisez soit une formule en bio cellulose (si votre peau est déshydratée) soit une version crème. Pour un effet lifting, préférez un masque crème tenseur. Laissez-le poser la nuit, et essuyez l'excédent au réveil. Quel que soit le masque choisi, renforcez l'effet des actifs en appliquant d'abord votre crème de jour.

Le bon tempo : trois jours de suite, sur le visage, le cou et le décolleté.

Notre sélection Il se mélange au fond de teint, Revitalizing Supreme, Estée Lauder, 79 € (1). Régénérant, Masque Revitalisant Intensif, Crème de la Mer, 110 € (2). Hydratant, 'Eau' Secours, Sampar, 19 €, chez Sephora (3).

J-2 Défatiguez votre regard

Le coup d'éclat passe aussi par le contour des yeux. Utilisez un soin spécifique, mais attention, le matin, la lymphatique accumulée a tendance à créer des poches. Attendez d'avoir dégonflé pour appliquer le produit, sinon, il sera éliminé avec elle. Si vous utilisez un soin liftant, déposez-le aussi sur la paupière supérieure.

Le bon tempo : matin et soir pendant 2 jours.

Notre sélection Flouteur, Revitalift Magic Blur yeux, L'Oréal Paris, 13,90 € (1). Action grand angle, Soins expert yeux anti-âge, Rexaline, 57,50 € (2). Super-hydratant, Caresse de Lotus Hydratant les yeux, Kenzo, 35 €.



Jour J Grand coup de bluff

Ces gestes simples et produits malins vont apporter rapidement, un véritable coup d'éclat à votre peau, avant le soir de fêtes.

Réalisez des pincements Jacques sur les zones où vous voulez un teint rosé. Appliquez un patch contour des yeux, sur le sillon nasogénien afin de le repulper. Laissez poser 20 min environ. Troquez votre soin du jour contre un masque appliqué

en couche fine. Ne vous maquillez pas de la journée, afin de mieux préparer votre peau. Les alliés SOS : A détourner. Patchs anti-rides haute performance Expert Rides 3D, Diadermine, 8,90 €. Effet lissant, Ampoules Lifting, Coup

d'éclat, 7,50 € les 3. Anti-imperfections, Correcteur Traitant, Guinot, 21 €. Elle réveille la mine, Hydra Glow, Lancôme, 38 €. Unifiant, Micro blur skin perfecter, Kiehl's, 28 €. Double action, BB crème + Blur, Garnier, 10,90 €.