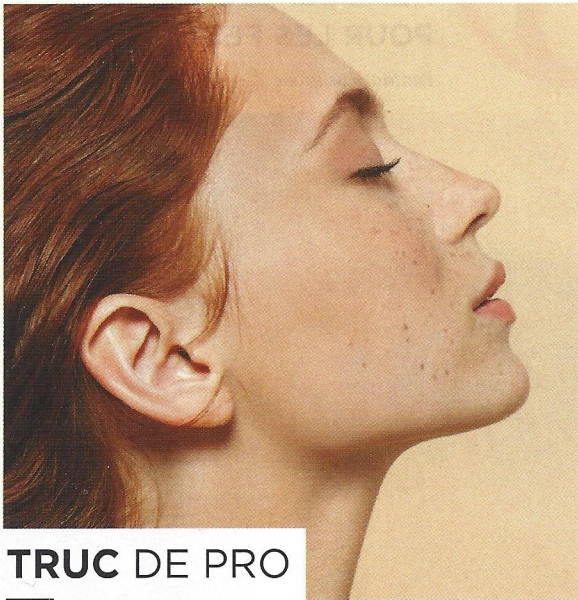


POUR EN FINIR avec *le teint terne*

CE N'EST PAS PARCE QUE L'HIVER EST À NOS PORTES QU'IL FAUT FAIRE GRISE MINE! BESOIN D'UN PETIT COUP D'ÉCLAT? VOICI QUELQUES ASTUCES POUR METTRE NOTRE MINOIS EN LUMIÈRE. *Par Jessica Dostie*



TRUC DE PRO

«Quand vient le temps de choisir un fard illuminateur, on opte de préférence pour une nuance chaude – plus flatteuse – dans une tonalité qui s'harmonise à notre carnation, par exemple un illuminateur champagne si l'on a un teint de lait, ou bronze pour les peaux foncées.»

– DAVID VINCENT, spécialiste Apprentissage et contenu, Groupe Marcelle

Les causes

Stress, carences alimentaires, manque de sommeil, cigarette, pollution: de nombreux facteurs peuvent expliquer notre teint terne. Ce n'est pas pour rien que l'on compare souvent la peau à un miroir qui reflète ce que l'on vit! De là l'importance d'adopter de saines habitudes.

Les bons gestes

EXFOLIER Certains gestes beauté nous aident à raviver notre teint, à commencer par une exfoliation en bonne et due forme, et ce, au moins une fois par semaine. Qu'on opte pour une exfoliation mécanique ou un peeling chimique, l'objectif est le même: débarrasser la peau des cellules mortes qui la ternissent. Très simples à utiliser, les gommages mécaniques (à base de fines particules) sont appliqués par mouvements circulaires sur une peau humide. Quant aux exfoliants chimiques, qui délogent les cellules mortes grâce à l'action d'acides de fruits ou d'autres enzymes, ils sont particulièrement indiqués pour les peaux sensibles et acnéiques.

HYDRATER Dès que la fraîcheur automnale se fait sentir, notre peau, asséchée autant par les contrastes de température que le chauffage, a besoin d'une dose d'hydratation supplémentaire. On peut, par exemple, superposer notre crème habituelle à un sérum hydratant ou encore choisir de troquer notre formule fluide estivale contre une crème plus enveloppante. Et si l'on n'aime pas les textures trop riches durant le jour, on garde la main légère le matin et on les applique plutôt comme soin de nuit.

PROTÉGER DES ÉLÉMENTS Même l'hiver, l'écran solaire demeure essentiel. On préfère une formule à base de filtres minéraux, qui crée une barrière physique, un peu comme un manteau pour notre peau!

ILLUMINER Pour un coup d'éclat instantané, le maquillage est tout indiqué. Si l'on cherche une luminosité plus naturelle, on commence par une base illuminatrice, qu'on applique sous une crème teintée. Certains fonds de teint aussi sont enrichis de particules réfléchissantes pour un effet bonne mine. Les fards illuminateurs demandent pour leur part un peu plus de doigté: on dépose les pigments avec parcimonie sur des points stratégiques du visage, comme le haut des pommettes et l'arcade sourcilière, bref les zones qu'on souhaite mettre en valeur. ●



LES BONS PRODUITS

- ① **GOMMAGE** pour le visage microdermabrasion activatrice d'éclat à la vitamine C, de The Body Shop (23 \$, à thebodyshop.com).
- ② **ÉCRAN SOLAIRE MINÉRAL FPS 50**, de Functionalab (50 \$, à dermapure.com).
- ③ **SÉRUM HUILE RÉPARATEUR DE NUIT IMMORTELLE**, de L'Occitane (79 \$, à ca.loccitane.com).
- ④ **MASQUE HYDRATANT INFUSÉ DE PÉTALES DE ROSE**, de Lise Watier (35 \$, en pharmacie et à lisewatier.com).
- ⑤ **CRÈME TEINTÉE + ILLUMINATEUR FACE GLOW**, de Graydon (46 \$, à graydonskincare.com).

MERCI À DAVID VINCENT, SPÉCIALISTE APPRENTISSAGE ET CONTENU AU GROUPE MARCELLE.