

seulement
1€
1,40

N° 1504 Du 24 au 30 août 2015
maximag.fr

Maxi

Un teint éclatant

Nos conseils pour une rentrée en beauté



À faire soi-même

De jolis objets à teindre et à décorer

NOTRE CORPS ET NOUS

Apprenons à nous sentir belles
et décomplexées

QUIZ, TEST, MOTS FLÉCHÉS...

Amusez-vous, détendez-vous !

THÉRAPIE DE COUPLE

Une vraie solution
quand la
relation vacille

**Aveugle et
championne de
sport équestre**
« Je continuerai de
vivre ma passion,
coûte que coûte ! »

Herbes aromatiques Des recettes parfumées !



M 03322 - 1504 - F: 1,40 €



BALIER
MEDIA
FRANCE

Belgique 1,80 € - DOM A 1,50 € - DOM B 1,80 € - Suisse 2,00 CHF - Allemagne 3 € - Espagne 1,90 € - Grèce 2 € - Italie 2 € -
Luxembourg 1,80 € - Maroc 20 MAD - Portugal 1,80 € - Ton 4,800 FCFP - Ton 2,200 FCFP - Tunisie 2,30 TND - Canada 4,95 \$ CAD



beauté

Votre peau est sèche, terne, avec peut-être quelques boutons ? C'est classique après l'été. Mais à chaque problème il existe des solutions, pour une rentrée en beauté !

À LA RENTRÉE
Conservez
tout votre éclat !



Cocoonez votre peau sèche avec un programme adapté

Après le chaud soleil de l'été, votre peau semble plus fine, elle a tendance à plisser et elle blanchit par endroits, comme si elle manquait d'eau. Le fautif : le dessèchement. « Le phénomène est seulement superficiel, rassure le Dr Catherine de Goursac, auteur du livre *T'as bonne mine, ce matin!* (éditions Josette Lyon). La couche cornée a pu s'épaissir par réaction aux UV et si elle sèche en surface, il n'y a pas de souci en profondeur, là où les tissus ne sont pas assoiffés ».

✓ **La solution** D'abord, il faut gommer pour éliminer toutes les cellules mortes, favoriser leur renouvellement et permettre aux couches inférieures de « respirer ». Ensuite, il s'agit d'appliquer quotidiennement des soins hydratants, nourrissants et relipidants.

✓ **Les meilleurs actifs** Le Dr de Goursac recommande en particulier les produits riches en céramides qui restaurent la barrière lipidique, en AHA ou acides de fruit, qui exfolient en douceur, en vitamine A (ou rétinol), anti-âge également, ainsi qu'en oméga-3 et oméga-6 associés.

✓ **L'astuce** Ne décapez plus votre visage avec des produits lavants inadaptés. « Utilisez une simple lotion micellaire le soir pour démaquiller et purifier, mais rien le matin afin de ne pas détériorer le film hydrolipidique qui s'est renouvelé dans la nuit », recommande l'expert. Après les aventures de l'été, votre peau en a grand besoin !

Notre sélection

- 1 Crème de gommage Institut Arnaud, aux microparticules minérales, qui s'utilise sur peau sèche. Appliquez, massez, rincez... le tour est joué ! 12 € les 75 ml***.
- 2 Source micellaire de Garancia, nettoie et démaquille, sans savon ni alcool. 13,90 € les 100 ml*.
- 3 Elteans Crème des laboratoires Jaldes, aux oméga-3, oméga-6 et à l'huile essentielle de lavande pour restaurer la barrière cutanée et lutter contre les signes de sécheresse en profondeur. 13,60 € les 50 ml*.



4

- 4 Crème fondamentale régénératrice Nuit de Diadermine Expert Cellulaire 3D, aux AHA exfoliants, protéines de soja boostant la vitalité des cellules et enzymes pour réparer les dommages causés par le soleil. 13,10 €, les 50 ml**.



Réveillez un bronzage terne

Vous avez bonne mine après l'été ? Et pourtant, le joli hâle peut parfois virer au gris après le retour des vacances. La faute au manque d'hydratation, là aussi, mais pas seulement. Les tissus peuvent être un peu moins oxygénés en superficie et les pigments, vieillissants, ne sont plus aussi vifs.

✓ **La solution** Le gommage, qui booste l'éclat de la peau, même s'il éclaircit un peu le teint, comme le recommande le Dr de Goursac. Et pour compenser, appliquez des soins traitants qui teintent légèrement et agissent comme des prolongateurs de bronzage.

✓ **Les meilleurs actifs** Pensez aux caroténoïdes. Et aussi à tous les anti-radicaux comme le resveratrol, très concentré en extraits de raisin notamment, qui bloque les dégradations causées par les UV.

✓ **L'astuce** Tentez le masque à l'argile rouge (dans les magasins bio et sur Internet). Elle détoxifie et redonne de la luminosité aux teints ternes. Vous pouvez aussi ajouter 5 gouttes d'hydrolat huileux de carotte pour renforcer l'effet bonne mine. À laisser poser 10 minutes.

Notre sélection

- 5 Lait embellissant après-soleil corps et visage de Galénic, à l'uncaria d'Amazonie, prolongateur de bronzage. 17 € les 200 ml*.
- 6 Huile végétale de buriti visage et corps d'Arôme Zone, très concentrée en caroténoïdes pour prolonger le bronzage. 13,50 € les 100 ml***.
- 7 Fluide teinté peau parfaite Vinoperfect de Caudalie, aux polyphénols anti-oxydants. 17,80 € les 40 ml*.





Effacez les taches

Des taches brunes sur le décolleté, les mains, le visage ? Les UV ont en effet entraîné une sécrétion excessive de mélanine par endroits, laissant apparaître ces marques foncées. « Ces lentigos apparaissent après des expositions solaires sans protection, souligne le Dr de Goursac. Quant au mélasma, ou masque de grossesse, il peut apparaître même quand on n'est pas enceinte sous l'effet conjugué du soleil et de perturbateurs endocriniens contenus dans l'alimentation de mauvaise qualité, les pesticides, les emballages (certaines canettes ou pack...) qu'il faudrait éviter ».

✓ **La solution** « S'il faut manger le plus sainement possible, en cuisinant soi-même, la parade immédiate, c'est l'écran total jusqu'à la fin de l'été indien, ainsi qu'un traitement dépigmentant en cure d'attaque deux fois par jour pendant deux mois et une seule fois jusqu'à disparition des taches », recommande le Dr de Goursac.

✓ **Les meilleurs actifs** L'acide férulique, l'acide kojique et la vitamine C notamment, tous dépigmentants.

✓ **L'astuce** Le nerf de la guerre contre les taches, c'est la ténacité. Même si vous n'obtenez pas de résultat significatif dans les quinze jours, persévérez et, surtout, évitez les expositions au soleil sans protection renforcée à l'avenir.

Notre sélection

1 Concentré anti-taches de Guinot, à la vitamine C éclaircissante et au Mélanoxyl qui diminue la mélanine et sa production. 42 € les 15 ml***.

2 Sérum Pigmentclar de La Roche-Posay, au pHE-Résérpinol anti-taches, acide férulique agissant au cœur de l'épiderme, LHA dérivé de l'acide salicylique homogénéisant, et niacinamide apaisant. 36,40 € les 30 ml*.

3 Mission Perfection Sérum de Clarins, à base d'acérola, riche en vitamine C, qui agit contre les taches et redonne toute sa luminosité au teint. 73 € les 30 ml****.



NOTRE COUP DE CŒUR

Gomez les boutons

La disparition des boutons sous le soleil, c'est classique ! Mais après quelques jours de trêve, au plus fort des vacances, l'effet rebond peut gâcher la rentrée. Explication : la couche cornée, épaissie sous l'effet des UV, est comme un couvercle, avec un effet retard. Quand les impuretés se libèrent avec le renouvellement cellulaire, les boutons se multiplient.

✓ **La solution** Hydratez pour enrayer le phénomène, mais avec un produit respectant votre type de peau. Si celle-ci vous semble plus grasse, prenez un soin anti-soif pour peau mixte, voire grasse. Ensuite, il faut traiter avec un produit ciblé. À défaut de résultats, les soins esthétiques en cabinet médical offrent une alternative efficace, comme le peeling à base d'acide salicylique en association avec une séance de leds à l'action anti-inflammatoire (compter deux à trois séances à 120 € chacune).

✓ **Les meilleurs actifs** Ciblez les soins antibactériens ou ceux qui combinent acide hyaluronique hydratant et acide salicylique. Ce dernier actif s'attaque au cœur des boutons ou points noirs et accélère le renouvellement cellulaire.

✓ **L'astuce** Évitez de passer les mains sur le visage. Elles ne sont pas toujours propres et peuvent véhiculer des bactéries favorisant l'acné. Et ne touchez pas aux boutons une fois qu'ils sont installés. Appliquez simplement vos soins anti-imperfections et laissez-les disparaître tout seuls pour éviter les cicatrices.

Notre sélection

4 KeracnylPP de Ducray, crème apaisante anti-imperfections à la Myrtacine antibactérienne (qui s'attaque au biofilm), à la vitamine PP, aux poudres matifiantes et agents hydratants. 11 € les 30 ml*.

5 Pinceau correcteur Avène, idéal pour camoufler les boutons sans les infecter. 14,75 €*.

6 Normaderm 3 en 1 Nettoyant + Exfoliant + Masque de Vichy, doté des duos acide salicylique + LHA et glycérine + glycol. 11,15 € les 125 ml*.



Par Suzanne Alexandre

* Pharmacie et parapharmacie. ** GMS. *** Site dédié et institut. **** Parfumerie.