



# *Défatiguez-* **MOI!**

Raplapa au cœur de cet hiver sans fin? Nos bons plans beauté bien-être pour se défroisser les traits, s'offrir un teint frais et gagner en vitalité. PAR GERTRUDE GUESDON





## La brume effet yoga

Toujours aussi efficace pour réveiller nos cellules et défroisser la peau : la vaporisation d'eau glacée (oui, on range son spray au frigo). Et la nouveauté dans tout ça ? Cette brume d'eau hydratante est aussi hautement chargée en sels

de magnésium issus de la mer morte qui lui assure une parfaite affinité avec le derme et un effet apaisant et protecteur sur les peaux sensibles. À vaporiser à 30 cm en fermant les yeux et à laisser poser 15 s avant de tamponner avec une serviette. **Shopping** Brume Magnésium, Novexpert, 7,90 €.



## Le passage du rouleau

Vive les masques hydratants en fibre ou en tissu. Ultra-frais et imprégnés de soin, ils promettent de regonfler nos traits en un temps record. Pour décupler l'effet décongestionnant et relaxant, la bonne idée, c'est de masser à l'aide d'un roller. On effectue des lissages du centre vers l'extérieur du visage et sur le contour de l'œil : super-efficace. **Shopping** Masques biodégradables hydratants et coup d'éclat à la banane, énergisants au thé vert, BAR Naturals, 5 € chez Monoprix. Roller en obsidienne, Wesak Paris, 24 €.



## La bonne crème de nuit

L'hiver, le métabolisme est au ralenti et la peau a tendance à hiberner. Pour éviter le teint brouillé, on ne lésine pas sur le démaquillage du soir et on applique une crème de nuit bien nourrissante qui stimule la peau. Les ingrédients clés : le rétinol, les acides de fruit (AHA), les polypeptides et l'acide phytique, qui exfolient et boostent la fabrication de collagène et d'élastine. **Shopping** Revitalift Laser Crème Nuit Rétinol + Niacinamide, L'Oréal Paris, 25 €. Soin de Nuit Anti-âge Lissant Stim Renew 15, Eneomey, 46,80 €. Crème Nuit 5,5 % d'acide glycolique, Glyco-A, Isispharma, 16,90 €.

## Les champignons magiques

Ces outils de massage en jade blanc et aux airs de champignons sont les stars du moment pour retrouver une baby face. On les fait glisser par mouvements circulaires, tiédés au bain-marie, ou froids pour tout lisser, décontracter et réveiller l'éclat. Futé, le pochon dans lequel ils sont vendus comporte un QR code qui permet d'accéder à des tutos. **Shopping** Duo Mushrooms Décontractants & Lissants, Face Kult, 39 €.



# 3 SOINS ANTI-COUP DE POMPE en cabine

**Le Massage Immunité, 1 h/78 €, au Lanqi Spa Paris. Un massage thérapeutique chinois ultra-tonique avec frictions et tapotements sur le corps pour débloquer les tensions, et pressions le long du méridien de la rate pour relancer la circulation sanguine et booster l'énergie. Extra pour recharger ses batteries. lanqi-spa.com**

**Le Soin Visage Relaxant Aroma dans les Spas by Clarins 1 h/à partir de 110 €. Le soin idéal pour retrouver un visage paisible alliant chromothérapie, massages relaxants aux huiles botaniques, effleurages à la pierre chaude, masque à la boue végétale et application des soins stars de la maison Clarins. Une vraie bulle de bien-être. clarins.fr**

**Le Soin Face Kult Signature, 30 min/59 €, au Bon Marché Rive Gauche et en province. Un super-soin pour regonfler ses traits avec oxygénation de la peau par infusion d'acide hyaluronique et d'oxygène pur, pincements pour stimuler les muscles et les tissus, et massage anti-fatigue pour tout défroisser. facekult.com**