

JOUR

3

JAMBES IMPEC!

Le fait d'étendre de la poudre de talc (ou pour bébé) sur la région à épiler assure une meilleure adhérence de la cire aux poils.

Cire tiède jambes, corps et visage, de Parissa, 10,99 \$ les 120 ml

MIEUX VAUT PRÉVENIR QUE GUÉRIR

«Le cancer de la peau est le plus fréquent chez les jeunes de 25 à 29 ans», affirme le Dr Khanna, fondateur et directeur médical de la clinique PEAU, à Montréal. **Bonne nouvelle:** les nouveaux cas sont diagnostiqués de plus en plus tôt. **Résultat?** Environ 90 % d'entre eux ont de bonnes chances de guérison, même si l'incidence de ce type de cancer est en hausse depuis 30 ans. De plus, les effets d'une exposition prolongée aux rayons UV, sans avoir protégé sa peau au préalable, peuvent ne pas se manifester avant 10 ou 15 ans. Comme on ne veut pas faire partie des statistiques, on évite les lits de bronzage et on applique chaque jour un écran solaire adéquat.



Lait solaire au parfum d'agrumes avec FPS 30, de Biotherm, 35 \$ les 200 ml

METS-EN, C'EST PAS DE L'ONGUENT!

Pour une surface équivalente à celle de la paume de la main, la quantité de crème solaire à appliquer est de la grosseur du bout de l'index, prescrit le Dr Khanna. Sinon, la protection est insuffisante. L'efficacité d'un FPS 30 est alors réduite de moitié. En réalité, une crème solaire est conçue pour une exposition directe et de longue durée aux UV, tandis qu'une crème de jour avec un indice de protection est une crème hydratante qui présente d'autres bénéfices cosmétiques spécifiques en plus des filtres solaires», explique Nancy Labonté, formatrice internationale chez IDC. «Voici un truc, si on ne veut pas changer notre soin quotidien: on applique notre écran solaire d'abord, puis on attend 20 minutes pour lui permettre de pénétrer, mentionne le Dr Khanna. Ensuite, on peut s'enduire de notre crème préférée.»



LE DUO DE L'ÉTÉ



Crème Photoderm avec FPS 60, de Bioderma, 20 \$ les 40 ml
Gel crème Hydra Beauty, de Chanel, 78 \$ les 50 g



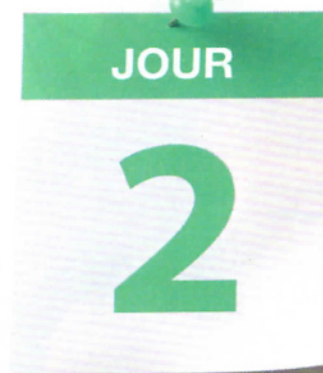
truc estival

POUR UNE BOUCHE IMPEC!
ON ÉLIMINE LES PETITES PEAUX REBELLES AVEC UN MÉLANGE DE SUCRE ET DE MIEL — UN EXFOLIANT ET UN ÉMOLLIENT NATURELS — QU'ON FROTTE SUR LES LÈVRES AVEC LE DOIGT OU LES SOIES DE LA BROSSA À DENTS.

RAS LE POIL!

Avec le retour des beaux jours, l'épilation est de rigueur. Mais attention: celles qui se rasent ne devraient pas le faire plus d'une fois tous les deux jours. Pour prévenir le dessèchement et les irritations, on se procure un produit hydratant, qu'on applique sur la peau avant de se raser. Une crème à raser s'avère un bon choix, mais un revitalisant capillaire convient tout autant. Ah! et on n'oublie pas de changer la lame de notre rasoir régulièrement, toutes les 5 à 10 séances!

Crème à raser ultra-hydratante, d'Eos, 3,99 \$ les 207 ml, offerte dès juin



2 SOLUTIONS POUR UN HÂLE DORÉ

On applique l'autobronzant la veille pour un lendemain ensoleillé! Notre hâle d'été tiendra jusqu'à une semaine, et on n'a pas à redouter «l'effet orangé». Pour un bronzage uniforme, on exfolie la peau les jours précédant l'application. Et surtout, on n'oublie pas de s'hydrater les jours suivants!

SOLUTION SALON

On appelle à l'espace beauté Etiket, à Montréal, et on demande le soin de corps 60 minutes Bronzage Etiket, qui comprend une exfoliation, une hydratation et l'application d'un autobronzant.

Prix: 95 \$. Un pourcentage des recettes va à la Fondation Sauve ta peau. etiket.ca

SOLUTION MAISON

Le duo idéal pour perfectionner notre hâle et ainsi éviter qu'il ne s'écaille.

Mousse autobronzante Self Tan et gant applicateur Tan Optimiser, de St. Tropez, 38 \$ les 120 ml et 7,50 \$ Lotion pour le corps ultra-hydratante, d'Olay, 10,99 \$ les 350 ml

PORES ZÉRO VISIBILITÉ

Deux fois par semaine, on se fait un masque facial affinant et on le laisse agir 10 minutes. Ça rend la peau plus nette tout en créant une base lisse pour le maquillage.

Masque affinant, de Dermalogica, 52 \$ les 75 ml



DOIGTS DE FÉE

Nos ongles sont moins translucides?

«C'est signe qu'ils ont besoin d'hydratation», affirme Essie Weingarten, présidente et fondatrice de la marque de vernis et de soins pour les ongles Essie. La solution? Dans un bol, on mélange trois parts d'huile d'olive tiède et une part de citron. Ensuite, on y trempe nos ongles pendant 15 minutes. Résultat: les ongles seront fortifiés et retrouveront leur clarté!

L'HUILE ATTIRE L'HUILE

Notre écran solaire est difficile à enlever?

On utilise un nettoyant à base d'huile, qui a comme propriété d'attirer les huiles et de déloger les impuretés. En plus, il retient bien l'hydratation!

Huile nettoyante optimale visage et corps, de Shiseido, 33 \$ les 150 ml



NOUVELLE ÉTAPE SOUS LA DOUCHE

Cette lotion parfumée à la rose est à la peau ce que le revitalisant est aux cheveux. On l'utilise sous la douche, après s'être lavée, pour une peau délicieusement hydratée.

Revitalisant corporel à l'argan de Ro, de LUSH, 29,95 \$ les 240 g



truc estival

UN POIL INCARNÉ? ON N'ESSAIE SURTOUT PAS DE LE RETIRER À LA PINCE! ON UTILISE PLUTÔT UNE CRÈME FAITE À 1 % D'HYDROCORTISONE, EN VENTE LIBRE À LA PHARMACIE, POUR APAISER LES ROUGEURS, LES PICOTEMENTS ET L'INFLAMMATION. EN TROIS JOURS, ON DEVRAIT RÉUSSIR À NEUTRALISER L'ENNEMI!