



FAIRE UN MASQUE, C'EST S'ACCORDER UNE PAUSE PLAISIR DE 10 À 15 MINUTES

4 SOIGNER SON CONTOUR DE L'ŒIL

C'est l'endroit du visage où la peau est la plus fine. Zone sensible oblige, les soins sont plus doux et les textures légères.

Pourquoi c'est important : « Le contour de l'œil marque très vite, explique le Dr Véronique Gassia. Il y a beaucoup de consultations pour cette zone : cernes, poches, rides... Je recommande un soin adapté. Ni une crème trop riche qui pourrait induire un gonflement, ni un soin avec des principes actifs trop agressifs, pour ne pas l'irriter. » La peau y est fine et des poches apparaissent dès 30 ans. À cela, il y a deux raisons : la circulation lymphatique est moins tonique et la peau commence lentement à perdre de sa fermeté.

Il est important de commencer à mettre des soins adaptés dès les premiers signes de l'âge, pour freiner au maximum le processus de vieillissement. On recommande de faire un modelage avec un soin, de préférence le matin, pour rafraîchir les yeux après la nuit.

Le bon geste consiste à appliquer son soin en effectuant des pressions dans le sens suivant : partir de la tête du sourcil, passer par la patte-d'oie pour finir au coin interne de l'œil, là où se trouve la sortie du canal lacrymal. Trois fois. Puis effectuer trois pressions fortes au coin interne de l'œil. Finir avec des pincements doux sur la poche, du coin externe vers le coin interne et lisser dans l'autre sens.

Mon shopping

1. Action globale : Payot Suprême Jeunesse Regard. 15 ml, 54 €. Instituts et parfumeries. **2. Contre l'effet peau froissée :** L'Oréal Paris. Age Perfect Renaissance cellulaire. 15 ml, 18,50 €. GMS. **3. Contre les cernes des peaux mates à foncées :** Talika Eye Detox Specific. Le stylo-pompe de 15 ml, 36 €. Sephora et parapharmacies. **4. Applicateur high-tech :** Lancôme Génifique Yeux Light Pearl. 20 ml, 61 €. Parfumeries. **5. Effet frais matinal :** Decléor Aurabsolu Concentré lumière regard. 15 ml, 36,50 €. Instituts. **6. Coup d'éclat :** Diadermine N°110 Super sérum anti-âge yeux. 15 ml, 12,50 €. GMS.



5 APPLIQUER UN MASQUE UNE FOIS PAR SEMAINE

Il signe son grand retour. Variété des textures, des modes d'application... À appliquer au moins une fois par semaine.

Pourquoi c'est important : « Le masque, c'est l'indispensable complément d'une routine anti-âge, explique Christiane Montastier. Il est très intéressant d'un point de vue dermatologique. Que le masque soit tissé, en cellulose ou en hydrogel, il imprègne la peau d'actifs grâce au système occlusif créé par la couche épaisse ou le support. Cette propriété permet une pénétration optimale. »

Les masques en hydrogel, particulièrement hydratants, font gonfler la couche la plus superficielle de la peau (le stratum corneum) et l'effet visuel – une peau lissée – est immédiat.

Faire un masque, c'est aussi s'accorder une pause de 10 à 15 minutes. « C'est une démarche positive de prendre soin de soi », ajoute Christiane Montastier.

Mon shopping

1. Hydratant : En hydrogel : Magicstripes Hyaluronic Intensive Treatment Mask, 39 € le pack de 3 sur www.magicstripes.fr. **2. La pause antirides :** À garder 20 minutes Barbara Gould Masque anti-rides bio-cellulose. 5 € le sachet unidose. GMS. **3. En tissu :** Yves Rocher Anti-Âge Global Le Masque - Cure fusionnel. 11,80 € l'unité. Instituts et boutiques de la marque. **4. Express :** Au camélia : Erborian Camellia Mask Éclair. 50 ml, 42 €. Sephora.

