

www.femmeactuelle.fr

# Femme actuelle

Visites  
nocturnes

Les plus  
beaux sons  
et lumières  
de France



**Je cuisine  
facile avec  
Philippe Etchebest**  
ses recettes et conseils

Le féminin le plus lu en France  
N°1660 - DU 18 AU 24 JUILLET 2016

Santé  
**SOINS À L'ÉTRANGER  
COMMENT ÊTRE  
REMBOURSÉE ?**

**Spécial été**

+ de 20 jeux  
exclusifs

+ A gagner

**8 000 €  
de cadeaux**

**Bronzage**

A chaque  
destination,  
la bonne  
protection

**Médecines  
douces  
Plus jamais  
de cystite**

**Société  
Pourquoi  
on aime  
les selfies ?**

PM PRISMA MEDIA

M 01160 - 1660 - F: 1,80 €







Nos régions  
à l'honneur

# Les secrets de beauté du *Sud-Ouest*

Sur les dunes, au milieu des pins ou au marché, votre route croisera sûrement celle d'ingrédients étonnants qui confèrent aux cosmétiques locaux des trésors de bienfaits. PAR VIRGINIE MARCHAND



## Le pin maritime

Fierté de l'Aquitaine, ce conifère fait le bonheur de plusieurs marques de cosmétique. Des graines de ses pommes pressées à froid, on obtient une huile végétale anti-âge, redensifiante, repulpante et apaisante. Broyées, elles font aussi un excellent exfoliant. De son écorce sont extraits des polyphénols antioxydants, protecteurs et réparateurs. Enfin, des aiguilles, on recueille un extrait qui dope l'éclat du teint.

## Les extraits végétaux

Et si votre salle de bains prenait des airs de marché aux primeurs? D'abord avec le célèbre piment d'Espelette dont l'extrait possède des vertus antioxydantes et hydratantes grâce à ses polysaccharides. Quant à la cerise d'Itzassou, elle régule l'hydratation cutanée et renferme des pigments capables de piéger les radicaux libres. Un duo beauté de caractère!



## L'algue rouge de la côte basque

Nul besoin d'aller les chercher à l'autre bout du monde : les algues de chez nous recèlent de nombreuses vertus pour nous embellir. C'est le cas de la *Gelidium sesquipedale* dont est tiré un actif ultra-protecteur, nommé *Alga gorria*. Il permet aux cellules de mieux se défendre et de ralentir le processus du vieillissement. Vous le trouverez dans une gamme de produits solaires bio qui prendra à la fois soin de votre peau et de l'environnement.



## SOUVENIRS DE VACANCES



**Repulpant**  
Huile Re-  
structurante  
et Anti-Age  
Visage  
de Graines  
de Pin  
Maritime,  
Océopin,  
36 €.



**Onctueux**  
Baume  
Fondant  
Corps, Iturri,  
22,50 €.



**Régénérant**  
Emulsion  
Nuit Détox,  
Ixxl, 37 €.



**Sans parfum**  
Crème Solaire  
Visage Bio,  
Alga Maris,  
SPF50,  
Laboratoires  
de Biarritz,  
16,50 €.

Le rituel de  
l'expert



Marina Berger,  
fondatrice  
d'Océopin

« L'exfoliant  
express pour  
les mains »

Les mains sont souvent oubliées, et trahissent notre âge. Pour les chouchouter sans y passer trop de temps : une fois par jour, je mélange de la poudre de graines de pin avec mon gel lavant pour le rendre légèrement gommant. Je les sèche bien, puis j'applique de l'huile végétale de pin pour les hydrater et les protéger sans laisser de film gras.

## L'adresse

Incontournable dans la région, ce spa propose des soins exclusifs alliant les vertus de la vigne et du raisin à celles d'une eau de source chaude. Les Sources de Caudalie, le spa Vinothérapie, chemin de Smith-Haut-Lafitte, 33650 Bordeaux-Martillac, sources-caudalie.com.