

VERSION femina

Anti-âge

La force
de la nature est
avec vous!

SANTÉ
ET SI ON
REDÉCOUVRAIT
LES CURES
THERMALES?

Crêpes
Les petits secrets
des grands chefs

Mode

la Veste donne le ton

DANIEL
AUTEUIL
"Molière me
va bien..."

DU 28 JANVIER AU 3 FÉVRIER 2019



ANTI-ÂGE

La puissance des 5 éléments

En médecine chinoise, l'énergie vitale est régie par l'équilibre entre le bois, l'eau, la terre, le métal et le feu. Cinq éléments bienvenus pour entretenir aussi la fraîcheur de notre peau.

PAR CLAIRE DHOUILLY

LE BOIS

force et protection

La tendance des *shirin-yoku*, ces « bains de forêt » venus du Japon, a redonné un vif intérêt pour les arbres. « Plus la nature s'éloigne, plus on a envie de s'ensauvager, d'aller retrouver les derniers grands espaces », remarque Emma Fric, directrice recherche et prospective chez Peclers Paris. Chêne, bouleau, hêtre, pin, mais aussi espèces exotiques livrent des actifs anti-âge particulièrement puissants avec, comme point commun, une forte action protectrice. Rien d'étonnant venant de ces imposants végétaux solidement enracinés et capables de vivre parfois des centaines d'années. Toutes les parties de l'arbre sont bonnes : huile des graines, sucre de l'écorce, éléments issus des feuilles et du bois... chaque extrait possède ses spécificités pour stimuler la régénération ou la fermeté du derme.



1. Veloutée Son huile de graine de pin maritime est une mine de vitamine E et d'acides gras essentiels insaturés, garants d'une peau hydratée, apaisée et protégée du vieillissement. *La Crème, Emulsion Anti-Age Indispensable, Océopin, 52 € les 50 ml.* **2. Lacté** A la sève de bouleau et à l'extrait de pin, il booste les défenses cutanées et redensifie la peau. *Lift Pinaster, Sérum Botanique Anti-Age Fermeté, Saève, 42 € les 30 ml.* **3. Légère** L'huile de baobab nourrit et repulpe la peau, l'extrait de fruit de kigélia, un arbre africain, hydrate et apaise, et le SPF prévient les taches. *Crème de Jour SPF 30, Dr Jackson's, 102,50 € les 30 ml (sur feelunique.com).* **4. Seconde peau** Un sucre issu de l'écorce de hêtre, le rhamnose, délivre des propriétés anti-âge proches de celles du rétinol, sans le côté irritant. *Crème des Reines, Légère, Sanoflore, 30,20 € les 40 ml.* **5. Nocturne** Un masque revitalisant avec de l'arbre à soie, à laisser agir toute la nuit pour lisser les traits. *NCEF Night Mask, Masque Nuit Multi-Correcteur Suprême, Filorga, 59,90 € les 50 ml.* **6. Cocooning** Un extrait de chêne breveté, composé de feuilles, d'écorce et de bois tendre, aux pouvoirs lissants, raffermissants et coup d'éclat. *Crème Nutritive Intense, La Chênaie, 55 € les 50 ml.*