

NOUVEAU PLUS D'HISTOIRES ET DE LECTURE

Gala

LETIZIA D'ESPAGNE
AMBITIEUSE,
AUTORITAIRE...
LE LIVRE CHOC
QUI ÉGRATIGNE
LA REINE

**TENDANCE
MODE**
COMMENT
PORTER LE COSTUME
D'HOMME

LES ENFOIRÉS
EN COULISSES
AVEC NOTRE
REPORTER
NIKOS ALIAGAS

**RENÉE
ZELLWEGER**
EXIT LA DÉPRIME
ELLE A REPRIS
SA VIE EN MAIN

**DESTIN
DE FEMME**

SYLVIE BEHILLIL
LE DIFFICILE
COMBAT DE
LA PROFILEUSE
DU CORONAVIRUS

**PIERRE-JEAN
CHALENÇON**
"NON, JE N'AI PAS
ÉTÉ L'AMANT DE
CHARLES TRENET"

**LE DÉBAT DE
LA SEMAINE**

ADOPTER
UN CHAT POUR
APAISER
LES TENSIONS
FAMILIALES ?



TOUTES LES PHOTOS DE L'INTÉRIEUR

MEGHAN ET HARRY À LOS ANGELES

ILS ONT CRAQUÉ POUR CETTE VILLA DE LUXE !

COMMENT MEGHAN
S'INSTALLE
DE
Journatix.fr
UNE BO

PM PRISMA MEDIA

CPPAP

NUMERO 1394 DU 27 FÉVRIER 2020
BEL: 3,90 € - CH: 5,50 € - DE: 4,90 € - FR: 3,90 € - GR: 3,80 € - ITA: 4,90 € - UK: 3,90 € - PRT: 3,90 €
CONT.: 3,80 € - DOM: 5 € - MAF: 0,5 € - MARS: 35 MAD
Tunisie: 7,5 TND - Zone OPA Avion: 5,700 MAD - Zone OPA
Autres: 1,750 KPW - Batares: 300 KPW

M 01800 - 1394 - F: 3,20 €



www.Gala.fr



BEAUTÉ COSMÉTO

Une peau bien huilée

Grenade, rosier, onagre, avocat, bourrache, carotte...
Les huiles végétales promettent le meilleur à l'épiderme.
Mais comment s'y adonner sans mauvaise surprise ?

Ces trésors de la slow cosmétique peuvent presque tout soigner. Il en existe autant que de problème à traiter ! D'où l'intérêt de demander conseil à un pro avant de se lancer. *Huile de Carotte, Melvita.*





ELLES ONT TOUTES LES MÊMES VERTUS

Faux. Oui, elles sont toutes composées sur la même structure, à savoir une fraction saponifiable (glycérides, acides gras) et une autre insaponifiable : « C'est la partie la plus pure, la plus intéressante, celle qui contient les vitamines et les polyphénols », précise Marie-Hélène Lair, directrice de la communication scientifique chez Clarins. Mais les proportions de ces deux composants varient selon les végétaux, ce qui leur confère à chacune des propriétés différentes. **Bon à savoir :** la partie insaponifiable, qui tourne en moyenne autour de 5 %, peut grimper jusqu'à 12 % dans l'huile végétale d'avocat, voire 50 % dans celle de jojoba.

ELLES NE CONVIENNENT PAS AUX PEAUX MIXTES

Vrai et faux. Certaines sont reconnues pour leurs vertus purifiantes, équilibrantes et/ou antibactériennes. En tête de liste : l'huile végétale de lotus, de neem ou de nigelle. Les labos y ajoutent parfois des huiles essentielles – romarin, néroli, géranium – pour lutter contre les imperfections cutanées. **Bon à savoir :** pour les peaux grasses, il faut être attentif. Si le problème semble s'aggraver ou si l'acné redouble, on arrête. « Il ne faut pas lutter contre la nature de sa peau. Parfois, les huiles ne conviennent pas du tout », prévient le Dr Nina Roos, dermatologue (docteurmaroos.fr).

ON PEUT LES APPLIQUER SEULES

Vrai et faux. Elles constituent un excellent soin de jour, notamment pour les peaux sensibles ou les plus matures. Le tips de Marie-Hélène Lair pour une meilleure affinité et un fini moins collant : « Appliquer généreusement son huile préalablement travaillée entre les mains sur un visage à peine humide, après l'avoir nettoyé à l'eau avec une lotion ou y avoir vaporisé un peu d'eau thermale ». Bémol, cependant, du côté des peaux très sèches pour lesquelles le bénéfice anti-évaporation ne suffira pas : « L'hydratation n'est pas assez profonde. Dans ce cas, on superpose son huile par-dessus une crème ou un sérum hydratants ; le produit le plus riche étant toujours appliqué en dernier », précise le Dr Nina Roos. **Bon à savoir :** on peut aussi mélanger deux ou trois gouttes avec son soin habituel ou dans un masque, ça marche aussi.

ON PEUT LES UTILISER TOUS LES JOURS

Vrai. « Il faut s'écouter et observer sa peau », conseille Marie-Hélène Lair. Si tout au long de l'année, on a envie d'une telle texture et du geste de massage qui va avec, si l'on trouve que sa peau est confortable et son teint plus lumineux, alors pourquoi pas ? **Bon à savoir :** il s'avère que souvent en été, on a davantage envie de fraîcheur et surtout besoin d'hydratation plus que de nutrition. La solution ? Revenir quelque temps aux classiques crèmes ou fluides...

La bonne idée ? Mélanger quelques gouttes avec son soin habituel.

ON PEUT LES MÉLANGER ENTRE ELLES

Vrai et faux. Pas vraiment de contre-indication à un mélange personnel, mais il faut bien connaître les vertus de chaque huile pour faire des associations pertinentes. **Bon à savoir :** faites confiance aux mélanges des pros. Chez Oolution, par exemple, on mise beaucoup sur les synergies d'huiles végétales dans une même formule. Vous pouvez aussi jouer l'alternance – matin/soir, ou tous les deux mois – histoire de varier les apports. Comme avec l'alimentation.

HUILE SÈCHE, HUILE GRASSE, C'EST PAREIL

Faux. Au-delà d'une différence de texture, l'intervention de la chimie creuse aussi l'écart... Oui, l'huile végétale est plus riche, plus grasse, mais elle est naturelle. **Bon à savoir :** si l'on en trouve certaines trop riches (avocat, coco), on les réserve pour le soir.

ALORS, J'ACHÈTE QUOI ?

Des huiles pour chaque besoin, pour chaque tempo

Supernourissantes, avec un fort potentiel gourmand : *Huile Végétale Avocat bio*, Tipology, 7,90 € (typology.com) ; *Huile de soin Nourissante*, Matière Brute, 39 € (matiere-brutelab.com) ; *Huile Nourissante Visage et Décolleté Elixir II*, Bastide, 98 € (bastide.com) (1).

Pour régénérer et protéger la nuit : *Huile aux Fleurs Nuit*, Nüssa, 72 € (nussa-cosmetics.com) (2) ; *Mon Huilette Night*, Les Huilettes, 47,50 € (leshuilettes.com) (4) ; *L'Huile de Jouvence Nuit*, La Provençale, 13,90 €*** ; *Elixir Nuit Réparateur*, Patyka, 65 € (patyka.com) (3).

Anti-âge, à utiliser dès 30 ans matin et/ou soir : *Huile Visage Repulpante*, Océopin, 42 €, (oceopin.com) ; *Huile Végétale Bio Figue de Barbarie*, Puresentiel, 34 €** ; *Huile Elixir Régénérante*, Florena, 19,49 €*** ; *Huile Raf-femissante à la Grenade bio*, Weleda, 31 €**.

Pour un effet bonne mine immédiat : *Huile de Rosier Sauvage*, Pai Skincare, 30 € (paiskincare.fr) ; *Sérum Vitaminé*, Oden, 34 € (oden.fr) ; *Aromessence Mandarine Verte*, Decleor, 55 € (decleor.fr).

Pour les peaux mixtes, des valeurs sûres : *Huile Lotus*, Clarins, 44 €, clarins.fr ; *Huile de Nigelle bio*, Melvita, 13,50 €** ; *Composition d'Huiles Végétales purifiantes et régulatrices*, Oolution, 19 € (oolution.com) ; *Huile Équilibrante*, Dr Hauschka, 29 €** ; *Face Oil Line F Huile Équilibrante*, Susanne Kaufmann, 52 € (ohmycream.com).

* EN PARFUMERIES ET GRANDS MAGASINS. ** EN PHARMACIES ET PARFUMERIES. *** EN GRANDES DISTRIBUTIONS.

