

L'OFFICIEL



BEAUTÉ

5 réflexes beauté pour préparer la rentrée

by Mélanie Mendelewitsch
20.08.2017

Inutile d'attendre Septembre pour reprendre sa beauty routine: L'Officiel vous livre cinq astuces minceur, soin et bien-être pour une rentrée en beauté



Escale Sommeil, à partir de 1950 euros par personne, au Grand Hotel Thalasso & Spa, 43 boulevard Thiers, 64500 Saint-Jean-de-Luz

<http://luzgrandhotel.fr>

Réguler son sommeil

Chamboulée par les longues nuits estivales, les grasses matinées et le contre-coup du jet lag, on peine à s'extraire de notre lit. Pour retrouver un rythme serein et des nuits réparatrices, on met le cap sur le Grand Hotel Thalasso & Spa de Saint Jean de Luz, pour 5 jours d'Escale Sommeil avec vue sur la plage.

Avec un médecin, on démarre la cure par un bilan de santé qui permet de déterminer les causes des troubles du sommeil: manque d'exercice, stress chronique ou alimentation déséquilibrée. On enchaîne ensuite avec un large éventail d'activités mettant l'accent sur la détente : massages du ventre et du cuir chevelu pour rééquilibrer les énergies, bains de mer à jets hydromassants qui régulent le rythme cardiaque, enveloppements, pierres chaudes, réflexologie plantaire et des séances ultra-planantes d'Osthéopathie aquatique.

Un programme personnalisé qui nous rend notre sommeil réparateur de bébé, et dont on ressort boostée à bloc, prête à affronter la rentrée du bon pied.

S'offrir un Skin Reset

Maquilleuse studio bien connue des insiders de la mode, Lucille Brunette est l'une des initiatrices du courant *nude*. Experte ès épiderme aux talents multiples, elle vient d'ouvrir son studio de maquillage en partenariat avec le spa Nuxe, au coeur de la rue Montorgueil. On s'y rend pour ses leçons de make-up personnalisées, mais surtout pour son soin miraculeux, solution idéale pour régénérer notre peau éprouvée par les excès de l'été.

Un protocole surdoué de 45 minutes seulement qui nettoie et purifie en profondeur, illumine et lifte, tout en régulant la production de sébum entraînant une réduction de la formation des micro-kystes. Un soin miraculeux multi-tâches qui permet de dire définitivement adieu au désagréable effet "rebond" où les imperfections fleurissent après des semaines de répit au soleil.



*Soin Skin Reset, 60 euros les 45 minutes au
Studio de Maquillage, 32 rue Montorgueil 75001
Paris www.lucillebrunette.com*

Investir dans un épilateur nouvelle génération

Marre de la cire, réfractaire au rasoir mais découragée à l'idée de vous lancer dans un fastidieux processus d'épilation définitive? Le nouvel épilateur Sleek de la marque Me constitue le compromis idéal. Associant Radiofréquence et lumière pulsée, il est utilisable sur tous les types de peaux et toutes les carnations.

Indolore, il s'utilise sur l'ensemble des zones du corps -y compris sur le visage- où la lumière pulsée va diffuser sa chaleur dans le derme des poils pour en ralentir la repousse, au moyen d'un flash de quelques secondes.

Dès deux mois d'utilisation, la pilosité diminue, au point qu'on espace considérablement notre fréquence d'épilation. Ultra pratique et ergonomique, l'appareil se transporte partout. Seule restriction : on évite de l'utiliser dans les 48 heures qui suivent un bain de soleil, sur les cicatrices, les tatouages et les grains de beauté sous peine de réaction cutanée.

Épilateur à lumière pulsée Sleek - Me, à partir de 299 euros chez Darty



Raffermir sa silhouette

Les diners d'été et les apéros prolongés ont eu raison de vos belles résolutions minceur?

LPG, la référence des traitements ciblant la silhouette perfectionne encore davantage son célèbre Cellu M6 : sans chaud, sans froid, sans bistouri et sans effets secondaires, le nouveau Cellu M6 Alliance® est une technique naturelle de stimulation mécanique des tissus à 360 degrés. Un procédé indolore qui combine un effet raffermissant à des actifs anti-âge, pour une efficacité simultanée sur le destockage des graisses et sur le raffermissement de la peau.

Des séances personnalisées en fonction des indications et des zones prioritaires à traiter (ventre, culotte de cheval, cuisses, cellulite), du type de peau et de l'incrustation plus ou moins prononcée des cellules graisseuses. Au bout de seulement 3 séances, la cellulite est atténuée, et la peau raffermie.

Cellu M6 Alliance®, liste des centres agréés sur www.endermologie.com

Mettre de l'ordre dans son agenda Beauté

Coiffure manucure ou soin visage, la rentrée n'est pas encore arrivée qu'on est déjà submergée de rendez-vous à prendre. Problème : les retours de vacances approchent, et la quête d'un créneau chez l'esthéticienne se mue parfois en véritable parcours du combattant. Pour venir à bout de sa check-list beauté sans stress ni perte de temps, direction le site treatwell.fr.

Un nouveau service malin qui centralise plus de 2000 spots beauté en tous genres et adaptés à toutes les bourses, mêlant les dernières adresses en vogue aux lieux plus confidentiels.

Coiffure, coloration, soins du visage et du corps, épilation, mani-pédi ou spa détente, on trouve forcément son bonheur parmi le large éventail d'offres, à quelques pas seulement de chez soi.

TAGS

MINCEUR # WELLNESS

Le 20 Août 2017

<https://www.lofficiel.com/beaute/5-reflexes-beaute-pour-preparer-la-rentree>