

COSMOPOLITAN

FÉVRIER 2008

2€
PRIX SPÉCIAL

Qui es-tu Vanessa ?
Même Astérix
est fou de toi !

Que se passe-t-il
dans la tête d'un
homme nu ?

Mode, tendresse,
friandises et beauté

L'amour, vous
ne devinerez
jamais comment
je l'ai rencontré !

**100 idées pour
un hiver tout
en douceur**
+ Ça, c'est gentil !

Maxi-test

Amour, amis, désir : objectif

CONFIANCE EN MOI !

35 hommes
promettent :
« Cette année,
c'est juré, je... »
(voir page 86)

La bonne idée
qui a sauvé
mon couple

Ce que je voudrais
vraiment pour **2008**



www.cosmopolitan.fr

UNE JOURNÉE EN DOUCEUR



1. Lait-Crème concentré, Embryolisse.
2. Lait Délicat Ultra Confort, L'Occitane.
3. Crème Nettoyante Apaisante Comfort, Nutrimetrics.
4. Crème Réjouissante, L'Occitane.
5. Eau d'Amande, Ladurée Beauté chez Sephora.
6. Crème de Nuit Anti-fatigue Absolu B21, Orlane.
7. Bougie Acqua di Parma.
8. Crème Lissante Body Excellence, Chanel.

DÉMAQUILLAGE NORMAL : crevée, énervée, et comme si je voulais effacer ma journée, je gomme, je frotte, limite je ponce. Sans ménagement.

DÉMAQUILLAGE DOUCEUR : je me « débarbouille » tendrement avec un lait chauffé entre les mains et travaillé du bout des doigts. C'est tout ? Quasi. Par grand froid, il ne s'agit plus de décaper, mais d'apaiser sous des textures moelleuses, enrichies en actifs protecteurs. J'enlève l'excédent à l'aide d'une éponge douce imprégnée d'eau voluptueuse.

Agents anti-inflammatoires, Démaquillant Apaisant, Redness Solution, Clinique. Karité & Coton bio, Lait

Délicat Ultra Confort, L'Occitane. Lait d'avoine et miel, Crème Apaisante, Nutrimetrics. Cire d'abeille et beurre de karité, Lait-Crème concentré, Embryolisse. Rosée Splendide, Annick Goutal, et Eau d'Amande, Ladurée Beauté, chez Sephora.

COUCHER NORMAL : la chambre est surchauffée, les draps froissés, mon corps est juste adouci par le pilou-pilou de mon pyjama ; je soupçonne mon fiancé d'avoir envie de suivre PSG-Monaco.

COUCHER DOUCEUR : je plante le décor. Ampoule LED qui diffuse du mauve, du rose ou du vert amande

pour éviter de « flasher » les traits, jolie bougie pour s'imaginer dans un chalet à Megève, et taie d'oreiller toute satinée, pour que joues et cheveux glissent dessus sans jamais prendre un pli. Pendant ce temps, un bain éclair avec deux bouchons de mousse relaxante. La peau encore humide, les joues pomme de reinette, je suis toute prête à appliquer, de la tête aux pieds, actifs hydratants, requinquants, apaisants aux effets belle peau garantis le matin. Côté ambiance : ampoule LED ou le très chic Living Colors, Philips. Bougie Miel de sapin, L'Occitane, ou Clou de girofle, Acqua Di Parma. Taie d'oreiller anti-âge en soie sur www.holisilk.com.

Dans le bain, je me masse délicatement avec cette divine mousse à la guimauve, Bain aux plantes Relax, Clarins, et ce roller massant rose fluo, Knuckleballer, chez Kiria.

Côté visage, pour retrouver un toucher « baby face », rien de tel que l'automassage. Tête en arrière, bien nichée dans l'oreiller, parfaitement détendue, j'applique deux spatules de crème et je m'offre de longs mouvements appuyés du cou vers le front.

Germe de blé pour Primordiale Nuit Skin Recharge, Lancôme. Sillage à la rose pour Hydra-Skin Night, Darphin. Extrait de racine de fraisier, hummm la mara des bois, Soin du Soir, Tamalys. Huiles de riz et de soja pour la Crème de Nuit Réparatrice Anti-Fatigue Absolu B21, Orlane.

Enfin, côté corps, je fais glisser mes deux mains, bien à plat et enduites de crème nuisette, de la pointe des pieds jusqu'aux épaules. Exquis.

Crèmes : Lissante, Body Excellence, Chanel ; Réjouissante Miel & Citron, L'Occitane ; Ultra-Nutritive, Garnier ; Nutritive Délicieuse, Terraké. ●

Merci à Mathieu Le Corre, coach sportif ; Laetitia Lorenzi, thérapeute ayurvédique du Beauté Spa Alliance Pornic ; Vincent Legal, responsable des soins au Royal Thalasso Barrière, et Anne-Béatrice Leygues, ostéopathe et auteur de « Do In, la voie de l'énergie », aux éditions Marabout.