

# Jeunes quadras Budgetétez votre beauté

40 ans : éclat maximum avec l'expérience en plus. Déjà des ridules et quelques rides à l'horizon. Le bon moment pour être vigilante sur les actifs et sur l'hydratation. Côté couleurs, on s'affirme, on peaufine. De l'aube jusqu'à la nuit, notre sélection de qualité budget serré.

Par Marie-Françoise Dubillon  
et Elsa Margot-Amari

**N**ous voici à l'âge où l'on commence à s'inquiéter d'une patte-d'oie qui se marque, d'un teint moins uniforme, d'une mine chiffonnée au réveil, et des signes de fatigue flagrants en fin de journée. L'âge aussi où l'on paie les imprudences de nos 20 ans (voir encadré page 63).

C'est donc le moment de miser sur les soins anti-âge préventifs, les molécules nouvelles et les promesses des laboratoires. Bonne nouvelle : en cherchant bien, en décryptant soigneusement les étiquettes et bien sûr en suivant nos conseils, vous

trouverez à prix doux des actifs aussi innovants qu'efficaces. Les accros au bio ne seront pas pénalisées : les anti-âge font maintenant partie des indispensables de la cosmétique « alternative ». Nouveaux actifs naturels, associations moléculaires inédites, en bio aussi, la concurrence favorise la baisse des prix.

## AU SAUT DU LIT

Même après une bonne nuit, vous pouvez trouver votre visage un peu bouffi. Normal, c'est le système lymphatique qui s'est ralenti pendant le sommeil. Et ce sera d'autant plus fragrant si vous avez bu beaucoup de liquide (pas forcément de l'alcool mais aussi de la tisane, du thé...) après le dîner. Mais tout devrait rentrer rapidement dans l'ordre avec les bons gestes.

**Si le splash d'eau froide vous semble trop dur pour votre peau**, l'Eau Tonifiante Cellulaire, enrichie en acide hyaluronique pour l'hydratation et en activateur cellulaire pour la luminosité, est faite pour vous. Elle complète la gamme anti-âge Derma Genèse qui a fait un tabac en 2007-2008 et dont la ligne de soins démaquillants s'adresse à toutes dès la trentaine. Derma Genèse de **L'Oréal Paris** (1), 5,80 € les 200 ml.

## POUR L'ACCRO AU BIO

**Spécial peaux sèches?** Vous apprécierez le Tonique en « pschitt » signé **Farfalla** (3), 12,90 € les 80 ml, une jolie marque suisse spécialiste des huiles essentielles (vente exclusive chez Naturalia Beauté). Douce comme un nuage, cette brume légère associe huiles de jojoba, de calendula et d'avocat pour une base riche et nourrissante. Le « wheat soramides », un extrait obtenu à partir de blé, de feuilles et d'olives, aide la peau à se régénérer. Le fleur d'oranger et l'huile essentielle de néroli laissent quant à elles un sillage frais et acidulé et vivifient les cellules de la peau.

## SOUS LA BOUCHE

Si vous avez des problèmes de circulation ou de cellulite, c'est le moment d'être courageuse. Vous ferez couler l'eau, d'abord chaude, puis de plus en plus fraîche jusqu'à ce que vous ne puissiez plus la supporter. Vous serez vite récompensée : au bout d'un mois, vous ne pourrez plus vous passer de cette douche écossaise et, en prime, votre cellulite devrait s'en trouver mal.

**Pour compenser le coup de fouet de l'eau**, vous choisirez un gel doudou qui lave, hydrate et adoucit. Il est enrichi en huile d'olive pour calmer les peaux les plus délicates. Bonne idée : il est

