



BE.COM FOR THE NOW GENERATION

BE

NOUVEAU PRIX
1,30



**KATE MIDDLETON
À L'ÉCOLE DES
PRINCESSES**

**BURN-OUT
POURQUOI LES
FILLES CRAQUENT**

**Témoignages
CE QU'ATTENDENT
LES ÉGYPTIENNES
AUJOURD'HUI**

**FASHION WEEK
DE NEW YORK
TOUT CE QU'IL
FAUT RETENIR**

**Beauté
LES SECRETS
DES GOUROUS
STARS**

**JANUARY JONES,
LA BOMBE
DE "MAD MEN"
"Au quotidien, je ne suis
pas une femme fatale"**

SPÉCIAL MODE

**COLOR BLOCK, PUNK,
DISCO GLAM...
NOS 59 LOOKS PRÉFÉRÉS
(ET COMMENT
LES MIXER)**



**DANS LE DRESSING
DE 5 RÉDACTRICES
DE MODE**

HEBDOMADAIRE. 25 FÉVRIER 2011. FRANCE MÉTROPOLITAINE 1,30 €. DOM 3,50 €. BEL 1,80 €. CH 3,80 FS. LUX 1,80 €. D 3,50 €. A 3,50 €. AND 1,80 €. CDN \$ 5,95. ESP 2,90 €. GR 2,90 €. ITA 2,90 €. MAR 28 DH. NC 1200 F.CFP. PORT CONT

BEAUTIFUL

BEST OF

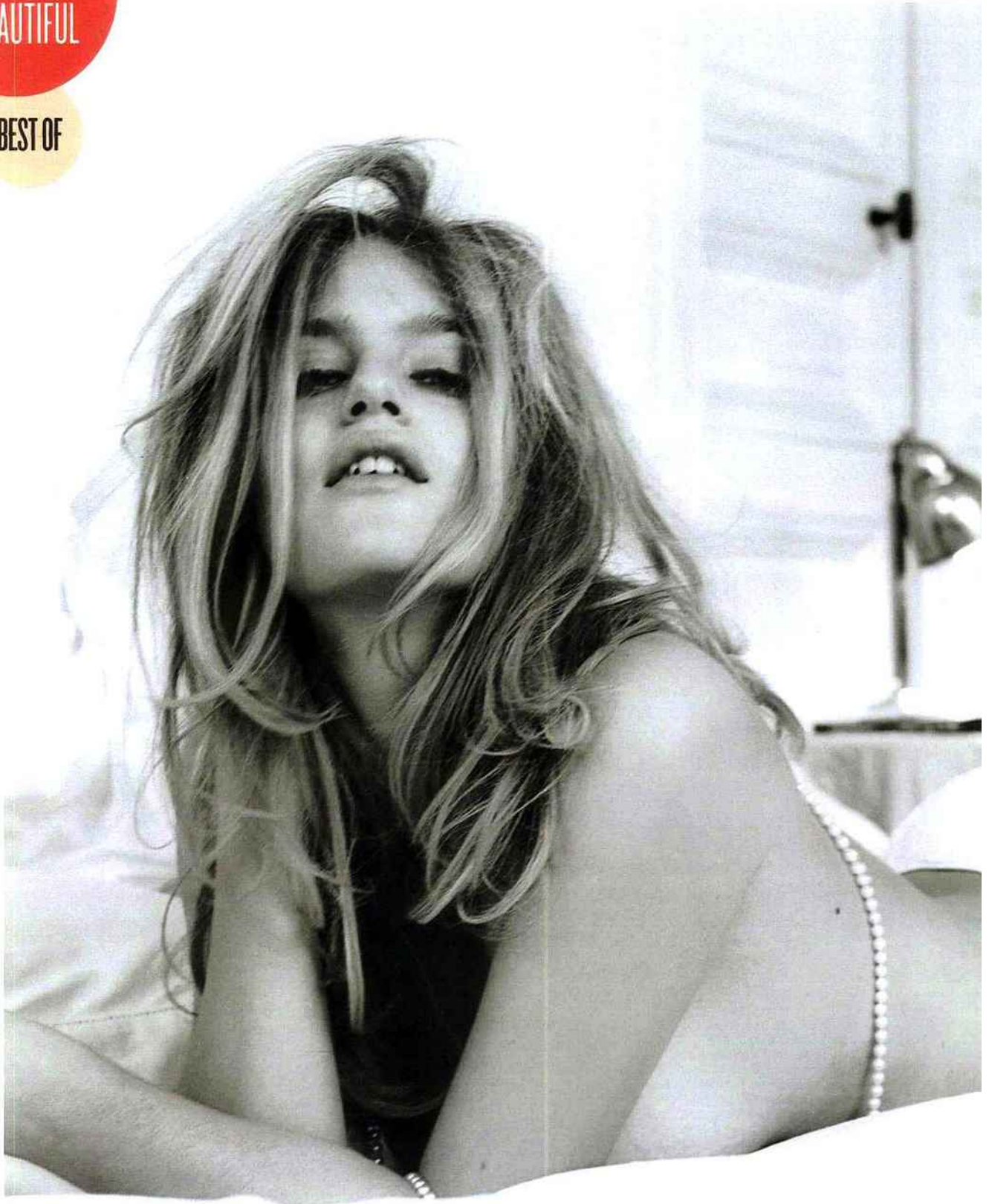




Photo: Martin Rusch/folio-id.com

DÉLICIES D'INITIÉS

LES SUPERHÉROS DE LA BEAUTÉ
NOUS ONT CONFIÉ LEURS
VRAIS SECRETS, CEUX QU'ILS
S'APPLIQUENT TOUS LES JOURS.
REVUE DE DÉTAIL DE CES
PETITES HABITUDES FACILES
À PRENDRE. *Par Julie Levoyer.*

Sauveurs de peau, de silhouette, de chevelure, d'allure, de moral... Nous avons rencontré la A-list de la beauté, des pros à la réputation irréprochable, reconnus pour leur méthode culte. Pour s'occuper des autres, on peut leur faire confiance, mais que se passe-t-il quand ils prennent soin d'eux-mêmes? Botes secrètes, gestes bien pensés, réflexes astucieux, produits testés et approuvés... voici tous les trucs à leur piquer d'urgence pour assurer autant qu'eux. Attention : scoop!



Martine de Richeville sculpteuse de corps

Son astuce stiletto "Juste avant un dîner, je fais travailler mes orteils : je les plie et les déplie très fort, presque jusqu'à la crampe, je les écarte

bien et je recommence. Ce mouvement agit comme une pompe décongestionnante et les chevilles s'affinent illico."

Son joker anticellulite "J'applique la crème corps Medicetics le matin, meilleur moment pour déstocker, en attrapant bien la peau entre les doigts. Je remonte du genou vers le haut de la cuisse, en faisant des petits cercles pour décoller les tissus. Ils s'oxygènent et absorbent un maximum d'actifs."

13, bd Malesherbes, Paris 8. Tél. : 01 44 94 09 38.

Remodelant Corps,
Medicetics 49 €.



David Colbert dermato des baby faces new-yorkaises

Son petit déj fresh skin "Deux verres d'eau au réveil, un yaourt bio avec des myrtilles et une petite poignée d'amandes.

C'est simple mais ça permet de nettoyer vraiment l'organisme, de l'hydrater, de lui fournir des protéines et des antioxydants. Autrement dit : une bonne dose d'énergie, qui se traduit par un glow immédiat."

nydermatologygroup.com

Frédéric Fekkai coiffeur du Tout-Hollywood

Son shampoing sur mesure

"J'ai les cheveux secs, il leur faut un shampoing nourrissant, très riche. Le problème, c'est que ce type de produit finit par graisser le cuir chevelu.

J'alterne donc un lavage sur deux : un shampoing au beurre de karité et aux huiles végétales pour les fibres et une formule douce et non irritante, pour nettoyer en douceur le cuir chevelu."

Son réflexe coup de fouet "Ma dernière eau de rinçage est presque glaciale. Le contraste chaud-froid resserre les écailles et dope la brillance, mais bouscule également la circulation sanguine : le bulbe est plus oxygéné, mieux nourri et le cheveu pousse donc plus fort."

fekkai.com/



Chantal Lehmann masseuse hors-piste

Son SOS glow "La veille d'une soirée, je me masse selon les principes de l'Holifitness, une technique que j'ai créée en m'inspirant du renforcement musculaire, basée sur le principe des forces opposées. Il s'agit d'une série de lissages avec les paumes et de pressions avec les pouces le long des mâchoires, des pommettes, du front...

Les manœuvres sont profondes (la peau ne doit pas plisser) et les muscles s'activent. J'utilise le baume Byzance, de Lodesse, dont je suis fan ! Je termine par des pressions ventouses avec les paumes pour faire affluer le sang. La microcirculation s'emballa, les traits se défroissent... Coup d'éclat assuré !"

175, bd Jean-Jaurès, Boulogne-Billancourt. Tél. : 06 79 34 95 74.



Baume Byzance,
Lodesse, 105 €
(pot + recharge).





Dennis Paphitis

créateur
visionnaire
d'Aesop

Son gommage perso "Je mélange en quantités égales mon Masque Nettoyant à l'Onagre et mon Gommage à la Feuille d'Arbre à Thé, jusqu'à obtenir une pâte épaisse. Je me masse le visage et laisse poser dix minutes, avant de rincer. Nous sommes nombreux à faire ça chez Aesop, car cette double action scrub/nutrition est particulièrement agréable pour les peaux mixtes en hiver."

Son soin belle peau "M'entourer de gens inspirants, boire un verre de vin rouge par jour et manger un morceau de chocolat noir l'après-midi. Ajoutez une alimentation riche en antioxydants, un partenaire agréable et un job que vous aimez, et la peau atteindra son plein potentiel."

Son produit fétiche "Le Sérum Anti-Oxydant à la Graine de Persil. C'est un de nos produits les plus universels, qui marche en toutes saisons et sous tous les climats. Sûrement celui dont je me sens le plus proche et dont je suis le plus fier."

aesop.net.au/



Masque Nettoyant à l'Onagre pour le Visage, Gommage pour le Visage à la Feuille d'Arbre à Thé, Sérum Anti-Oxydant à la Graine de Persil, le tout Aesop, 26 €, 26 € et 50 €.



Gabrielle Richard

prof de yoga übercool

Sa respiration déttox "À chaque réveil, je respire kapalabhati pendant trois minutes. C'est la respiration du feu, qui évacue les toxines et régénère les circuits sanguins. J'expire en rentrant le ventre et j'inspire en le relâchant, le tout par le nez, à pleins poumons. Là, le sang s'oxygène, le système digestif travaille. C'est bon pour la peau, le tonus musculaire et le rythme cardiaque."

Tél. : 06 07 08 49 95.

Photos : Martin Rusch/folio-td.com, D.R.

**Leandro
Carvalho**
personal
trainer
d'Alessandra
Ambrosio



Son exercice made in Brazil "Le touch down. Inspiré par la capoeira, c'est le top pour faire bosser les abdos-fessiers. Pieds écartés de la largeur des épaules, accroupissez-vous en maintenant le dos bien droit, incliné en avant. Faites une fente arrière avec le pied gauche et posez votre main droite sur le sol. Recommencez de l'autre côté et ainsi de suite seize fois."

DVD *Brazil Butt Lift*, Leandro Carvalho, 59,85 \$ (env. 44 €).

Sa playlist pour s'entraîner Énergique et brésilienne, bien sûr! Ivete Sangalo: *Berimbau Metalizado*; Rita Lee: *Mania de Voce*; Gal Costa: *Festa do Interior*; Daniela Mercury: *Baiana Havaneira*.

leandrofitness.com

Yelena Royzen
esthéticienne
branchée
chez Bliss



Son scrub corps favori "Celui au sucre, à l'orange sanguine et au poivre blanc. Recréez-le avec

1 tasse de sucre, 1/2 tasse d'huile de massage sans parfum, 6 gouttes d'huile essentielle d'orange, et une pincée de poivre."

Sa boîte secrète "Toujours porter des lunettes de soleil dehors, même par temps nuageux! C'est le meilleur moyen d'éviter les rides au coin des yeux."

Sa recette DIY "1 avocat en purée, 1 carotte cuite écrasée, 1/2 tasse de crème épaisse, 1 œuf battu, 3 cuillères à soupe de miel: le mix de tout ça donne un masque bourré de vitamine E antiradicalaire, de bêta-carotène, d'antioxydants, de calcium et de protéine.

De quoi reconstruire le collagène de la peau, améliorer sa tonicité et sa texture, tout en dégageant les taches."

blissworld.com/



Gommage pour le Corps à l'Orange Sanguine et au Poivre Blanc, Bliss, 30 € chez Sephora.



Lisa Airan dermato des fashion people

Ses produits fétiches

"J'ai la peau sèche, mais j'aime la rincer à l'eau. Pour ne pas la dessécher et l'irriter, je la nettoie avec le Foaming Face Wash d'Olay. Pour l'hydrater, je ne jure que par les sérums Crème de la Mer, ultralight sur la peau."

Ses jokers baby skin "Je fais une séance annuelle de radiofréquence Thermage pour raffermir les tissus et une séance hebdomadaire de LED GentleWaves pour unifier le teint et améliorer la texture de ma peau."

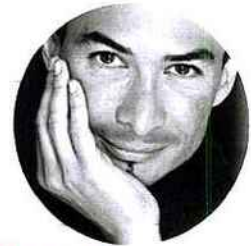
drlisaairan.com



Foaming Face Wash, Olay, 5 \$ (env. 4 €).



The Radiant Serum, Crème de la Mer, 260 €.



Stéphane Jaulin maître de maison de l'institut l'Appartement 217

Ses boissons wellness

"Chaque jour, je bois deux verres (matin et midi) de jus d'herbes dynamisant. Sa richesse en chlorophylle oxygène et nettoie le sang, ainsi que les cellules hépatiques du foie. Je ne prends que celui du Centre Hippocrates [un centre de thérapie naturelle en Floride, ndlr], un des seuls à être sans gluten et non chauffé. Je prends aussi du Pianto, un concentré de légumes et de racines, qui cleane les intestins, améliore l'équilibre acido-basique et fortifie l'organisme. Bourré de protéines végétales, de minéraux et d'oligo-éléments, il fait une belle peau, dope le moral et aide à mincir."

Son réveil zen

"Je n'ai plus le temps de suivre des cours de yoga. Pour compenser, je commence toutes mes journées par cinq mouvements de yoga tibétain, auquel un ami m'a initié il y a dix ans. C'est rapide, facile et ça renforce les muscles profonds, oxygène les organes internes, fortifie le rythme cardiaque et les poumons. On se sent plus dynamique en quinze jours, et la peau est plus tonique en trois semaines!"

217, rue Saint-Honoré, Paris 1.
Tél. : 01 42 96 00 96.



Isabelle Bellis facialiste de l'Upper East Side

Son démaquillage intelligent

"Je masse mon visage pendant trois minutes avec un lait, en faisant des mouvements circulaires avec les paumes, de l'intérieur vers l'extérieur, pour drainer. Je rince avec de l'eau

et trois pschitts d'eau thermale, qui éliminent le calcaire. Ma préférée: celle de La Roche-Posay, riche en sélénium antiâge. Je laisse la dernière brumisation poser sous un mouchoir, pour la faire pénétrer."

Son néo-cupping "Tous les quinze jours, je fais une séance de miniventouses pour stimuler la circulation et drainer. Sauf que je les fais sans cesse glisser dans le sens de la lymphe, pour garder l'effet pompage détox, sans les traces rouges des ventouses classiques. Une vraie séance de yoga épidermique: la peau est lumineuse et bien reposée."

isabellebellis.com



LA ROCHE-POSAY
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE



LA ROCHE-POSAY
EAU THERMALE
Naturellement anti-âge
Apaise et adoucit



THERMAL
SPRING WATER
Nourrit et antioxydant
Soother and softener

150 g - 5.2 OZ.

Eau Thermale,
La Roche-Posay,
6,10 €.