

beauté

# 20 astuces pour retrouver l'éclat de mes 20 ans

Bye-bye rides marquées, teint morose, ovale flagada et traits fatigués. Nous avons sélectionné les meilleurs trucs anti-âge. A suivre sans modération pour rendre à votre peau toute l'énergie de sa jeunesse ! PAR VIRGINIE MARCHAND

## Pour un visage plus lisse...

### PHOTOSHOPEZ VOTRE REGARD EN 2 MIN

Vive les formules multitâches – à la fois anti-âge, éclaircissantes, décongestionnantes – qui viennent à bout des poches, cernes et ridules en un seul geste. Appliquez le soin à 1 cm du coin externe de l'œil, faites pénétrer par massage en allant vers les tempes, puis en suivant l'implantation des sourcils et, enfin, en redescendant sous le cerne. Évitez de passer trop près des cils du bas car, avec les clignements, la formule risque d'irriter les yeux sensibles. En cas de fatigue, vous pouvez rajouter une larme de produit en cours de journée vers le coin externe et étaler par mouvements circulaires.

**A DÉCOUVRIR** Contour des yeux et paupières, Larmes de fantômes, Garancia, 36,90 € (1). Soin jeunesse des yeux, Ophycée, Galénic, 20 € (2). **Soin anti-âge global, rénovateur regard, [Mediceutics] 45 €.**

### MISEZ SUR LA COSMÉTO EFFET LIFTING

Ces formules spécifiques contiennent des molécules (polymères, extraits de plantes comme l'argousier...) qui forment un film à la surface de l'épiderme. Une fois sec, il se rétracte et les rides s'estompent. D'autres s'inspirent des techniques qui font le buzz en médecine esthétique, comme le pouvoir rajeunissant du plasma sanguin, pour revitaliser et renforcer la peau de l'intérieur. Résultat ? Elle est lissée et les contours se redessinent. Des soins top pour agir sur la patte-d'oie, l'ovale du visage ou les sillons nasogéniens. Pour un effet encore plus intense, misez sur les versions masque à laisser poser 10 minutes, une fois par semaine.

**A DÉCOUVRIR** Sérums resucpliants V, Oval Lifting, Yves Rocher, 31 € (1). Masque tenseur éclat, Ixxi, 19,90 € (2). Rénergie Multi-Lift, Reviva Plasma, Lancôme, 98,50 €.

### ADOPTEZ LA GYM FACIALE

Comme ceux du corps, les muscles du visage, stimulés régulièrement, s'affaissent moins vite. Un entraînement qui, au passage, rafraîchit le teint et efface les rides ! Pour lisser le front, mimez l'étonnement puis relâchez. Mains l'une sur l'autre, posées à plat sur le front, faites bouger la peau de haut en bas. Terminez par de petits cercles délassants. J'apprends où ? **Gymnastique Faciale, Dr Hauska, 45 € les 45 minutes.**

### SOYEZ PLUS BELLE AU RÉVEIL

Pendant que vous dormez, la peau, elle, en profite pour réparer les dommages causés pendant la journée. Donnez-lui un petit coup de pouce avec un soin de nuit, en piochant dans les différentes formules existantes. Certaines stimulent la production de mélatonine, un super antioxydant et un puissant réparateur cellulaire naturellement sécrété la nuit. D'autres agissent sur l'uniformité du teint et estompent les taches avec de la vitamine C ou de l'acide glycolique. Certaines, enfin, lui apportent de quoi se régénérer intensément.

**A DÉCOUVRIR** Crème de nuit, Jeunesse Infusée, Dr Caspari, Diadermine, 13,50 €. Baume anti-fatigue nuit, Sleep Recovery, Filorga, 53,50 €.

### FAITES MONTER LE VOLUME

Rien de tel que des joues bien remplies pour paraître plus jeune ! Place donc aux actifs effet plump. En vedette : la génistéine issue du soja, dont la structure est proche de celles des hormones influençant la densité de la peau. Ou le Pro-xylane, un actif qui reproduit les mécanismes naturels de la peau pour stimuler ses fonctions. La nouveauté ? Dans certains soins, il est associé à des huiles (carthame, son de riz) qui conviennent mieux aux peaux sèches.

**A DÉCOUVRIR** Soin reconstituant Supremage, Dr Pierre Ricaud, 55 € (1). Substiane + Sérums, La Roche Posay, 38,90 €. Neovadiol Magistral, Vichy, 31,90 € (2).

