



BEAUTÉ

LES 7 RÈGLES du cocooning

Quand le thermomètre descend, la beautista entre en période d'hibernation... *Public* vous donne les sept règles d'or pour prendre soin de vous sans mettre le nez au spa. *Marine Boisset*

1 Le bain délassant



1. Bain purifiant Sake Bath, Fresh Cosmetics. 90 €.
2. Bain de miel lait ambre vanillé, Laura Mercier. 47 €.
3. Sels de bain relaxants, Forever Living. 29 €.
4. Bombe de bain Shoot for the Stars, Lush. 5,95 €.

Commencez par prendre un bain chaud et boostez ses bienfaits en y ajoutant sels, huiles ou bombes de bain. À la clé ? Des toxines chassées, des muscles détendus, une respiration améliorée mais surtout une peau douce et hydratée !

Elsa Hosk
pour Victoria's Secret

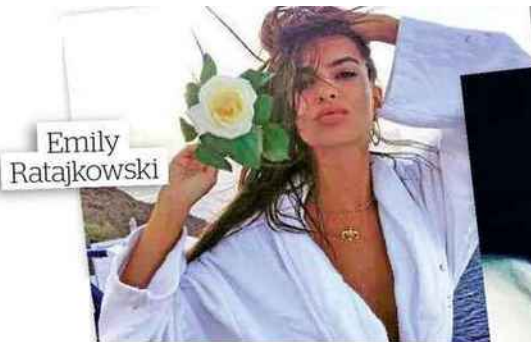
2 Le super gommage



1. Gomme lavante exfoliante, Sephora. 8,50 €.
2. Gommage corps au sel marin, Rituals... 19,50 €.
3. Exfoliant Corps Relaxant au Sucre, Yves Rocher. 8,90 €.
4. Gommage à l'huile d'argan, Ansimara by Akeo. 19,90 €.
5. Sucre d'orange exfoliant, Delarom. 29,80 €.
6. Gommage nourrissant à l'huile, The Body Shop. 24 €.

Place au gommage... En plus d'exfolier, cette sélection nourrit la peau en profondeur et l'enveloppe d'un parfum envoûtant. Coup de cœur pour le gommage biphasé The Body Shop, qui permet d'obtenir la texture la plus adaptée à sa peau !





Emily Ratajkowski



Ashley Benson

3 Le soin enveloppant

Ces crèmes ultra hydratantes aux textures riches et aux senteurs relaxantes nous enveloppent d'un voile de douceur pour une sensation de confort ultime. La bonne idée ? La boue noire de la mer Morte, qui purifie tout en hydratant !



1. Baume fondant aux noix tropicales, Cinq Mondes. 56 €.
2. Boue noire naturelle, Alma K chez Monoprix. 13,90 €.
3. Ré-hydratant Cocoon d'hiver, Institut Arnaud. 19,80 €.
4. Soin Hydratant Intense, Elizabeth Arden. 33,10 €.
5. Soin Hydra² Corps, Payot. 39 €.
6. Crème pour le corps stress-fix, Aveda. 44 €.



4 Soigner pieds et mains

Nombreuses sont celles qui oublient de prendre soin de leurs mains et de leurs pieds... C'est le moment de leur accorder un traitement de luxe ! Exfoliant, masque nourrissant, baume à ongles, crème de nuit... Eh oui, ces produits existent et sont spécialement conçus pour ces parties du corps !



1. Exfoliant pour les pieds, Byphasse. 3,50 €.
2. Peeling liquide Shiny Foot, Tony Moly chez Sephora. 11,90 €.
3. Masque pour les mains, Sephora. 3,95 €.
4. Uka body & foot balm, Uka. 46 €.
5. Crème SOS mains & ongles, Hand minute. 5,40 €.
6. Crème Mains Nuit Céleste, Lull. 45 €.
7. Crème mains pivoine, Provence par nature. 25 €.

5 Un visage chouchouté

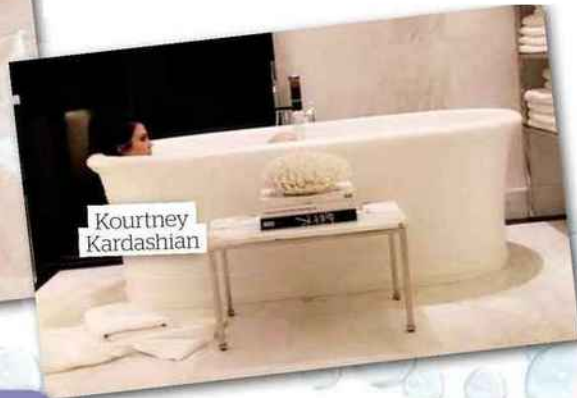
Lors des changements de saison, le teint est terne et la peau du visage perturbée. La solution ? Adopter les techniques des instituts pour revigorer la peau et lui rendre son éclat : bain de vapeur purifiant, masque, modelage...



1. Masque soin lèvres, Erborian chez Sephora. 22,90 €.
2. Eau Active Confort, Saison sur TheBeautyShopper.com. 21,50 €.
3. Crème riche nourrissante, Dr. Jart+ chez Sephora. 29,95 €.
4. Crème nuit polaire, Polaar. 42 €.
5. Masque Relax It's Zen Time!, Leaders chez Marionnaud. 5,90 €.
6. Mask Party (7 masques), Sephora. 24,95 €.
7. 10 pastilles sauna visage, Qiriness. 28,90 €.



Suki Waterhouse



Kourtney Kardashian

6 Créer une ambiance

Travailler la lumière et les odeurs est indispensable pour se confectionner une bulle de sérénité. La touche finale pour une pause bien-être réussie ? L'infusion ! On la choisit à base de plantes aux vertus détox et relaxantes comme la camomille ou le tilleul. Rien ne pourra plus vous troubler !



1. Bougie Marshmallow grillé, My Jolie Candle. 39,90 €.
2. Bougie écorces d'orange et pin en édition limitée, Annick Goutal. 70 €.
3. Bougie Aromatique, Cinq Mondes. 37 €.
4. Diffuseur de parfum et lumière Céleste, Nature & Découvertes. 49,95 €.
5. Infusion Relax, Infuz. 5,80 €.
6. Mélange Lov is Pure, Lov Organic. 12,90 €.
7. Infusion Détox Anais, Nubio. 12 €.
8. Infusion Action Relax, The Capsoul. 9,90 €.

7 Appeler à la rescousse



La box bio Évidence, livrée chez vous
Chaque mois, selon votre profil beauté, Évidence sélectionne et vous livre à la maison deux produits de soin bio, un make-up et une gourmandise, en format full-size. 34,90€/mois (frais de port inclus) sur box-evidence.com



Popmyday, la beauté sur commande
Épilation, maquillage, manucure, coiffure ou encore coaching sportif... Des professionnels de la beauté débarquent chez vous en quelques clics via le site ou l'application Popmyday. À partir de 34€. 7j/7 de 7h à 22h.



Urban Massage, le service from London
Créé pour les Londoniens pressés, ce service arrive enfin en France. Avec ou sans rendez-vous, booké un massage à domicile parmi le large choix proposé. À partir de 85€ (matériel fourni) sur urbanmassage.com



Zenest, massage bien-être à domicile
En une heure maximum, un masseur, diplômé des meilleures écoles, arrive dans votre salon avec tout l'équipement nécessaire pour un massage à choisir parmi cinq techniques. À partir de 79€ dans Paris intra-muros. Zenest.com