

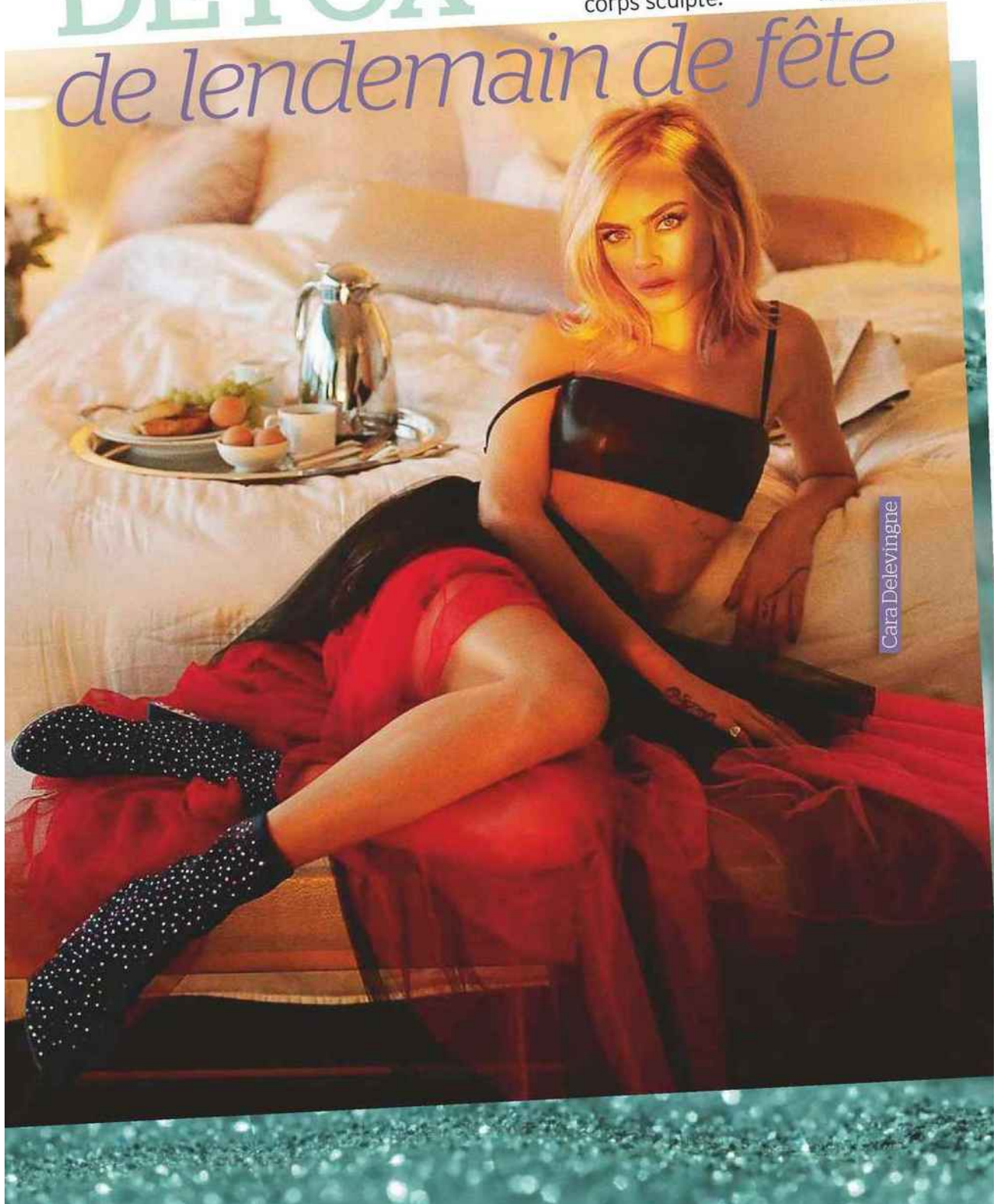
Beauté

DÉTOX

de lendemain de fête

La fête est finie... Il est temps de se reprendre en main pour retrouver esprit, vitalité, teint de poupée et corps sculpté.

Marine Boisset





1 Je limite la casse

Presque magiques, ces compléments alimentaires – à utiliser de façon ponctuelle – à base d'artichaut, guarana, maté ou thé vert permettent de limiter l'absorption des graisses et de favoriser leur dégradation après des repas copieux.



1. Ampoules Détox Brûle graisse satiété, Dr Smith, 7,99 €.
2. Gélules Mincifine Brûleur de graisses, Fleurance Nature, 15,90 €.
3. Comprimés Nopasvelt Bio Capteur de graisses, Laboratoire Carrare, 21,15 €.
4. Gélules Artichaut, Solgar, 27,99 €.

3 Je prends un bain de midi

Pour se réveiller de sa nuit trop courte et peu réparatrice, on plonge – au minimum 15 minutes – dans un bain agrémenté de sels et d'huiles essentielles riches en minéraux. Idéal pour se revitaliser, éliminer les toxines du corps et faciliter la respiration.



1. Bain moussant Neige, Huygens, 31 €.
2. Huile de bain Détox, Jane Inc, 24 €.
3. Cristaux de sel au genévrier, Kneipp, 6,80 €.
4. Exfoliant vivifiant Ocean Salt, Lush, 23,95 €.
5. Sels de bain Relaxation, Forever Living, 29 €.

2 Je prépare ma nuit

Après l'inévitable étape du démaquillage (à l'aide d'un simple gant démaquillant à l'eau pour les plus flemmardes), place à la crème ou au masque de nuit qui en plus de détoxifier et régénérer votre peau déshydratée par la rude soirée, vous aide à tomber dans les bras de Morphée.



1. Pore Masque bonne nuit, JJ Young by Caillon Lab chez Monoprix, 19,95 €.
2. Masque Nuit Réveil Éclat Carotte, Dr Renaud, 25,90 €.
3. Masque de Nuit Éclat, Mavala, 35 €.
4. Sérums de nuit cheveux Recharge Moi!, Jean Louis David, 6 €.
5. Gant démaquillant, Yves Rocher, 7,95 €.
6. Crème de nuit planante, Kenzo, 46 €.

4 Je revigore mes cheveux

Coiffure laquée et salle enfumée : vos cheveux ont été malmenés ! Eux aussi ont droit à leur détox post-soirée. On leur offre un soin purifiant et réconfortant qui leur rendra leur vitalité. Pour les plus pressées, un shampoing sec sauvera la face pour la journée.



1. Masques monodoses cheveux Détox purifiant, Instant Poudre chez Monoprix, 4,29 € les deux.
2. Masque monodoses cheveux The Wake-Up Circle, Davines, 9,90 €.
3. Shampoing sec mousse, Drybar chez Sephora, 25 €.
4. Brume Stress check hair elixir, Thisworks sur fr.feelunique.com, 32 €.