

## Beauté

### J'AI TOUT MON TEMPS

# 30 minutes pour une épilation canon

Avec Isabelle Gonthier\*, esthéticienne des stars, on s'offre un rituel sensoriel pour une épilation dans les règles de l'art.

#### 1- Détoxifier le corps en 10 min

Prenez le temps de vous offrir un bon bain chaud pour assouplir la peau et rendre l'opération épilation plus facile. Ajoutez sept gouttes d'huile essentielle de citron, diluées au préalable dans une cuillère à soupe d'amande douce. **Sous l'effet de la chaleur, les pores s'ouvrent.** Effet détox immédiat.



Georgia Fowler

#### 5- Apaiser l'épiderme en 3 min

Appliquez une serviette tiède imbibée de fleur d'oranger pour apaiser les tiraillements et retirer les résidus de cire. **Offrez à votre peau un boost de douceur et d'hydratation**, avec un gel à base d'aloë vera, réputé pour ses vertus anti-inflammatoires. Evitez l'exposition directe au soleil durant les 24 heures suivantes.



Gelée.  
Aloe Vera.  
21,70€,  
Forever Living.

#### 2- Gommer les impuretés en 5 min

Délogez les cellules mortes avec un gommage au sel marin des jambes, un exfoliant naturel au pouvoir tonifiant et régénérant. **A effectuer en massages circulaires sur peau humide** avant de rincer à l'eau froide pour activer la microcirculation.



Gommage.  
Merveille Arctique.  
38€, Thalgo.

#### 3- Préparer la peau en 2 min

Chauffez la cire au bain-marie, puis testez la température sur l'intérieur de votre poignet (une des zones les plus sensibles du corps). **Saupoudrez un peu de talc, notamment sur les zones sujettes à la transpiration**, comme les aisselles, pour favoriser une bonne adhérence de la cire.

#### 4- Maîtriser la cire en 10 min

A l'aide d'une spatule, déposez une couche de cire épaisse d'environ 10 cm de long, dans le sens de la pousse du poil (de haut en bas). Collez une bande par-dessus puis **arrachez dans le sens inverse (de bas en haut)**. Attendez quelques instants avant de réitérer l'opération, de haut en bas cette fois-ci. Le moindre duvet n'y résistera pas.



Épilation. Cire Orientale Corps, vendue avec 12 bandes et une spatule, 12,20€, Acorelle.