



## MAKE-UP WASHED

Nude, glowy, oubliez ces mots obsolètes, le trend cet hiver côté maquillage, c'est le *washed*. Soit un visage à l'aspect propre et sain mais qui n'en reste pas moins savamment mis en valeur. Le teint est parfait, sans avoir l'air maquillé, les joues sont roses comme si c'était le froid uniquement qui avait légèrement dilaté les vaisseaux sanguins. Une beauté nordique façon pub Neutrogena des années 1990, que l'on appelle aujourd'hui *lagom* (lire également ci-dessous). C'est une des grandes tendances observées sur les podiums des défilés de cet automne, décryptée et appliquée par les make-up artists de MAC, notamment pour les marques Missoni, Blumarine et Max Mara. Après avoir unifié son teint, on ajoute un baume à lèvres, un peu de mascara, une huile pour faire briller les paupières, et le tour est joué. Un look plus facile à appliquer quand on s'appelle Gigi Hadid, Natasha Poly ou Lily Donaldson que pour le commun des mortels! [VF]



## ENRACINÉS

Chaque automne crée un véritable stress: celui de voir ses cheveux tomber par poignées. Ce n'est pas une fatalité. Avec son programme star Phytologist 15, Phyto agit sur quinze facteurs biologiques de la chute. Première étape, les gélules: des compléments alimentaires pour agir de l'intérieur. Etape 2: le shampooing aux actifs végétaux stimule la repousse et prépare le cuir chevelu à recevoir l'étape 3, les ampoules. Un traitement local sans rinçage contenant des cellules souches végétales, à pratiquer 3 mois pour un résultat optimal. [VF]

Phytologist 15, **Phyto**, capsules 39 fr. 90 les 120, shampooing 24 fr. 90 les 200 ml, cure 99 fr. 90 les 12 ampoules (3 mois).

## BONNE ADRESSE L'ATELIER DU VENTRE PLAT

On dit du ventre qu'il est le deuxième cerveau. Tributaire de nos émotions, source de nombreux désagréments, il mérite une attention quotidienne. C'est le credo de Joëlle Bildstein, avec ses ateliers The Belly Lab. Cette Française férue de danse classique et de sport en général a quitté une carrière commerciale dans la presse pour faire de sa passion un travail. Elle a repris et modernisé la méthode du Dr Bernadette de Gasquet (l'auteur d'*Abdominaux: arrêtez le massacre*). Elle prône une approche globale du bien-être abdominal, destiné aux femmes non accros au fitness. Après un cours avec elle, on pratique chez soi à raison de 15 minutes par jour. Le secret: la régularité. Eh oui, on le sait, mais grâce à ses astuces et un soutien via les réseaux sociaux,

Joëlle pourrait bien nous réconcilier avec notre petit bidon. Elle sera régulièrement présente à Genève, puis à Lausanne. A suivre sur son site. [VF]



L'Atelier du ventre plat, à l'Hôtel Richemond, Genève, le 23 novembre, 40 fr., sur inscription: [thebellylab.com](http://thebellylab.com)

## CRÈME DE LAGOM

La marque Barnängen amène le lagom jusque dans votre salle de bains. Avec sa jolie gamme de gels douche et laits pour le corps made in Stockholm, elle développe le concept de simplicité, du packaging à la formule. On aime le baume tout-en-un au cold cream qui offre douceur et protection contre l'hiver qui arrive. [VF]

All over Intensive Body Balm, **Barnängen**, env. 8 fr. les 200 ml.

