



## La recette maison

### Glaçons antipoches

1

**Remplissez** un bac à glaçons avec de l'eau florale de bleuet, aux vertus anti-inflammatoires et anticernes.

2

**Mettez** au congélateur et laissez prendre toute la nuit.

3

**Enveloppez** un glaçon d'un fin mouchoir en coton et, le matin au réveil, faites-le glisser du coin interne au coin externe de l'œil, et sous le sourcil.

## LISSER, DÉGONFLER

### POUR UN REGARD PÉTILLANT

**L**a peau du contour de l'œil étant cinq fois plus fine que sur le reste du visage, elle trahit vite le manque de repos. L'accumulation des pigments due au ralentissement de la circulation sanguine fait tout de suite apparaître de vilains cernes, tandis que la rétention d'eau fait gonfler les paupières.

#### LES ACTIFS «RÉCUPÉRATION EXPRESS»

Leur objectif ? Booster la microcirculation de cette zone ultra-fragile, afin de défatiguer le regard le matin au réveil. Pour cela, les actifs les plus efficaces sont la caféine, aux vertus stimulantes, le petit houx (aussi appelé ruscogénine) ou encore l'apigénine, un flavonoïde extrait du pamplemousse, qui agit sur la coloration bleutée du cerne. Tous aident à gommer ces marques disgracieuses et à faire dégonfler les paupières. Précieuses également, les formules de soin

renfermant des polymères tenseurs, qui permettent de lisser les ridules et de combler les creux par effet d'optique.

#### LE MASSAGE LISSANT

Appliquez un point de crème ou de sérum au coin externe de l'œil, dessous et au coin interne. Puis tapotez délicatement avec la pulpe du majeur, du nez vers les tempes, trois fois. Recommencez juste sous votre sourcil, point de départ de la perte de fermeté du regard. Effectuez ensuite des points de pression aux mêmes endroits, 3 à 5 secondes, puis en relâchant rapidement pour relancer le drainage. A faire trois fois.

#### LE COUP DE BLUFF

Soirée en vue et besoin d'un double effet lissant et défatigant ? Misez sur les patches ! En fibres de biocellulose ou à la texture hydrogel, ils sont imprégnés de formules anticernes, antipoches et antirides à base de caféine, de dipeptides, d'acide hyaluronique, de camomille ou d'arnica, dont les bénéfices sont optimisés par le mode d'action occlusif.

**Jokers éclat du regard**

**Régénérant.** Soin défatigant yeux, Anti-rides + Energie, Q10 plus C, Nivea, 12,25 €.  
**Massant.** Gel-crème poches-cernes, Eye Fresh, Mary Cohr, 36 €. **Défroissant.** Soin lissant anticernes & poches, Crème Jeunesse du regard, Rides & Fermeté, Patyka, 49 €. **Ressourçant.** Soin yeux jeunesse, Argan Concentré Pur, Melvita, 27 €.