



MAUREEN MARCHAL

GRAND FROID

Le visage

En hiver, notre peau produit moins de sébum et le film hydrolipidique est altéré par froid. Résultat, la peau est fragilisée et se déshydrate rapidement avec à la clé, des rougeurs, des tiraillements et des gerçures disgracieuses. Pour bien faire, on troque sa crème hydratante classique pour un soin à texture plus riche, histoire de compenser la perte en eau et en lipides liée au froid. On abuse également des sérums comme des masques au pouvoir super hydratant et on utilise des démaquillants réconfortants comme le lait ou l'huile pour éviter la sécheresse cutanée.

22 € Sérums réhydratant et **14,80 €** Crème riche hydratante Hydrance, **Avène**
49 € Masque hydratation intense aux 7 plantes chinoises, **Cinq Mondes**
17,50 € Huile lactée démaquillante, **Melvita**
79 € Prescription Après ski, **Codage**



Les lèvres

Particulièrement exposées, les lèvres sont mises à rude épreuve en période de froid car elles ne possèdent pas de film protecteur, ni de glandes sébacées. Vulnérables, elles perdent leur élasticité, et finissent par se fendiller ou gercer. D'où l'intérêt de les badigeonner en permanence avec un stick enrichi en actifs nourrissants ou cicatrisants, si nécessaire. On évite aussi de s'humecter les lèvres car la salive



est irritante et aggrave les gerçures. Côté make-up, on applique un baume avant le rouge à lèvres ou, mieux, on investit dans un soin coloré.

19 € Baume lèvres transparent hydratant Corail éclatant, **Dr Pierre Ricaud**
4,90 € Stick lèvres réparation forte, **Dermophil**
18,90 € Nutri baume lèvres réparateur **La Fabuleuse**, **Clemascience**
6,50 € Stick lèvres nourrissant huile d'argan, **Melvita**

Crèmes gla

Dévaler les pistes de ski, c'est bien
En préservant sa beauté, c'est mieux
les clés pour se transformer en rei

La protection solaire

Indispensable à la montagne, la crème solaire doit faire partie intégrante de la combinaison de ski sous peine de se retrouver avec le visage brûlé. En effet, le froid anesthésie les tissus et, même par temps nuageux, on ne se rend pas compte de la puissance des rayons UV sur la peau et de l'effet de réverbération qui s'élève à 90 % en altitude! Rentrer avec un joli hâle, c'est possible, à condition de débiter le séjour avec une crème dotée d'un indice maximal et d'enchaîner avec un indice plus bas, si et seulement si la peau a commencé à bronzer.

21 € Combi-stick 2 en 1, **Pure Altitude**
8,90 € Anthélios Pocket, **La Roche-Posay**



Le corps

Le saviez-vous ? En dessous de 3°C, la peau se craquelle! Ajoutez à cela le frottement intempêtif des vêtements et les variations de température chaud/froid, et c'est la peau de croco assurée... Du coup, on mise sur les soins doudounes beaucoup plus riches que les traditionnels fluides hydratants, comme les beurres ou les huiles corporels. Sous la douche ou dans le bain, idem, on privilégie les huiles qui compensent la perte en eau et en lipides de façon plus drastique et aident à la restauration du film hydrolipidique. Les gommages, quant à eux, sont espacés (pas plus d'une fois par semaine) et proscrits en cas de peau réactive.

7,50 € Ato Derm Huile de douche, **Bioderma**
15 € Baume corps super hydratant Magnolia, **Clarins**
23,50 € Formule ensorcelante anti-peau de croco, **Garancia**
9,20 € Body Oil, **Nivea**

