

Le plein d'astuces beauté pour toujours être au top ! - 1/5

Le visage... Pas toujours évident de s'en occuper correctement ! Se maquiller, prendre soin de sa peau... Manque de temps ou d'expérience ? Ou simplement envie de se faire une beauté ? Cet article est pour vous !

La beauté est certes une apparence mais commence par une bonne hygiène de vie... Ce qui veut dire que pour être belle, il faut tout d'abord être en accord, en harmonie avec soi-même. Il faut s'accepter comme on est, avec nos défauts et nos qualités... Mais parfois, il arrive que l'on regarde un mannequin qui pose dans un magazine et qu'on se dise : "mais franchement, qu'est-ce que je vaudrais par rapport à ça ?" ... Mais rassurons nous, c'est bien normal ! Qui ne s'est jamais posé la question ? Mais toutes ces beautés sont retouchées, embellies, maquillées, coiffées par des pros et le résultat est là ! Ces femmes deviennent alors, sans cette aide des femmes normales simplement mignonnes... Tout comme vous qui lisez ! Alors le premier conseil que je pourrais donner pour être et se sentir belle pour mener une vie saine c'est de tout d'abord manger équilibré pour éviter le surplus de poids tout en mangeant à sa faim, Faire du sport, du sport et encore du sport pour garder la forme et aimer son corps, écrire ce que l'on ressent pour se détendre et évacuer le stress, Rire ! Oui, vous trouverez peut-être ça bizarre mais c'est très important pour être de bonne humeur et donner une image de soi positive. Maintenant, ce qu'il ne faut surtout pas faire : Se coucher tard la semaine et faire la grasse matinée le week-end ce qui peut dérégler l'horloge biologique, faire des nuits blanches, s'énerver sur tout ce qui bouge quand on est de mauvaise humeur, manger régulièrement dans des fast-food sous prétexte qu'on a pas le temps de repasser à la maison pour dîner, rester des heures à chater sur l'ordinateur alors qu'on a un exposé à faire pour après demain, toujours reporter ce qu'on a à faire au lendemain... Ca me rappelle vaguement quelqu'un tout ça... ;-) Voilà, j'espère que mes petits conseils vous aideront à garder la forme...

Soins du visage selon votre type de peau

Sachez qu'il existe 4 types de peaux généraux :

- Les peaux normales :

Celles qui ont une peau normale, sont en effet les plus chanceuses car il est facile de maintenir l'équilibre naturel de leur peau qui a un aspect frais, rosé, pas ou peu d'imperfections et une texture douce, veloutée. La peau presque "parfaite" dirons-nous. A faire : Acheter une crème hydratante qui s'applique aussi bien le matin que le soir et un démaquillant en lait ou crème qui s'applique avec un coton. A ne surtout pas faire : négliger votre peau sous prétexte qu'elle est à tendance normale et qu'elle n'a pas besoin de soins.

Produits conseillés : Utilisez les produits pour peaux normales et vous pouvez vous contenter d'une crème hydratante de grand magasin mais pour le démaquillant, je vous conseillerai le lait démaquillant visage-bouche-yeux de docteur Pierre Ricault.

- Les peaux sèches :

Le phénomène qui rend la peau sèche se produit lorsque les glandes ne produisent plus assez de sébum pour maintenir l'équilibre naturel de la peau. La peau n'est plus assez souple et prend alors un aspect tendu, tiraille et picote lorsque l'on sourit ou fronce les sourcils. Pour commencer, il est préférable d'utiliser un produit à base d'huile pour apaiser et nourrir. A faire : appliquer matin et soir une crème hydratante, faire un masque réparateur et protecteur 1 à 2 fois par semaine et utiliser un lait démaquillant qui n'est pas agressif. A ne surtout pas faire : Se démaquiller régulièrement avec un gel qui s'emploie à l'eau ni d'exfoliants qui seraient trop agressifs pour votre peau et bannissez tous les produits à base d'alcool.

Produits conseillés : Bien sûr les produits pour peaux sèches, la gamme neutrogéna et laroche posay. (En pharmacie)

- Les peaux grasses :

Le plein d'astuces beauté pour toujours être au top ! - 2/5

Contrairement aux peaux sèches, le phénomène des peaux grasses est que la peau produit un surplus de sébum et prend alors un aspect gras et brillant souvent sur le nez, le front et le menton. Des boutons apparaissent régulièrement et des imperfections sont visibles (pores obstrués, points noirs, irrégularité du grain de peau,...) Un autre problème, le maquillage n'accroche pas et le fond de teint vous lâche souvent en fin de journée... A faire absolument : Nettoyer sa peau à l'aide d'un gel moussant à l'eau pour limiter les brillances et pratiquer un exfoliant 1 à 2 fois par semaine pour éliminer les peaux mortes et redonner à la peau son éclat.

Produits conseillés : Nettoyage express et crème hydratante anti-imperfections (l'indispensable ! elle limite la brillance, l'apparition de boutons et de points noirs !) normaderm de vichy, Roulette anti-spots de l'Oréal Paris (en pharmacie) et exfoliant doux de Nivea visage.

- Les peaux mixtes : Nous terminons par le type de peau le plus délicat à soigner car il est à mi chemin entre la peau sèche et la peau grasse. La peau est souvent grasse sur la zone médiane (nez-front-menton) et sèche sur les joues. Pour ce type de peau, il est facile de trouver un bon équilibre avec des soins appropriés. Il existe aujourd'hui sur le marché un tas de produit spécial "peaux mixtes" qui sont très pratiques car il hydratent les zones sèches et assèchent les zones grasses.

A faire : Faire un masque d'argile sur les zones grasses et appliquer matin et soir une bonne crème hydratante sur les zones sèches ou sensibles.

A ne pas faire : Abuser de produits astringents et à base d'alcool sous prétexte que vous avez des zones grasses.

Produits conseillés : La nouvelle gamme Nivea visage young, gel nettoyant pour peaux mixtes (en grands magasins) et crème hydratante et réparatrice d'Avène (en pharmacie)

Maquillage du visage (la base)

La base du maquillage c'est le fond de teint. Il permet d'accentuer ou modifier la carnation naturelle de votre peau, de sublimer votre teint, camoufler cicatrices et imperfections ou encore remodeler le visage pour affiner votre nez ou allonger votre visage par exemple.

Tout d'abord, déterminez votre type de peau (voir différents types de peau) pour choisir un fond de teint approprié.

- Un fond de teint liquide est idéal pour les peaux sèches car il est peu couvrant et sa texture est parfaite pour celles qui n'ont pas d'imperfections.
- Pour les peaux grasses la poudre libre est conseillée pour matifier les brillances et un fond de teint compact poudré est aussi approprié.
- Pour les peaux mixtes il est préférable d'utiliser un fond de teint avec un fini poudré, qu'il soit compact, fluide, liquide ou en stick.
- Et enfin, pour les peaux normales tout convient sauf le fond de teint compact qui est à éviter ou à utiliser seulement si vous voulez un effet poudré.

Ensuite, déterminez la couleur de votre teint.

- Si vous avez le teint très clair : Optez plutôt pour des tons rosés, sable et évitez les tons ocrés.
- Si vous avez le teint mat les couleurs ambrées, chaudes voir abricotées sont conseillées.

Petits trucs en plus :

- Que vous ayez la peau claire ou mate, un coup de pinceau avec de la poudre bronzante donnera un bel effet de léger hâle qui vous donnera bonne mine.
- Lorsque vous mettez votre fond de teint n'oubliez pas les oreilles, le cou et le dessous du nez.
- Si vous avez du duvet sur le visage, il faut mieux éviter les tons trop clairs qui le rendent encore plus visible.

Le plein d'astuces beauté pour toujours être au top ! - 3/5

Comment appliquer son fond de teint.

Il faut tout d'abord hydrater votre peau, puis, procéder par petites touches. Commencer à appliquer le fond de teint au centre du visage, sous les pommettes, le nez et le front. Faire glisser le fond de teint avec les doigts ou une éponge pour fond de teint vers le haut et l'extérieur du visage. Pour finir, estomper pour éviter d'être blanche par endroits (racine des cheveux, oreilles, cou, dessous du nez).

Nez trop long, trop large, trop court ? Il est aujourd'hui possible de "tricher" un petit peu !

Et oui, c'est possible de se "remodeler le visage" grâce à l'effet d'optique que produit une poudre bien appliquée. Le principe de base est simple :

Les couleurs foncées effacent les volumes et les couleurs claires donnent du relief. Mais attention à bien fondre les deux tons lors de l'application.

- Vous avez un visage trop long : Ombrez le haut du front et le menton.

- Vous avez un visage trop court : tracer une ligne imaginaire en maintenant un crayon de l'iris de l'oeil au maxillaire inférieur; appliquer un fond de teint plus foncé en formant un triangle depuis le point indiqué par votre crayon jusqu'au lobe de l'oreille.

Vous avez un menton trop long : Ombrez la pointe du menton vers le centre des maxillaires inférieurs.

Votre nez est trop large : Appliquez un fond de teint foncé sur les ailes du nez.

Votre nez est trop long : appliquez un fond de teint foncé sur l'ensemble du nez et la pointe.

Votre nez est trop court : tracer une ligne claire sur toute la longueur du nez pour l'allonger.

Soins et maquillage des yeux

Maquiller ses yeux n'est pas indispensable mais il faut savoir que l'on peut être maquillée sans se tartiner le visage de tout ce qui nous tombe sous la main ! Ce qui signifie que l'on peut être naturelle tout en étant maquillée...

Voici un exemple de maquillage naturel et simple à réaliser - Le maquillage au naturel : pour commencer, unifier entièrement la paupière avec une teinte claire. Appliquer une teinte plus foncée sous l'os de l'arcade sourciliaire et tracer un trait long et fin d'eye liner noir, brun ou prune au ras des cils. La touche finale : appliquer un mascara transparent sur les cils pour les séparer et terminez par deux ou trois couches de mascara volumateur assorti à l'eye liner (noir, brun ou prune) pour donner de la profondeur au regard.

Les fards à paupières : comment les employer ?

Pour démarer, la base du maquillage : les couleurs foncées creusent le regard alors il vaut mieux les utiliser vers l'extérieur de l'oeil et les couleurs claires donnent du relief et attirent l'attention du regard alors il vaut mieux les utiliser vers l'intérieur de l'oeil.

On trouve des fards à paupière sous plusieurs formes : en poudre compacte, en stick, en crème ou en roll. La poudre compacte reste la plus facile à utiliser et donne un superbe résultat poudré. Une petite touche de fard nacré au centre de la paupière mobile éclairera le regard. Si vous souhaitez ombrer la paupière, utilisez plutôt un fard mat et pour mettre en valeur, un fard irisé.

Maquillez-vous selon la couleur de vos yeux

-Pour les yeux gris et bleus : Bannissez toute la gamme de bleu qui fait trop ton sur ton et utilisez plutôt les teintes caramel, violette, gris taupe, les roses et du noir si vous n'êtes pas blonde.

-Pour les yeux bruns : toute la gamme de bruns, vous avez l'embarras du choix !

Pour les yeux noisette : le kaki et les tons chauds mettront vos yeux en valeur mais pour un résultat plus naturel les beiges et les bruns vous conviendront aussi.

-Pour les yeux verts : Utilisez les tons lilas, gris-mauve, le gris et les bruns chauds.

-Pour les yeux noirs : Vous êtes chanceuse car toutes les combinaisons vous sont offertes mais oubliez quand même les bleus qui ne vous vont pas trop. En revanche les tons prunes vous iront à merveille.

Le plein d'astuces beauté pour toujours être au top ! - 4/5

Les "outils" de maquillage pour les yeux et comment les employer

- Le mascara : Il se présente sous forme de crème dans un tube et s'applique à l'aide de l'embout en forme de brosse. Il existe des couleurs différentes qui vont des plus naturelles (noir, brun, prune...) aux plus flashy (rose, bleu, paillettes...) Il s'applique sur les cils supérieurs et inférieurs en séparant les cils et en tournant la brosse sur elle-même dans le sens des aiguilles d'une montre tout en brossant. Son utilité : Le mascara agrandit et souligne le regard.

Le truc en plus : Si le mascara fait des "paquets" prenez une vieille brosse à mascara ou une brosse à sourcils pour brosser vos cils et supprimer les "paquets". Si votre mascara devient légèrement sec, n'essayez pas de le diluer avec une lotion quelconque mais plongez-le dans l'eau très chaude avant l'emploi.

- L'eye-liner : Il se présente soit sous forme de tube contenant de la crème plus ou moins liquide avec un embout en fin pinceau ou sous forme de crayon kohl. Il s'applique au ras des cils pour accentuer le regard. Pour les yeux en amande, on peut dépasser un peu au coin externe de l'œil... C'est très joli. En bref, l'eye-liner n'est pas évident à manier mais vous fait un œil de biche à coup sûr !

- Le crayon : Il se présente sous forme d'un crayon ordinaire et est plus facile à manier qu'un eye-liner. Un trait fin sur le bord interne de l'œil rend celui-ci plus pétillant. Lorsque vous l'appliquez sur la paupière inférieure ou supérieure, il est nécessaire de l'estomper au pinceau ou avec mousse parfois présent à l'extrémité de certains crayons (gemey maybelline, par exemple).

Vous avez un complexe avec la forme ou la grandeur de vos yeux ? Là aussi on peut "tricher" ! ;-)

- *Vos yeux sont enfoncés* : Utilisez deux fards à paupières : le plus foncé sur l'arcade sourcilière et le plus clair près de l'œil. Estompez les deux fards pour ne pas avoir de démarcations et surtout, ne cernez pas le dessous de l'œil (ombre, eye-liner ou khôl).

- *Vos yeux sont trop rapprochés* : Deux fards à paupières : le plus clair dans le coin interne de l'œil et le plus foncé sur la partie externe en remontant vers les tempes.

- *Vos yeux sont trop écartés* : Même principe que pour les yeux trop rapprochés sauf que le plus clair se met sur la partie externe et le plus foncé dans le coin interne.

- *Vos yeux "tombent" ou sont trop petits* : Le fard à paupière s'applique à partir du centre de l'œil, horizontalement et en dépassant au coin externe de l'œil.

- *Vos yeux sont globuleux* : Toujours deux fards à paupières, le plus foncé au ras des cils (1mm d'épaisseur) et le plus clair au dessus du foncé. Terminer par un trait de crayon sur la paupière inférieure sans dépasser ni estomper car le résultat recherché est d'entourer l'œil.

Les sourcils

Les sourcils jouent un rôle primordial dans le regard. Si vous avez la chance d'avoir une ligne de sourcils déjà bien définie, il vous suffit de la suivre et d'enlever uniquement les petits poils disgracieux du dessous. Il ne faut jamais épiler les sourcils au dessus ni les raser !!!

Si vous avez des sourcils épais voici la marche à suivre :

Pour mesurer la forme à leur donner, utilisez un crayon et placez-le à la verticale dans le coin interne de votre œil. Votre sourcil doit commencer sur cette ligne. Puis placez le crayon de façon à former une diagonale entre la narine et le coin externe de l'œil. Votre sourcil doit s'arrêter là.

Passez un coton d'alcool à 90° sur la peau, la pince et les doigts. Pincez chaque poil et tirez d'un petit coup sec, dans le sens de la pousse. Ne les épilez pas trop fins sinon, votre regard n'aura plus de caractère. Mais ayez la main légère... Parfois, un poil enlevé ne repousse plus jamais. Si jamais il vous manquait de poils, redessinez les un par un au crayon à sourcils.

La bouche

Le plein d'astuces beauté pour toujours être au top ! - 5/5

Le maquillage de la bouche n'est pas nécessaire si vous voulez un résultat maquillé mais naturel. Mais il est indispensable de les nourrir avec un baume protecteur pour les lèvres ou un beurre de cacao. Si vous voulez donner un peu d'éclat sans maquiller vos lèvres, un soupçon de gloss ou de brillant à lèvres fera l'affaire. Si vous voulez vous maquiller les lèvres, oubliez tout de suite ce que font le 3/4 des femmes du monde qui se maquillent la bouche : Après avoir mis son rouge à lèvres, frotter ses lèvres l'une contre l'autre pour répartir. La vraie technique, celle qui donne le meilleur résultat est la suivante : commencez par appliquer une base (baume). Prenez votre crayon à lèvre et commencez à dessiner le petit V au milieu de la lèvre supérieure, continuez le contour des lèvres par petits traits fins sans appuyer. Pressez ensuite un mouchoir pour enlever le surplus et passez le gros pinceau sur l'ensemble de vos lèvres. Prenez votre pinceau et enduisez-le de votre rouge à lèvres. En commençant par le milieu, "peignez" vos lèvres par des petits coups de pinceau successifs. Lorsque vos lèvres sont colorées, pressez un mouchoir et passez le gros pinceau. Répétez l'opération une seconde fois.

On peut aussi "tricher" pour les lèvres... !

- *Votre bouche est trop petite ou trop mince* : tracez le contour des lèvres en débordant d'un ou deux millimètres et employez une couleur légèrement plus foncée pour la lèvre supérieure.
- *Votre bouche est trop grande ou trop épaisse* : tracez le contour des lèvres légèrement en dedans de la forme de votre bouche naturelle et utilisez des rouges à lèvres clairs (roses, saumons, corails,...) Terminez par une touche de gloss au milieu de la lèvre supérieure.
- *Votre bouche "tombe"* : ne maquillez pas les commissures de la lèvre inférieure et remontez le dessin des lèvres au crayon.

Voilà... J'espère que vous avez pu y trouver ce que vous cherchiez ou tout simplement que mon article vous a plu... Si vous avez une question pour votre carnation ou les couleurs qui vont avec vos yeux... N'hésitez pas ! Et je voudrais rajouter quelque chose : Cet article vous a peut être paru un peu superficiel mais il est évident qu je voulais parler de différentes techniques et expliquer en quoi consiste le maquillage... Mais vous pouvez remarquer que j'ai tout de même donné un avis très personnel en haut de page... Et pour celles qui font des complexes à cause de leur physique, je peux vous dire que moi, le maquillage a changé ma vie et je me sent beaucoup plus sûre de moi à présent... Je me regarde dans une glace et je me dis... Je suis jolie ! Voilà on peut y arriver... Moi aussi je me trouvais moche il y a d'ici 6 mois... Et à présent je suis comme libérée. Voilà alors bon courage ! Et bons essais de maquillages ;-))) !