

Peaux jeunes à problèmes - 1/4

Quand on a une "peau jeune à problèmes", on est de mauvaise humeur, on devient grincheux, on se dit "ça ira mieux demain !" mais au réveil c'est 3 fois pire ! Et si je vous dit : "peau jeune sans problèmes !" ... Ah là c'est différent, là on se sent bien! Lisez cet article, je pense pouvoir vous redonner une jolie peau, et un joli sourire !

Je voudrais tout d'abord préciser qu'en aucun cas je prétends être "Madame miracle"! Je vais simplement vous donner des petits conseils qui m'ont personnellement réussit, mais chacun est différent, et chacun réagit différemment... Je tenais aussi à dire que mes astuces ne concernent pas les peaux complètement envahies de boutons, ça seul un dermatologue peut y remédier...! Mais je suis capable par contre de vous "prescrire" un petit traitement pour les peaux à tendance acnéiques, pré et post-acnéique! C'est parti pour un petit tour dans le monde de l'hygiène, du soin, et du maquillage...!

Bon voyage!

Tout d'abord règle numéro 1) NE PAS TRITURER SES BOUTONS!

ça y est je vous voit venir là... "quelle rabat joie cette nana..."! Ouais bah n'empêche que c'est déjà la moitié du travail ça alors faites gaffe! Si vous ne comptez pas respecter cette règle, ne vous cassez pas la tête à lire la suite de l'article!

Donc je continue, avec ceux qui ne se sont pas laissés décourager...!

Tous les produits que je vais vous conseiller sont presque tous de la marque Avène. Alors je vous préviens tout de suite je ne suis pas là pour faire de la pub, mais ce sont les meilleurs produits que j'ai trouvé sur le marché pour le moment! J'espère qu'ils vous conviendront aussi!

1) Bien se laver le visage le matin et le soir avec le GEL NETTOYANT CLEANANCE (Avène). Faire très attention à rincer parfaitement le produit et à bien sécher son visage en tapotant avec une serviette en coton. Après ça colle, c'est super désagréable, et c'est mauvais pour la peau!

Et ce nettoyant est aussi un démaquillant, donc pour vous les filles qui se maquillent, inutile de vous démaquiller avec je ne sais trop quel démaquillant avant! Moins on agresse la peau, mieux elle se porte! En plus ça fait des économies d'argent et de temps! Le rêve!

Par contre un démaquillant pour les yeux est le bien venu, et même essentiel, pour celles qui se maquillent les yeux évidemment! Celui de chez Avène est pas mal!

2) Après la toilette du matin, appliquez L'EMULSION REGULATRICE MATIFIANTE CLEANANCE (Avène), qui existe en en transparente ou en teintée, pour donner bonne mine!. C'est une crème quasiment magique! La peau est délicatement parfumée, juste comme il faut, elle devient fraîche et douce...trop douce! Et comme son nom l'indique elle matifie le teint durant toute la journée! Et les demoiselles seront contente aussi de savoir qu'elle est une excellente base de maquillage!

Peaux jeunes à problèmes - 2/4

3) Après la toilette du soir, appliquez la crème CLEANANCE K (Avène) en faisant bien attention d'éviter le contour des lèvres et des yeux. Cette crème est un réel traitement qui va favoriser la diminution des boutons et des points noirs grâce à son pouvoir exfoliant. Mais n'ayez pas peur, Avène est la marque de la douceur, et cette crème ne décape absolument pas la peau! Je sais de quoi je parle! Même les peaux les plus sensibles pourront l'utiliser!

Je vous conseille d'utiliser cette si et seulement si vous avez vraiment des "gros boutons" ou des petits kystes sous la peau. Si vous n'avez pas de réel problème d'acné à proprement dit, elle risquerait d'avoir un effet plutôt néfaste que bénéfique sur votre peau.

Pour les filles, cette crème est pas mal pour les "mauvaises périodes du mois!", si vous voyez ce que je veux dire!

4) Faites un gommage 1 fois par semaine. 2 fois c'est trop, moins d'une fois c'est pas assez. A moins que votre peau ne respire vraiment plus, il faut éviter de trop la décaper... Plus on la décape, plus elle s'irrite, et donc elle sera forcément plus sujette aux méchants boutons pas beaux!

Moi je vous conseille le GOMMAGE Avène! IL est bien et il est très doux, donc si vous sentez vraiment le besoin d'exfolier votre peau 2 fois par semaines, il n'y aura pas d'effets secondaires! Mais comme ça n'est pas utile, autant économiser!

Par contre sur la notice il y a marqué qu'il s'utilise sur une peau sèche, mais moi je vous conseille de l'appliquer sur la peau encore humide, juste après vous être nettoyé le visage avec le produit adapté. Et surtout rincez abondamment! C'est très important!

Je vous conseille d'effectuer le gommage le dimanche soir, pour bien vous débarrasser des impuretés qui se sont imprégnées durant la semaine ainsi que le week-end (les fêtes, les boîtes, les bars, etc... tous ces endroits enfumés sont des nids à impuretés!)

Après votre gommage, appliquez toujours l'EMULSION REGULATRICE MATIFIANTE (Avène) car la peau est légèrement plus sensibilisée après l'exfoliation, et une crème comme CLEANANCE K (Avène) serait un peu trop agressive.

5) Faire un MASQUE D'ARGILE VERTE 1 fois par mois, après votre gommage. Pareil que le gommage, plus d'une fois c'est trop, mais moins d'une fois c'est pas assez! Et encore comme le gommage, si vous voyez vraiment que votre teint est tout gris tout moche, et que votre peau ressemble à du beurre, vous pouvez en faire un toutes les deux semaines, mais c'est vraiment le maximum!

Le masque d'argile doit s'appliquer en couche épaisse sur le visage en évitant bien le contour des yeux et des lèvres, car cela dessèche quand même pas mal la peau. Le temps de pose varie entre 15 et 30 minutes. Là c'est personnel! Il faut juste attendre que le masque ai un peu séché. Mais dès que votre peau commence à tirer un peu, ou à vous démanger légèrement, il faut tout de suite aller le retirer avec de l'eau tiède. J'avoue que c'est un peu chiant à enlever! Moi pour l'enlever je retourne carrément dans la douche! Et encore une fois, veillez à bien rincer, et à bien sécher, et appliquez ensuite l'EMULSION REGULATRICE MATIFIANTE (Avène).

Peaux jeunes à problèmes - 3/4

PETITS CONSEILS BONUS!

- 1) Appliquez autant de fois que vous en ressentez le besoins le STICK A LEVRES (Uriage)
- 2) Mettez aussi de la crème pour les mains quand elles sont desséchées, surtout en hivers, COLD CREAM CREME POUR LES MAINS (Avène)

CONSEILS MAQUILLAGE :

- 1) Après votre crème du matin, appliquer le fond de teint COUVRANCE, VERSION OIL FREE (Avène), qui existe en plusieurs teintes différentes, vous choisirez selon votre carnation de peau, demandez de l'aide à une conseillère.
- 2) Vous pouvez aussi utiliser la POUDRE MOSAIQUE TRANSPARENTE (Avène), soit par dessus votre fond de teint pour un fini poudré (conseillé pour les soirées plutôt), soit directement sur la crème de jour pour un effet naturel, légèrement poudré et matifiant.
- 3) Petit truc très pratique, c'est le STICK CORRECTEUR (Lutsine) qui assèche et cache localement les petits boutons disgracieux! Et on peu l'emmenner partout car il est mini! Il existe en 2 teintes, neutre ou sable. Pour les peaux de couleur pale et normale, choisir la teinte neutre, et pour les peaux foncer, choisir la teinte sable!

DERNIERES ASTUCES :

- 1) Dans tous les cas, pour avoir une peau saine, une alimentation correcte est vivement conseillée!
- 2) Faites bien attention aux produits de maquillage que vous mettez. Vérifier qu'ils soit hypoallergénique et/ou non comédogène!
- 3) Prenez un bon bain de temps en temps si vous avez une baignoire! C'est super relaxant, et la peau est bien détendue après!
- 4) Faites un peu de sport! C'est un remède magique contre TOUS les problèmes! (enfin presque!)
- 5) Pensez aussi à bien dormir! Une peau reposée sera beaucoup plus jolie! Fini les cernes et la "tronche de cake" du matin!

OU ACHETER LES PRODUITS CONSEILLES ?

- Tous les produits se trouvent en pharmacie et parapharmacie. Je vous conseille la parapharmacie, car c'est moins cher!
- Pour le masque d'argile, vous demandez un grand tube d'argile verte en pâte! (ce sont les marque argiletz et

Peaux jeunes à problèmes - 4/4

cattier qui font ça!)