

Tu te demandes comment bien tracer ton trait d'eye-liner? À la pharmacie, tu hésites entre 20 crèmes solaires? Quelle que soit ta question sur la beauté, Marie-Lou est là pour y répondre!



Tu as toi aussi une question à poser à Marie-Lou? N'hésite pas à lui écrire à: marieloularie@hotmail.ca

Comment choisir un écran solaire et à quelle fréquence l'appliquer?

Kelly

Pour bien te protéger, il est très important de connaître ton type de peau. En gros, plus ton teint est clair et sujet aux coups de soleil, plus le facteur de protection solaire (FPS) doit être élevé. Le FPS 15 offre une faible protection réservée aux peaux naturellement hâlées et très tolérantes. Si tu bronzes facilement et si tu t'exposes de façon modérée au soleil (peaux moyennes), un FPS 30 fait l'affaire. Par contre, si tu souhaites passer beaucoup de temps au soleil ou demeurer à l'extérieur quand le soleil est à son zénith (de 11 h à 14 h), un FPS 45 s'impose. En ce qui concerne les blondes, les rousses et celles qui

affichent des taches de rousseur ou un teint très clair (peaux intolérantes), un FPS 60 est alors conseillé, pour une exposition au soleil de moyenne à longue. De plus, il est important d'appliquer le produit 30 minutes avant de sortir et d'en remettre toutes les 2 heures, ou immédiatement après une baignade ou un effort physique intense.

Lotion protectrice hypoallergène Climatix Plein Air FPS 30, de **Marcelle** (idéale pour les peaux moyennes), 19,50 \$ les 50 ml. Dans les pharmacies et les grandes surfaces



Lait protecteur FPS 60, d'**Ombrelle**, à absorption rapide, non gras, sans arfume ni colorant (idéal pour les peaux intolérantes), 17,99 \$ les 120 ml. Dans les pharmacies et les grandes surfaces

Quand l'air est chargé d'eau, les fibres capillaires absorbent l'humidité et gonflent, ce qui cause les frisottis, surtout si tes cheveux sont secs, abîmés ou naturellement ondulés. Pour combattre ce phénomène, hydrate tes cheveux au max avec un bon revitalisant ou un masque capillaire à mention «antifrisottis». Sèche-les à fond lorsqu'ils sont fraîchement lavés et procède à une mise en plis à l'aide d'une brosse ronde, en passant bien sur chaque

Crème antihumidité sans rinçage Ever Sleek Sulfate-Free Smoothing System, de **L'Oréal Paris**, 12,99 \$. Dans les pharmacies et les grandes surfaces



meche et en appliquant, au préalable, un revitalisant sans rinçage conçu à cet effet. En touche finale, un sérum soyeux antifrisottis contenant du silicone est un must car, en plus de discipliner et de faire briller la chevelure, il fait office de bouclier contre l'humidité.

Sérum lustrant et soyeux Recovery Complex Anti-Frizz, de **Bain de Terre**, 16,60 \$ les 50 ml. Dans les salons et sur le site www.baindeterre.com



Lorsque je me fais une manucure, mon vernis ne tient jamais plus d'une journée sans s'écailler.

Existe-il des trucs pour que mes ongles restent beaux longtemps?

Karine

d'orange (offert en pharmacie), afin que le produit adhère bien aux ongles. Polis ensuite toute leur surface avec une lime douce, pour enlever les corps gras et permettre une adhérence parfaite. Ces étapes terminées, étends une couche de fond. Dix minutes après, applique la couleur. Fais une pause de 10 minutes et applique une deuxième couche de couleur. Laisse encore quelques minutes s'écouler et étale une couche de finition protectrice, qui rendra ton vernis brillant et à toute épreuve.

Pour optimiser la tenue de ton vernis, commence toujours par repousser légèrement tes cuticules, à l'aide d'un petit bâton

Vernis de base et de protection Start to Finish, d'**O-P-I** (base, couche de finition et renforteur des ongles 3-en-1), et vernis de protection RapiDry TopCoat, d'**O-P-I** (protecteur à séchage rapide), 17,50 \$ chacun. Dans certains salons et certains spas. 1 800 341-9999 et www.opi.com

Ensemble de bandes de vernis à ongles Salon Effects, de **Sally Hansen**, contenant 16 bandes de véritable vernis (conviennent à toutes les tailles d'ongles, tiennent jusqu'à 10 jours et se retirent avec du dissolvant), un bâtonnet de manucure et une minilime-polissoir à ongles, 9,95 \$. Dans les pharmacies et les grandes surfaces

