



avantages

Février 2013

beauté nature

par DIANA BÉRAUD

Mon parfum green me fait du bien

Le parfum bio joue la carte des huiles essentielles, reconnues pour influencer nos émotions. Comment ? En envoyant des stimuli au cerveau, qui transmet alors différents messages à notre corps. Et régule notre humeur.

Je calme mon stress
Avec des senteurs 100 % nature qui conjuguent plaisir des fragrances et contrôle de la « nervosité ». Elles combinent des huiles essentielles pour susciter des émotions positives dès les premiers effluves. Petit florilège zen : relaxation avec l'ylang-ylang, angoisses apaisées avec le patchouli et régulation émotionnelle grâce aux agrumes (sauf le citron). Enfin, la bergamote nourrit des idées plus positives et évite le repli sur soi. Une équation olfactive que l'on retrouve dans l'**Eau d'Elixir Harmonie des Fleurs de Bach (34,50 € les 55 ml)**.

Je dope mon énergie
En m'enveloppant de parfums construits autour du citron et de la cardamome. Si celle-ci développe la bonne humeur, le fruit jaune est le seul des agrumes identifiés comme un stimulant psychique et intellectuel. Pourvoyeur de peeps, il stimule la vivacité d'esprit et empêche le sentiment d'apathie. Un rôle rempli par **Jardin des Thés d'Acorelle (29,80 € les 50 ml)**.

Je booste ma joie de vivre
En mettant à l'honneur des senteurs gourmandes comme la vanille, les parfums entrent en résonance avec nos souvenirs d'enfance, époque d'harmonie et d'enthousiasme pour beaucoup d'entre nous. Ces fragrances renforcent aussi le sentiment de sécurité et incitent à aller de l'avant. On se dynamise avec **Vanille Gourmande de Florame (28 € les 50 ml)**.

Je favorise mon sommeil
Avec des parfums bio qui, le soir aussi, font des merveilles. Après la douche, on s'enveloppe de quelques pschits à la façon d'une brume corporelle. Les huiles essentielles qui favorisent l'endormissement ? Le santal, qui donne la sensation d'être réchauffée, la camomille car elle lutte contre l'insomnie et, enfin, le tilleul et l'orange pour leurs vertus calmantes. On plonge dans les bras de Morphée avec **Tilleul Nuit des Parfums d'Orsay (61 € les 61 ml)**.

BIO BEAUTÉ
by NUXE

on VEUT

CE BAUME GOURMAND
Enrichi en beurres d'abricot et de karité réparateurs, ce stick répond à nos exigences avec glamour : texture qui ne colle pas et subtil fini bouche mordue.

Baume Lèvres Réparateur teinté à la pulpe de framboise, Bio Beauté by Nuxe, 8,50 €.

on aime

PURISSIMES, la nouvelle marque *made in Alpes* de Haute-Provence qui fait la part belle aux plantes des montagnes. Gentiane et violette pour l'élasticité de la peau, bois de Hô pour l'hydratation ou encore myrrhe pour les antioxydants. La marque n'a même pas soufflé sa première bougie qu'elle a déjà traversé les frontières pour séduire les Japonaises, *beauty addicts* exigeantes sans pareilles. Un gage de qualité !

Nos chouchous : l'hydratant sans brillance, **Fluide Equilibrant Matifiant (35 €)**, et la très rafraîchissante **Eau Micellaire Démaquillante (18 €)**.