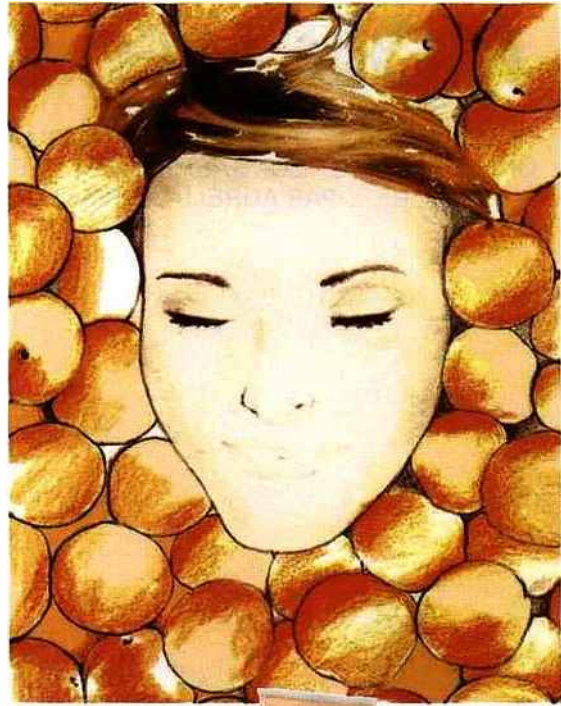


POURQUOI LES FRUITS SONT BONS POUR LA PEAU?

PAR MARION RENARD,
ILLUSTRATION DANNY TAN

L'avis de la professionnelle : "Les fruits et légumes sont excellents pour la peau car ils sont gorgés de nutriments, d'oligoéléments, d'eau, de vitamines. Ils sont une source naturelle, ce qui permet d'éviter, pour certaines marques, l'emploi d'ingrédients synthétiques, et contribuent pleinement au bien-être de la peau. Sachez que la pêche est astringente, énergétique, calmante, elle traite les tâches et apporte de la luminosité au visage. L'abricot est adoucissant, nourrissant et un bon reconstituant de l'épiderme, il tonifie les peaux normales et prévient les rides, tout comme la figue qui soulage aussi les plaies. Le pamplemousse est antiseptique, apaisant et régénérant. Le melon est rafraîchissant et rajeunissant, il calme les brûlures du soleil et les inflammations et améliore les peaux sèches. La grenade régénère les tissus cutanés. La fraise est antridre, elle régule l'épiderme et éclaircit les teints brouillés, idem pour la mandarine. L'orange est reminéralisante, elle détend et destresse les tissus contractés. Le citron est désinfectant, il atténue les tâches de rousseur et tonifie notamment les peaux grasses. Faites donc votre marche!"

Helen Ambrosen est créatrice des produits Lush



De gauche à droite et de haut en bas : Baume végétarien pour les lèvres Let Them Eat Cake (orange, citron, cassis...), Lush, 7,30 €. Crème légère hydra-énergisante SPF 15 au nectar essentiel de fruits (mandarine, pêche et figue), peaux normales et mixtes, Galenic, 24 €. Crème exfoliante corps Pêche Docteur Renaud, 24 €. Crème vivifiante bio à la propolis, abricot et jojoba, peaux normales, Apicosma, Melvita, 15,10 €. Sérum nuit régénérant à la grenade Grassroots chez Sephora, 32,50 €. Gel douche gommant Fraîse The Body Shop au Club des Createurs de Beauté, 12 €. Savon à la mandarine verte Patyka, 10 €. Crème hydratante longue durée jour pour peaux normales et sèches Onagre et extrait de melon Floressance, 8,16 €. Huile hydratation intense à la mandarine verte, sésame et jojoba, Kibio, 36 €. Gel douche et bain aux essences de cassis Bombaysque TAAJ, 8,90 €.