

Femme Actuelle

RÉCITS
Ces captivantes
histoires vraies

LA CRYO COSMÉTO
*Le froid nous rend
si belles*

Voilà l'été!

- Tee-shirt anti-UV, un allié
- Test de lessives en feuilles
- Un point d'eau au jardin

ACRYLAMIDE
J'évite ce poison
alimentaire



CUISINE FACILE

**Nos recettes
sans prise de tête**

N° 2184 - DU 1^{er} AU 7 AOÛT 2026

PM PRIMA MEDIA CPPAP

L 12291 - 2184 - F: 2,60 €



DE: 2184 - CH: 440CH - CA: 530CA - DE: 44 - ES: 316 - GR: 316 - IT: 316 - LU: 216 - PT: 316 - RO: 316 - TR: 316 - UK: 316 - ZA: 316 - ZONE CFA AVIRON: 3530 ZAF - ZONE CFP BATEAU: 450 ZPF - ZONE CFP AVIRON: 900 ZPF



Beauté
&
Bien-être

CET ÉTÉ, L'EFFET CRYO *fait sensation*

FROID DEVANT ! INSPIRÉS DE LA CRYOTHÉRAPIE, LES COSMÉTIQUES GIVRÉS S'APPRÊTENT À CONTRER LA CANICULE POUR MIEUX RAFRAÎCHIR NOTRE ÉTÉ. ON FONCE ! **PAR AURÉLIA HERMANGE**



①

JE M'OFFRE un sourire frappé

Les lèvres aussi souffrent des coups de chaud ! Exposées au vent, aux UV, aux embruns ou à la climatisation, elles peuvent rapidement devenir sèches et inconfortables. Les nouveaux baumes et huiles inspirés du froid y remédient, grâce à une association d'actifs nourrissants et d'agents rafraîchissants qui créent un agréable effet givré dès l'application. Certains renferment également du menthol ou des extraits végétaux, qui stimulent légèrement la microcirculation.

Résultat : les lèvres paraissent temporairement plus lisses, plus rebondies et mieux dessinées tout en bénéficiant d'une sensation de fraîcheur immédiate. Sans remplacer un véritable soin repulpant, ces formules offrent ainsi un double bénéfice : du confort et un rendu bonne mine instantané.

NOTRE SÉLECTION

Coup de frais. Baume à Lèvres Effet Frais, Propolia, 6,50 € (1).

Frisson givré. Lip Oil Balm, Baume-en-Huile Cryo-Repulpant 00 Cryo Mint, Clarins, 35 € (2).

②



③



JE RAFRAÎCHIS mon regard

Cernes marqués, poches au réveil, regard fatigué... le contour de l'œil est souvent la première zone à souffrir de la chaleur. Le bon réflexe pour apaiser son regard ? Les soins effet glaçon qui apportent une décongestion immédiate et aident à réduire visuellement le gonflement. Pour y parvenir, les formats en stick sont particulièrement efficaces avec leur embout frais qui accentue l'effet défatigant. Quelques passages sous les yeux suffisent pour retrouver un regard plus ouvert et lumineux, même après une nuit trop courte. Certains associent cet effet « frappé » à des ingrédients réputés pour combattre les signes de fatigue, comme la caféine, qui diminue l'apparence des poches, ou des peptides et des actifs hydratants capables de lisser visuellement le contour de l'œil.

NOTRE SÉLECTION

Jusqu'à 3 degrés en moins. Sérums Yeux Cryo Cellular Epigenetics, Nivea, 17,99 € (3). **Effet glaçon.** Stick Yeux Défatigant, Nuxe, 27,50 € (4).



④

“ICE SKIN” : ATTENTION À L'EFFET GLAÇON !

Décongestionnant, tonifiant et rafraîchissant, le froid a tout bon... sauf lorsqu'il est appliqué de manière excessive. Utilisé directement sur la peau, un glaçon peut provoquer des irritations, des rougeurs ou des brûlures par le froid, en particulier sur les peaux sensibles ou sujettes à la couperose. Mieux vaut privilégier des accessoires réfrigérés, des cuillères cryo, des rouleaux métalliques ou des soins inspirés de la cryothérapie, qui vous feront profiter des bénéfices du froid sans agresser votre épiderme. Et quelques minutes suffisent : en matière de cryo-beauté, l'excès n'apporte rien de plus.