

COLLABORATION SPÉCIALE

## PLAN GRAND FROID

La semaine de relâche attend petits et grands au tournant. Comme il ne nous viendrait jamais à l'idée de sortir jouer dehors mal habillé, on protège aussi ses lèvres, son minois et sa tignasse. Autrement, bourrasques, UV et grands froids leur en feront prendre pour leur rhume.

### POUR LE CORPS

Gel-bain moussant S.O.S. Froid de Lotus Aroma **4** (15 \$ en pharmacies et grands magasins. HYPERLINK «<http://www.lotusaroma.com>» [www.lotusaroma.com](http://www.lotusaroma.com)). Sa formule concoctée au Québec est naturelle à 99,5 %. Et son ingrédient star – l'huile essentielle d'*eucalyptus globulus* – est reconnu pour ses bienfaits antigrippaux et antirhumatismaux. Dilué dans l'eau du bain, ce soin délasse les muscles, dorlote la peau et dégage les voies respiratoires des parents comme des enfants.

### POUR LE VISAGE

Baume minéral réhydratant réparateur Aqualia Thermal de Vichy **5** (35 \$ en pharmacies. 1 888 45-VICHY). Il jouit d'un effet pansement immédiat, car il est gorgé de minéraux fortifiants et d'agents émollients. Mais rassurez-vous: il ne laisse aucun film gras ! Exempt de parabène et de parfum, c'est l'allié de choix des peaux sensibles et fragilisées, qui peuvent l'utiliser comme simple hydratant, ou s'en servir comme masque, en le posant en couche épaisse.

### POUR LES LÈVRES

Baume lèvres Cold Cream d'Avène **5** (15 \$ en pharmacies. HYPERLINK «<http://www.eau-thermale-avene.com>» [www.eau-thermale-avene.com](http://www.eau-thermale-avene.com)). Ce soin met du baume sur les lèvres sévèrement agressées par le froid. Hypoallergénique, non comédogène et non collant, il reconforte à long terme, laissant même sur la moue un élégant film glossé. Ses actifs nutritifs (beurre de karité, vitamine F et eau thermale) apaisent, réparent et protègent.

### CONTRE LE SOLEIL

Stick solaire très haute protection FPS 30 de Clarins **6** (28 \$ en pharmacies, grands magasins et au Clarins Skin Spa. HYPERLINK «<http://www.clarins.com>» [www.clarins.com](http://www.clarins.com)). On peut le traîner sur soi sans craindre les dégâts, car sa formule solide ne coule pas. Il est idéal pour blinder les zones sensibles, très exposées aux UV (nez, lèvres, oreilles, yeux). Et comme il s'accroche au cou, on l'a toujours à portée de main, quand on doit réitérer l'application, aux deux heures.

### POUR LES CHEVEUX

Shampooing et revitalisant Contrôle Climat de TRESemmé **1 2** (6,49 \$ ch. en épicerie, pharmacies et grandes surfaces. HYPERLINK «<http://www.tresemme.ca>» [www.tresemme.ca](http://www.tresemme.ca)). Un cocktail d'huile d'olive, de kératine, de filtres solaires et de polymères, qui fournit aux cheveux une dose massive d'hydratation et les aide à faire face au soleil, à l'humidité et à l'électricité statique avec plus d'aplomb.

### LE FROID, UN ENNEMI SOURNOIS

En ski, en patins ou en traineau, on prend les assauts environnementaux en pleine figure ! Le froid altère la production lipidique du visage et assèche ses muqueuses. Le vent, en plus de lacérer la peau, met la chevelure à cran. Et les UV meurtrissent la coloration capillaire autant que l'enveloppe cutanée. Pour se prémunir contre l'inflammation, les dartres et la desquamation, on sort donc couvert. À nous les filtres solaires, les crèmes onctueuses (à l'urée, à l'argan, au karité), les baumes labiaux (à la glycérine) et les revitalisants réparateurs.

