

Le chien Chaser  
**L'animal le plus intelligent du monde**

DANS LE CAHIER  
TOUT CONNAÎTRE



**LA SEMAINE**

VOL. 7 N° 5

19 MARS 2011

**DOSSIER EXCLUSIF**

**Reines de beauté à 6 ans**

**LE SCANDALE DES MINI-MISS**





PAR **CRYSTAL MILLER**

## Huiles essentielles: un concentré de beauté



Surtout prisées pour leurs pouvoirs thérapeutiques, les huiles essentielles ont aussi d'étonnantes vertus cosmétiques. Elles formeraient même un bouclier antiâge sans pareil. **Jean Colas, vice-président de Lotus Aroma, nous livre quelques secrets de l'aromathérapie.**

### Comment choisir les huiles essentielles?

La qualité des huiles est influencée par l'ensoleillement, les intempéries et la composition des sols. Assurez-vous d'en connaître la provenance. Sachez, entre autres, que la lavande vraie est issue de Provence, et le ylang-ylang, de Madagascar. Évitez les huiles typées, coupées avec une huile essentielle moins chère ou une huile végétale. Recherchez les étiquettes affichant le nom de l'espèce botanique (en latin) et les flacons opaques, qui préservent le précieux liquide de la lumière.

### De quelles huiles ne sauriez-vous pas vous passer?

L'arbre à thé (*tea tree*), pour ses propriétés cicatrisantes. L'hiver, j'en ajoute toujours une goutte à la crème à mains pour prévenir ou apaiser la peau fendillée. Ses propriétés antifongiques font par ailleurs battre en retraite les feux sauvages et apaisent l'eczéma. Et je ne pourrais me passer de lavande vraie. Un pschitt d'eau florale suffit à soulager le feu du rasage.



### Et pour contrer les signes du temps?

Une ou deux gouttes d'huile essentielle de citron mélangée à la crème de jour éclaircit le teint. Rien ne vaut la rose de Damas pour donner un coup de pouce à la régénérescence des tissus et de l'éclat aux peaux matures, mais cet antiâge par excellence se vend à prix d'or. L'eau florale, le sous-produit de la distillation de l'huile, est plus abordable (16 \$). On la vaporise sur le visage avant d'aller au lit ou au réveil pour effacer les marques de fatigue.

### Une astuce pour passer une bonne nuit?

Déposez un soupçon d'ylang-ylang ou d'orange dans votre main, frottez vos paumes et étalez le parfum sur votre oreiller. Psitt... la lavande vraie mélangée à la crème de corps calmerait les petits turbulents.

Quand j'ai débarrassé les nouveautés de Quo, une gamme de cosmétiques de qualité offerts à prix d'ami, cette pompe a attiré l'attention des collègues à la rédaction. Déjà séduite par les lignes avant-gardistes du flacon, j'ai été conquise par le fini satiné du produit. Gorgé de vitamine E mais aussi d'extraits de malachite, d'hématite et de



**Mon coup de cœur**

perle, cet apprêt couvre le visage d'un voile nacré. Porté seul ou sous le maquillage, il est si léger qu'il donne l'impression d'une peau nue.

Éclat prismatique, Quo, 27 \$ (à Pharmaprix).

### Mes huiles chouchou

L'eucalyptus, surtout la formule gel pour la douche de Lotus Aroma, chasse la froidure hivernale (S.O.S. Froid, 15 \$); le bois de rose et la lavande, associés à l'argile, tonifient le visage (Masque à l'argile rose, 13 \$).



MES

## trouvailles

### 1- BOUCLIER

En attendant l'invention de la coloration éternelle, cette cure revitalisante rehausse l'éclat des tonalités de base de la teinture (le jaune du blond clair ou le doré du châtain, par exemple). **Collections Natural Instincts et Natural Instincts Vibrant avec ravive-couleur, Clairol, 12,49 \$ (en pharmacie et dans les grandes surfaces).**

### 2- VENT DE FRAÎCHEUR

Denali, Matterhorn et Chypre: une vaste étendue en Alaska, un pic des Alpes italiennes et une île méditerranéenne au climat exceptionnel. Trois contrées évoquant nature et liberté, qui sont aussi les parfums frais, mais subtils, de ces désodorisants pour lui. **Antisudorifique, Old Spice, 4,99 \$ (en pharmacie, en épicerie et dans les grandes surfaces).**

### 3-BONNE RÉCOLTE

Usine de transformation alimentée au biogaz, formules biodégradables, ingrédients issus de l'économie locale, cette gamme au bleuets donne bonne conscience. Sans compter que les vertus anti-oxydantes du petit fruit freinent le vieillissement de la peau. **Collection nourrissante, Bleuets, Fruits & Passion, à partir de 10 \$.**

