

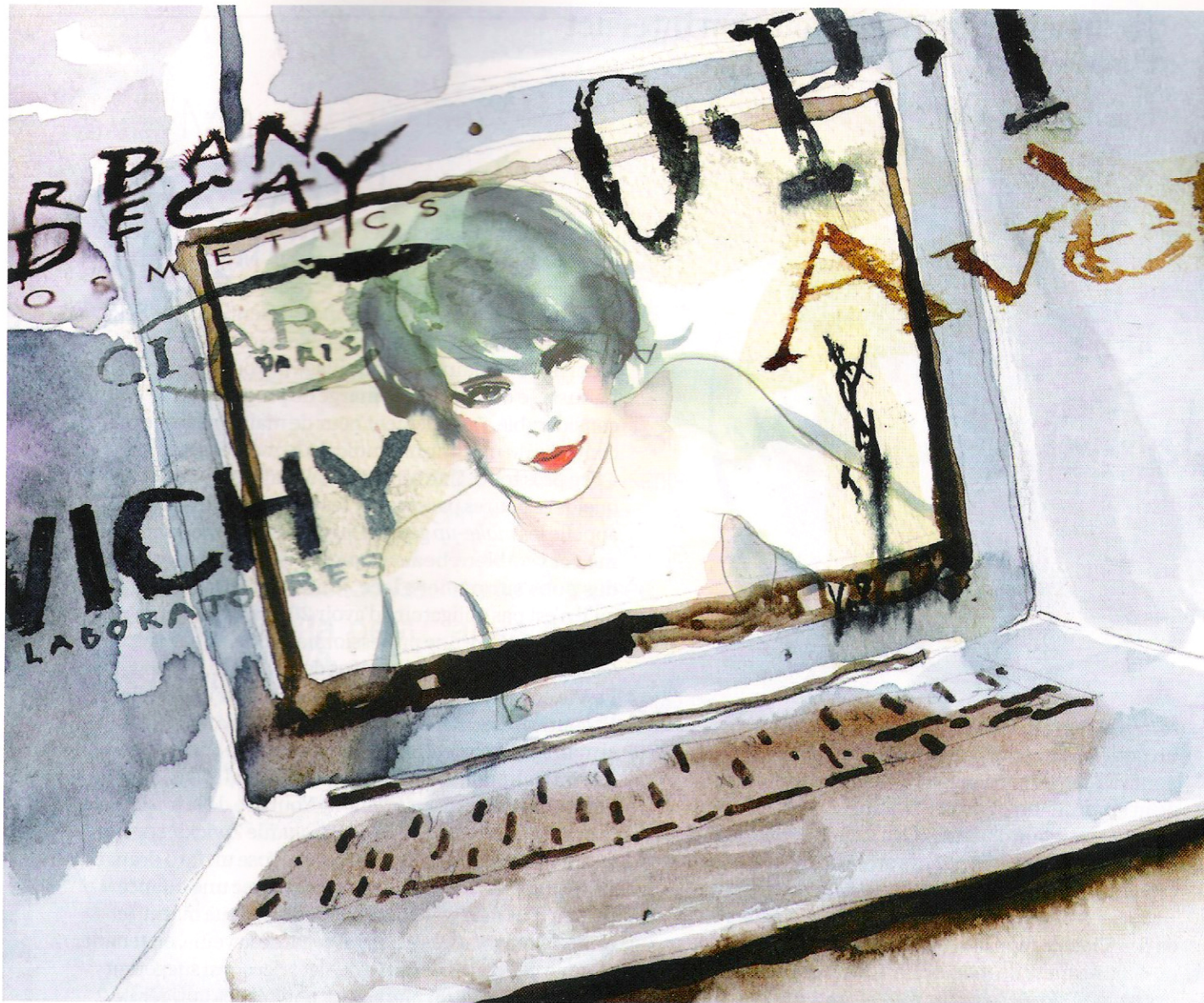
À 40 ans, notre journaliste s'est essayée au soin de soi via le web et quelques « applis ». **Un défi de taille pour cette adepte du savon-gant de toilette**, qu'elle a pris comme une chance à saisir. À son grand étonnement, les résultats l'ont convaincue.

« Avec le web, j'ai appris que se faire belle est un jeu »

PAR **CAROLINE DESAGES** – ILLUSTRATIONS **PAOLO GALETTO**

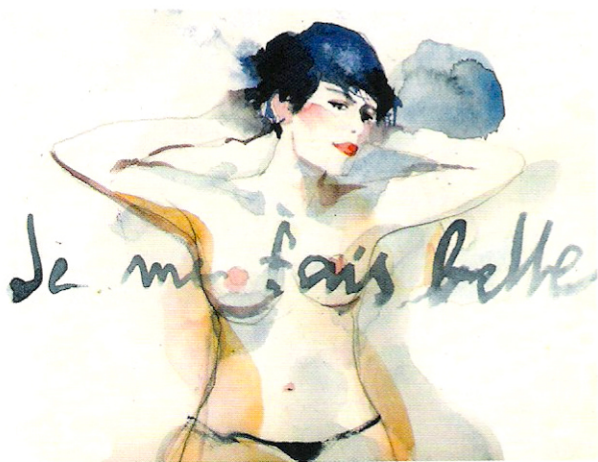
« Et si, pendant un mois, tu explorais l'univers de la beauté en ligne ? » La proposition de ma rédactrice en chef m'a tout d'abord, je l'avoue, laissée perplexe. Il faut dire que, en la matière, je ne suis pas vraiment première de la classe. Non que « ces choses-là » ne m'intéressent pas, bien au contraire, je suis une lectrice compulsive des « spécial beauté » des magazines féminins. Mais me confronter au regard d'une vendeuse et la laisser juger de la qualité – relative – de ma peau m'a toujours terrifiée. Sans compter que ce déficit de confiance en moi me rend très vulnérable aux incitations d'achat. Résultat, lors de mes rares incursions dans les parfumeries, je repars lestée de produits dont j'ignore l'utilité et qui finissent inexorablement par agoniser dans ma salle de bains. Comme si j'avais la sensation de ne pas avoir mon mot à dire, en raison d'un capital beauté que je juge assez modeste depuis toujours.

Première semaine : je télécharge une dizaine d'« applis » sur mon *smartphone*. Première déconvenue : la plupart se résument à proposer de la publicité plutôt intrusive. Mais, à force de tester, je découvre que certaines vont un peu plus loin. L'appli Sensitive Scale, élaborée par Avène, me propose ainsi de calculer mon « quotient de sensibilité cutanée ». Sur une échelle de un à dix, il s'agit de noter mon « irritabilité cutanée », les picotements ressentis, les tiraillements, bouffées de chaleur, etc. J'obtiens un score final de soixante sur cent. Un résultat assez élevé qui me confirme que je n'accorde pas à ma peau l'attention qu'elle mérite. **L'outil me semble intéressant, même si je regrette qu'une fois mon score établi aucun conseil correspondant à mes réponses ne soit fourni.** Je note toutefois qu'une peau sensible comme l'est a priori la mienne (irritations, rougeurs sous un œil accompagnées



de démangeaisons) trahit un vrai déséquilibre. Le fait est que je me demande depuis un moment si mon nettoyage quotidien et vigoureux au savon et au gant ne serait pas à l'origine de cet inconfort. Premier déclin : il est temps de changer ma routine. Justement, Vichy propose pour les *smartphones* une vidéo pédagogique sur l'art du démaquillage. Je suis assez sceptique. Comme si j'avais besoin, à mon âge, d'apprendre à manier un disque de coton ! Ma conscience professionnelle chevillée au corps, je laisse toutefois mes préjugés au placard et regarde scrupuleusement la démonstration durant un trajet en bus. La technique de la jeune femme de la vidéo est en effet radicalement différente de la mienne. Curieusement, l'observer m'apaise. Je prends conscience que ses gestes sont empreints d'une douceur et d'une bienveillance totalement absentes de mon rituel à moi. Le soir même, munie d'une eau micellaire achetée après avoir

consulté le forum en ligne Beauté-Test¹ – une mine d'avis d'utilisatrices sur autant de sujets qu'il existe de nuances de vernis à ongles –, je m'attelle à la tâche. Et constate que, en effet, la technique proposée permet un nettoyage efficace. **Ce soir-là, je me couche avec le sentiment inédit d'être « débarrassée » de mon fond de teint, certes, mais surtout de la tension de ma journée.** Et je m'endors comme un bébé, sans me tourner et me retourner comme à l'accoutumée. Le lendemain, mon score au Sensitive Scale n'est plus que de quarante sur cent, et il me semble que les rougeurs sous mon œil ont diminué. Au bout d'une semaine, ma peau a retrouvé un certain confort, et je jongle désormais avec trois ou quatre applis. Touche éclat d'Yves Saint Laurent m'apprend à appliquer cet anticernes plébiscité par la blogosphère, à mettre l'accent sur mon regard plutôt que sur mes pommettes ou à rehausser un maquillage avant une



>>> soirée. À certains moments de la journée, un petit texto apparaît sur mon téléphone pour me suggérer de penser à moi cinq minutes ou de m'accorder un instant « beauté ». J'ai beau savoir qu'il ne s'agit que d'un message automatique, je suis étrangement touchée par ces attentions et je saisis l'occasion de m'arrêter quelques instants. Instant Beauty de L'Oréal me propose aussi un diagnostic en fonction de mon âge, de la profondeur de mes rides ou de la fermeté de mon ovale. **L'introspection est un peu douloureuse, mais je décide que mentir à mon téléphone n'aurait aucun sens.** Libre à moi ensuite d'acheter ou non les produits suggérés. OPI, enfin, me permet de visualiser toutes les nuances des centaines de vernis proposés par cette marque et d'en évaluer l'effet en fonction de ma carnation. Un petit outil malin, qui me confirme que la gamme des rouges me sied définitivement mieux que celle des *nude*. Presque trois semaines ont passé et j'observe à mon grand étonnement un vrai changement. Je me tiens désormais à un démaquillage consciencieux matin et soir. J'ai modifié ma façon de mettre du fond de teint, grâce aux conseils distillés par Éric Antoniotti, le maquilleur de Clarins, sur la page Facebook de la marque. Il suggère, une fois la crème étalée, d'exercer de légères pressions sur l'ensemble du visage, pour unifier le résultat et fixer la matière toute la journée. J'ignore si c'est grâce à cette astuce, mais mon mari me trouve bonne mine lorsqu'il rentre le soir. Et de la même façon que je me sens immédiatement malade si on me trouve l'air fatigué, cette remarque anodine me donne l'impression d'aller très bien. Mon quotient de sensibilité cutanée est d'ailleurs tombé à vingt !

Je note surtout que croiser mon reflet dans la glace m'est plus facile qu'au début du mois. Non que j'aie perdu dix ans, mais de m'être accordé la permission de me faire belle me fait sentir... plus belle. Emportée dans mon élan, je décide de consacrer la dernière semaine au maquillage à proprement parler. Là aussi, je dispose d'une marge de progression considérable, j'ai tellement peur de mal faire que je me contente du minimum syndical (du mascara, et c'est à peu près tout). Une réticence qui s'efface après quelques heures passées sur les blogs de celles qu'on appelle les *make-up* geeks. **Parce que ces blogueuses me ressemblent beaucoup plus que les visages figés des pubs sur papier glacé,** je finis par admettre qu'il n'est pas obligatoire d'avoir 20 ans, un grain de peau parfait ou d'être une professionnelle pour jouer avec les pigments. Grâce aux vidéos de Mathilde, du blog *La Vie en blonde*², j'apprends à me servir d'un eye-liner. Et contrairement à ce que j'imaginai, cela ne me va pas si mal. Je me perfectionne en suivant la technique de Karim Rahman, maquilleur pour L'Oréal Paris, dont les vidéos cartonnent sur la chaîne Youtube de la marque. Suivant ensuite l'exemple de Stéphanie Zwicky, sur *Big Beauty* [lire son témoignage p. 174], j'ose un fard orange. Le résultat ne m'enchant pas, mais avec une nuance un peu plus neutre... pourquoi pas ? Chaque matin, je tente de reproduire ce que j'ai regardé la veille, en tenant compte des commentaires des lectrices, qui suggèrent tel ou tel pinceau ou une astuce pour celles qui, comme moi, ont les paupières légèrement tombantes. Je me surprends même à donner mon avis sur Facebook sur une palette vantée par les blogueuses que je viens d'acquérir. Sur ce dernier point, je me dois en effet de le préciser : ce mois n'a pas été indolore financièrement parlant. Difficile de ne pas céder à l'enthousiasme des « influentes du Net » ou aux messages subliminaux des « conversations » sur Facebook, mais **j'ai gagné en assurance et, lors de ma dernière virée en parfumerie, je n'ai pas accepté toutes les suggestions d'une vendeuse entreprenante.** Munie d'une liste élaborée au gré de mes pérégrinations, je m'en suis tenue aux produits que je convoitais. Des achats désirés et, à l'arrivée, des produits qui me sont vraiment utiles. Bilan des courses : ces semaines ne m'ont certainement pas transformée en femme ultrasophistiquée, mais je crois avoir intégré l'idée que la beauté pouvait être un jeu et que j'avais tout à fait le droit d'y participer. Ce qui en soi est un grand pas !

1. *beaute-test.com*. 2. *lavieenblonde.fr*.



SURFER POUR PRENDRE SOIN DE SOI

PAR **CAROLINE DESAGES** - ILLUSTRATIONS **PAOLO GALETTO**

Pour bien traiter son épiderme

Le blog de Nelly, esthéticienne et formatrice en parapharmacie, est une mine d'informations sur les soins de la peau, etc. Elle propose également des consultations personnalisées (nelly-cosmetique.com).

L'appli Avène pour iPhone permet de s'autodiagnostiquer et d'adapter sa routine à la sensibilité de sa peau (à télécharger sur l'App Store).

L'appli Natura Brésil, marque 100 % bio et n° 1 au Brésil, permet de géolocaliser des conseillères et d'être tenue au courant des nouveautés en temps réel.

Également, des conseils pour chaque type de peau (à télécharger sur l'App Store).

L'appli Skin Training de Vichy offre des vidéos pédagogiques sur l'art de se démaquiller, de se protéger du soleil, etc. (à télécharger sur l'App Store).

Pour parfaire son teint

La page Facebook de Bare Escentuals fourmille de conseils. Le plus : les fonds de teint minéraux sans additifs de cette marque américaine, très prisée des jeunes filles (facebook.com/BareEscentualsFrance).

Le blog de la maquilleuse Lisa Eldridge

est en anglais, mais incontournable. Son maquillage pour peaux jeunes à problèmes est bluffant (lisaeldridge.com).

Les vidéos Lancôme sur Youtube. Le *make-up artist* et blogueur German Moyano vous livre ses conseils et montre, preuves à l'appui, qu'un teint soigné est la base d'un bon maquillage... (taper « Lancôme make-up » dans le moteur de recherche Youtube). L'appli Make Up Virtual Palette de la marque transforme, par ailleurs, votre téléphone en un vrai simulateur beauté, avec possibilité de partager vos looks sur les réseaux sociaux (à télécharger sur l'App Store).

Pour se maquiller

Sur son blog, Magali parle avec humour du maquillage et propose des tutoriels vraiment pédagogiques (beaute-blog.blogspot.fr).

Timai travaille dans la cosmétique depuis dix ans et tient un blog magnifique dans lequel elle partage ses coups de cœur et tente de comprendre ce que signifie cette envie de « se faire belle ». Ses vidéos maquillage sont de vrais bijoux de poésie et d'humour (superbytimai.com).

>>>