

# Relooking

## UNE PEAU RADIEUSE

AUJOURD'HUI, J'AI ENCORE ENVIE DE VOUS DONNER DES CONSEILS POUR VOUS MESDAMES ET POUR VOUS MESSIEURS. JE VAIS VOUS PARLER DE VOTRE PEAU DE VOTRE VISAGE. (MERCI DE TENIR COMPTE QUE SI JE PARLE DE DÉMAQUILLAGE, MAQUILLAGE, ... CELA NE CONCERNE EN GÉNÉRAL QUE LES FEMMES). QUOIQU' ! JE CONNAIS DE PLUS EN PLUS D'HOMMES QUI METTENT DES CRÈMES DE JOUR TEINTÉES (LES BB CRÈME, BLEMISH BALM CREAM EN ANGLAIS SOIT « BAUME ANTI-IMPERFECTIONS ») POUR AVOIR UN PLUS BEAU TEINT 😊 ET C'EST D'AILLEURS TRÈS BIEN AINSI, JE TROUVE.

**J'en reviens au vif du sujet. Quel type de peau avez-vous ? Une peau normale, grasse, sèche ou encore mixte ? Et quel est l'état de votre peau ? Avez-vous une peau déshydratée, sensible ou mature ?**

Quel que soit votre type de peau, il serait bien de prendre en compte ces facteurs essentiels afin de garder un teint net. Nettoyez-la, tonifiez-la, hydratez-la régulièrement et préservez-la de toutes agressions, avant tout soin spécifique à votre type et état de peau.

### NETTOYEZ

Ne décapez pas votre peau. Si vous la nettoyez à outrance, vous la priveriez des lipides et agents nécessaires à son équilibre. Il faut la nettoyer en douceur. La démaquiller chaque soir ne permet pas seulement d'éliminer le maquillage. C'est aussi un geste indispensable pour se débarrasser de toutes les impuretés liées à la pollution, des excès de sébum et de sueur, des cellules desquamées et des germes.

Une peau mal nettoyée finit par s'obstruer (boutons, comédons, grain irrégulier, ...) Préférez un nettoyant adapté à votre peau pour la nettoyer en profondeur sans agresser l'épiderme. Oubliez le savon classique, trop décapant, qui dessèche et irrite l'épiderme. Utilisez un démaquillant pour les yeux, car c'est souvent la partie du visage la plus chargée en maquillage. Et de plus, les yeux sont sensibles et facilement sujets à des irritations.

Tonifier une peau bien nettoyée est incontournable ! Il faut la tonifier le matin pour éliminer les résidus des crèmes de nuit. Cela assurera aussi une meilleure tenue du maquillage.

### EXFOLIEZ

En fonction de votre type de peau, exfoliez (=gommez) votre peau au moins une fois par semaine.

### HYDRATEZ

Que vous soyez gel, crème ou lotion, peu importe. Vous devez trouver un produit hydratant qui corresponde à votre type de peau.

• **Conseils pour les peaux grasses** : recherchez des produits qui régulent l'activité des glandes sébacées. Attention surtout ne boudez pas les produits hydratants.

• **Conseils pour les peaux déshydratées/sèches** : les peaux sèches sont privées de lipides et les peaux déshydratées sont privées d'eau. Utilisez des produits hydratants performants. Préférez les formules crème. N'utilisez pas de lotions toniques à base d'alcool.

• **Conseils pour les peaux mixtes** : elles sont souvent grasses au niveau de la zone T. Utilisez un hydratant à l'eau et surtout pas d'agents gras, du maquillage non gras et des produits nettoyants à l'eau. Évitez encore et toujours les toniques à base d'alcool.

Savez-vous que l'hydratation est très très importante ? C'est elle qui garde votre peau jeune !

### PROTEGEZ

Aussi à faire TOUS les jours. Le soleil est le pire ennemi de la peau, responsable à 90% du vieillissement prématuré. Protégez-vous systématiquement avec un produit contenant un filtre solaire. Par temps couvert, sachez que les rayons ultraviolets ne vous laissent aucun répit.

**Le choix et les soins proposés sont énormes. Comment s'y retrouver ?**

La qualité des produits choisis est très importante. Veuillez toujours lire les étiquettes des produits avant l'utilisation. Certains produits renforcent et améliorent votre apparence. Ils sont conçus pour embellir, purifier et revivifier votre peau.

**Vous aussi vous souhaitez un teint lisse et en pleine santé ?**

A toutes ces questions, je vous répondrai avec plaisir !

Et l'idée me vient de donner la chance à une personne de remporter un Conseil cosmétiques en ce beau mois de mai qui arrive. Je lui donnerai des conseils intéressants et lui apprendrai les gestes à faire tous les jours pour garder une belle peau. Et si c'est une gagnante, je lui ferai en plus un beau maquillage de jour.

Alors pour remporter ce conseil, répondez vite à cette question :

**Combien de types de peau existe-t-il ?**

Merci d'envoyer votre réponse par mail à [info@vkrelooking.be](mailto:info@vkrelooking.be) ou en MP sur [facebook.com/vkrelooking](https://www.facebook.com/vkrelooking)

BONNE CHANCE À VOUS TOUS !



Votre Coach Conseillère en image personnelle et professionnelle  
Viviane KÖNIGS - T. +32 (0) 497 77 49 79  
[www.vkrelooking.be](http://www.vkrelooking.be) - [facebook.com/vkrelooking](https://www.facebook.com/vkrelooking)  
Instagram : VK Relooking

