

## 10 trucs pour être la plus belle - 1/2

La fin de l'année scolaire arrive à grands pas... Soyez prêtes pour éclairer la salle de danse avec votre beauté surnaturelle !

### 1. Vive la verdure !

Le premier pas à faire pour avoir une belle peau, saine et fraîche est s'alimenter de légumes. Mange donc une bonne salade au moins une fois par jour, ainsi que des légumes bons pour la santé : aubergines, artichauts, etc.

### 2. Le yaourt, ton meilleur allié

Pour hydrater une peau sèche, rien de mieux qu'un bon yaourt. Pas besoin de tartiner son visage de 15 crèmes différentes, pose simplement sur ta peau un yaourt nature (jamais de yaourt avec du sucre !) et laisse-le agir pendant 10 minutes. Retire ton "masque" à l'aide d'un morceau de coton et le tour est joué !

### 3. Orange et citron

Si tu as des boutons ou une peau trop grasse, passe-toi chaque matin une rondelle de citron fraîche sur le visage. Cela aura pour effet d'éliminer la mauvaise graisse, et si tu combines le tout en buvant un grand verre de jus d'orange concentré chaque matin, tu n'auras plus de soucis avec tes boutons ! Au bout de quelques mois, tu obtiendras une peau lisse et belle.

### 4. Huile d'olive, brillant !

Tu as les pointes des cheveux très ouvertes et abîmées ? La solution à ce problème est de te passer quelques gouttes d'huile d'olive sur tes cheveux chaque fois que tu te laves la tête. Au revoir les points fourchues et cassées !

### 5. Masques

Si ta peau est grasse, râpe une carotte et mélange les morceaux avec une goutte d'huile. Laisse agir pendant 10 min, le temps que le produit pénètre dans la peau.

Si, par contre, ta peau est sèche, fabrique une pâte avec du fromage frais et du persil, pose le produit sur ton visage, laisse agir pendant 30 min et enlève le tout avec de l'eau.

### 6. Peeling labial

Pour les lèvres sèches, applique chaque soir de la vaseline (disponible dans toutes les pharmacies ou les parfumeries) dessus et frotte-le bien avec une ancienne brosse à dents. Tu retrouveras bien vite la douceur de tes baisers.

### 7. Un bain de luxe

Cléopâtre se lavait dans un grand bain de lait pour entretenir sa peau. Tu peux faire la même chose sans avoir besoin de dépenser des fortunes en briques de lait.

Fais couler ton bain et ajoutes-y un litre de lait, ta peau restera ferme et douce.

! \ Cette technique est à appliquer une fois par mois.

### 8. Soigne tes yeux !

Le concombre élimine les gonflements et rafraîchit la peau. Si tu as les yeux fatigués ou gonflés, pose sur eux une tranche de concombre et leur aspect s'améliorera tout d'un coup.

### 9. Doux comme le melon...

Pour éliminer les cellules mortes qui sont restées sur ta peau, frotte-la avec un morceau de melon, pépins inclus, sur tout le corps. C'est le meilleur peeling naturel que l'on puisse trouver.

### 10. Des ongles forts

## 10 trucs pour être la plus belle - 2/2

Si tes ongles se cassent très vite ou se dédoublent, suis ce conseil : chaque soir avant d'aller te coucher, plante tes ongles dans un savon, ou bien trempe-les dans de l'huile d'olive pendant 2 minutes. Fais ce geste pendant quelques semaines, et tu verras qu'à la fin tes ongles seront devenus aussi durs et sains que des os !

### OUI ou NON ?

#### **OUI :**

- \* Les longues chevelures coupées en dégradé
- \* Mange une banane avant de faire du sport ou de la gymnastique : tu deviendras la supergirl de l'athlétisme !
- \* Inscris-toi aux rouges à lèvres avec une touche de brillant : ton sourire deviendra très sexy.

#### **NON :**

- \* Oublie les bandanas, ils ne sont plus du tout à la mode !
- \* Ne mange jamais de chocolat après avoir fini de manger : c'est à ce moment-là que l'on grossit le plus.
- \* Ne te maquille jamais après t'être nettoyé la peau du visage : tu auras des boutons.

### Trucs de stars

**Produit d'étoile :** tu vas aller à une fête ? Oublie les paillettes et lave-toi le visage avec le gel or d'Oriflame (7 € 51), tout ton corps brillera de milles feux.

**Le truc :** pour que ton visage s'illumine naturellement, mets du gloss pour lèvres sur tes paupières, ça leur donnera un air mystérieux...

**Truc de star :** si tu aimes comment se maquille Shakira, mets du doré sur tes paupières et du rouge à lèvres couleur fraise, et le tour est joué !