



[5] Alchimie Forever,
532nm, soin antioxydant
pour les pieds,
49 fr. les 150 ml.

[SOIN]

De pied ferme

Avec l'arrivée du soleil, nos pieds montrent enfin le bout de leur nez! Le moment est venu de les bichonner. Nos conseils.

TEXTE MARIE-FRANCE RIGATAUX

Que celle qui n'a jamais regardé avec ironie les talons rêches d'une copine nous jette la première lime. L'été, les pieds, c'est sacré! Les négliger c'est une faute de goût, une offense faite aux stylistes qui dessinent de superbes sandales décolletées. **Leçon de rattrapage en sept étapes et autant de produits.**

PHOTOS: POINSARD B/MARIE-CLAIRE; CORINNE SPORRE

LIMER Pour éviter les ongles incarnés, il faut les limer en carré. Si on le fait après le trempage, ils sont trop ramollis et on les casse plus facilement. A la classique émeri, on préférera la lime en verre. Elle permet de limer dans les deux sens et se garde plus longtemps.

FAIRE TREMPETTE Dans une eau tiède agrémentée d'huile essentielle (de lavande, par exemple), on baigne les pieds durant cinq minutes. Cela

attendrit la peau et facilite le travail de la râpe. On gomme ensuite les parties les plus sèches.

REPOUSSER LES PEAUX Avec un bâtonnet, on décolle les cuticules, facilitant leur coupe.

POLIR A l'aide d'une peau de chamois, on lisse les ongles pour améliorer la tenue du vernis.

RÂPER Certaines esthéticiennes râpent les pieds encore humides. A sec il est conseillé d'enduire la râpe d'un peu de crème hydratante.

MASQUER Dix minutes de pose à l'aide d'un masque hydratant, c'est idyllique. On peut aussi «emballer» le pied dans une serviette chaude qui activera la pénétration des actifs. L'idéal est de le faire avant de vous coucher.

MASSER Terminez toujours par un massage à l'aide d'une crème ou d'un gel. Pour relancer la circulation sanguine et adoucir les zones sèches.

Merci à Natacha, Forever Laser Institut, à Genève, qui propose un délicieux soin des pieds antioxydant, 130 fr les 45 minutes.