

Le mag parfait de la mère imparfaite

# Cocottes

MAGAZINE

SEPTEMBRE • OCTOBRE / DEUX MILLE VINGT

VACANCES

C'est la rentrée,  
**ON PART OÙ**  
à la Toussaint ?

enfants  
Copines SEXO  
bien-être Couple  
JEUX **MODE**  
DECO CULTURE  
psycho beauté  
ADOS



RENCONTRE

**Hélène  
DARROZE**  
Mère poule !

**Santé**

INCONTINENCE :  
pssssssss,  
on en parle ?

RECONVERSION

**LÀ,  
J'EN AI  
MARRE...**

Je change de mec ?  
non...

Je change d'enfants ?  
non !

**Je change  
de job ?**  
AH OUI !

PRATIQUE

**8 SEMAINES  
DE MENUS**

**VARIÉS  
COMPLETS  
FACILES**  
TROP RAPIDES  
TROP COOL  
TROP DÉLICIEUX



3,60€ • www.cocottes-magazine.fr



3 770017 871005

MAMAANN...  
**J'AI FINI!**

JE NE SAIS PLUS  
QUOI ACHETER  
COMME CRÈME, TU  
AS UNE IDÉE ?

JUSTE  
UNE...

## Décroissance Cosméto

*Enfin des tendances  
qui parlent  
aux mamans*

50 ml 1.8 FL. OZ.

Il flotte sur 2020 comme un air de rébellion : si un courant minimaliste prend de l'ampleur depuis 2019, le confinement et la pandémie ont définitivement boosté ce nouvel état d'esprit. On a pris conscience que finalement, on a besoin de peu pour vivre heureux, même dans la salle de bain ! Place à la décroissance cosméto et au naturel.

*Clémence Guillosoou*

## Côté cheveux

Fini le poil ultra maîtrisé, on veut une chevelure qui vit ! Les coupes sont à peine dégradées et les pointes coupées franchement, sans être effilées. Tant mieux, avec des coupes nettes, les cheveux s'abîment moins vite. On zappe les sèche-cheveux et on laisse sécher naturellement. Si on a le temps, on lisse rapidement ses pointes au lisseur, surtout pour les longueurs au-dessus de la poitrine. **Attention, pour que votre cheveu naturel tombe bien, il doit nécessairement être sain et donc bien hydraté.** Le soir, appliquez un masque nourrissant ou une huile sur les longueurs, attachez vos cheveux en bun serré ou enroulez-les dans un foulard, puis laissez poser la nuit et shampooinez le matin. Pour les chevelures raides qui voudraient du mouvement, misez sur l'astuce de Candice Swanepoel, « ange » de Victoria's Secret : cheveux mouillés, faites-vous deux petits chignons de chaque côté du crâne, assez haut et pas trop serrés, en veillant à les enrouler vers le haut. Une fois les cheveux secs, déroulez et passez les doigts pour « casser » les boucles.

## Côté make up

Après des années de règne, les looks couvrants et poudrés laissent place à la transparence et à la lumière. On peut corriger les petites imperfections mais pas trop : si la peau n'est pas parfaite, c'est tant mieux ! Et surtout, c'est normal non ? Le cerne se dévoile même gentiment, car il a l'avantage d'apporter du volume et de la profondeur au regard. Une peau simplement bien hydratée donne au visage un effet jeunesse et 100 % fraîcheur. Pour le regard, fini la dictature du sourcil ! On le comble uniquement s'il y a de vrais trous et on se contente de les brosser. **En pratique ça donne quoi ?** On hydrate sa peau au quotidien et, au moment

du maquillage, on ajoute un peu d'highlighter crème sur des zones ciblées – haut des pommettes en direction des tempes, bout du nez, arc de cupidon, arcades sourcilières – pour « feindre » encore davantage un aspect ultra hydraté et pulpeux. Sur les joues et les lèvres, on pose au doigt une couleur un peu vibrante, en texture crème, pour rappeler la coloration naturelle de la peau sous l'effet d'un coup de chaud. Effet « bonne santé » garanti. Pour finir, on camoufle au doigt les imperfections les plus importantes ainsi que le creux du cerne (on s'arrête avant la frange des cils) et on laisse le reste tel quel.

## Côté corps

Ici aussi, la tendance est au less is more. La peau de notre corps mérite un peu de répit et moins elle sera sollicitée, mieux elle se portera. Pour ça, on limite le temps passé dans la douche car l'eau, surtout si elle est très chaude, a un effet déshydratant très élevé. Pour gagner du temps, on se contente de laver les parties « nécessaires » : cheveux – si c'est le jour –, aisselles, parties intimes, pieds. Et c'est tout ! L'eau savonneuse qui coulera sur le reste du corps suffira largement à le nettoyer. En effet, les glandes sudoripares, responsables de la transpiration, sont moins présentes sur des parties du corps tels que les bras, les jambes ou le dos, alors inutile de chercher à les décaper. **Côté soins, misez sur les thérapies manuelles avec le brossage à sec, à l'aide d'une brosse en fibres naturelles !** Cette technique inspirée de l'Asie consiste à brosser la peau de son corps une fois par semaine, en mouvements circulaires depuis les extrémités vers le haut. Effets bénéfiques assurés sur la circulation (sanguine et lymphatique), les cellules mortes, la rétention d'eau, la cellulite, les cicatrices, les jambes lourdes, la sécheresse, la déshydratation...encore un gain de temps qui parlera à toutes les mamans.

## Clémence Guilloso

Je suis une grande passionnée de la beauté ! Journaliste et rédactrice de contenus axés sur la cosmétique, un temps make up artist à Sydney, co-créatrice de Chut Cosmétiques (marque centrée sur les thérapies manuelles et la déconsommation cosméto) : j'aime toucher à tout. J'ai lancé Twenty Nine, un magazine/blog où je parle librement de tout ce qui me passe par la tête !



TU AS ENTENDU PARLER  
DES PRODUITS DE BEAUTÉ  
QUI SERVENT À PLEIN  
DE CHOSES ?

TELLEMENT  
PRATIQUE

## SHOPPING DÉCROISSANCE COSMÉTO

*Pour gagner du temps et de l'espace, on mise sur des soins pour tous ultra polyvalents ou des produits multi-usages !*



### CRÈME VISAGE ET CORPS BIO, LOVE & GREEN, 6,45€

Les crèmes hydratantes bébé remplissent généralement un cahier des charges qui satisferait le désir de n'importe quel adulte en termes d'exigence. Alors fini le casse-tête des soins spécifiques, cette crème est faite pour toute la famille !



### GEL LAVANT CORPS ET VISAGE BIO ENFANCE, 28€

Il convient à toute la famille, même aux bébés : un seul produit pour tout le monde, quoi de plus pratique ?



### BICARBONATE DE SOUDE AROMA ZONE, 1,90€

Additionné à votre dentifrice une fois par semaine, il blanchit vos dents et donne de l'éclat. Appliqué sur peau humide à l'aide de votre paume ou d'un pinceau à maquillage, il neutralise les odeurs comme personne ! Bref, un allié cosméto de taille !

### BAUME LÈVRES ET JOUES NOCIBÉ, 7,95€

Facile à travailler, il vous suffit de le placer au doigt sur les lèvres et sur les pommettes pour un effet bonne mine instantanée. Un petit rien qui fait toute la différence. Pratique, quand on est maman et qu'on a à peu près 3 secondes 45 pour se maquiller !



### CORRECTEUR FLUIDE BIO GAMME SUBLIME LINE, PUROBIO COSMETICS, 9,89€ (BOUTIQUE ECCO VERDE)

En application locale sur des imperfections ou cicatrices, en anti-cernes pour atténuer en subtilité, en touche de lumière sous l'arcade sourcilière, au coin de l'œil pour éclairer le regard... ce stylo correcteur a tout bon.



### HIGHLIGHT DROPS LIQUID ILLUMINATOR, ESSENCE, 4,30€ (BOUTIQUE FEELUNIQUE)

Un petite goutte mélangée à la crème de jour pour un glow tout en subtilité ou quelques touches sur des points stratégiques pour un max de lumière (arc de cupidon, paupière, coin interne de l'œil, haut des pommettes en direction des tempes...).

