

Vie pratique madame

19
12
3
6
8

Numérologie 2009

AMOUR, CARRIÈRE,
RENCONTRES...
DÉCOUVREZ CE QUE
VOUS RÉSERVE
VOTRE ANNÉE



HÉLÈNE SEGARA

« Un quatrième
enfant ?
Je ne dis pas non... »

**JE REPRENDS MON
CORPS EN MAIN**
MAIGRIR COMME JE VEUX OÙ JE VEUX

MODE Ronde
ou mince
La lingerie qui
me rend **sexy**

POUVOIR D'ACHAT
**Mon ménage
pour 1€
par mois!**

BONS PLANS

**CHAUFFAGE:
COMMENT FAIRE
BAISSER SA FACTURE**

- Bois ou biocarburant ?
- Les aides financières
- Les appareils les plus performants



Les stars ont aussi leurs secrets de beauté!

La belle Liv Tyler, égérie de Givenchy, se maquille très peu. Mais elle n'oublie jamais de mettre en avant sa bouche pulpeuse avec une touche de gloss rose. Effet «poupée fraîche» garanti.



Tout comme Sharon Stone, optez pour un maquillage light dans des tons chauds comme le rose, le beige et l'orangé. Il atténuera les imperfections tout en évitant les fautes de goût.



Pour paraître aussi svelte que Nicole Kidman, pensez à vous tenir droite: le menton bien haut, les épaules abaissées et tirées vers l'arrière peuvent ôter dix ans à votre silhouette. Ça vaut le coup d'essayer...



Nicolette Sheridan et Shannen Doherty ont déjà succombé aux extensions de cils. Une heure trente de séance et le regard est sublimé pendant plus d'un mois! La pose de 30 cils par œil, 90 €, www.xtremelashes.fr



Comment?

Appliquez-le du bout des doigts sur les lèvres et les pommettes. Tapotez sans jamais frotter. Effet naturel garanti!

Résultat: Une bonne mine façon air vivifiant de la montagne.

Coût = 16 €

9 Le blanchisseur de dents

Pour quoi faire? Débarasser le sourire des colorations provoquées par le tabac, le café, le thé ou la prise de certains médicaments.

Comment?

Avec à la technique du «home bleaching»: votre dentiste réalise des gouttières pour vos dents, puis, chaque soir, durant trois semaines, vous y glissez un gel à base de peroxyde d'hydrogène qui agit durant votre sommeil. Le hic? Son prix: entre 300 et 1500 €, selon le nombre de séances nécessaires. Notre astuce à moindre coût? Un brossage quotidien au bicarbonate de soude!

Résultat: votre sourire s'éclaircit de un à deux tons!

Coût = 2 €

10 Un autodrainage du visage

Pour quoi faire? Lutter dès le réveil contre l'apparition des cernes, accentués par la position couchée durant le sommeil.

Comment? Asseyez-vous et prenez votre tête dans vos mains, en posant les coudes sur vos genoux. Puis appliquez lentement la paume de vos mains sur les contours des yeux, des joues, du front.

Résultat: des cernes estompés, un regard plus lumineux.

Coût = 0 €