

**beauté**  
MARIE CLAIRE SUISSE

# JUSQU'AU BOUT DES ongles

Symboles de féminité, les ongles reflètent le bien ou le mal-être de chaque personne. On en prend soin parce qu'ils sont aussi importants que la peau de notre visage. Notre guide en neuf étapes! Par Lucie Notari



PHOTO: A.FOCUS, LV

## Étape 1: on lime

On bannit les limes en métal qui ont tendance à dédoubler l'ongle, on opte pour une lime en verre qui assure un limage doux et efficace. On la choisit avec un grain fin pour les ongles fragiles ou un grain moyen pour les ongles plus résistants. Pour limer, partez du bord de l'ongle en allant vers le centre, en évitant les mouvements de va-et-vient vers l'intérieur.

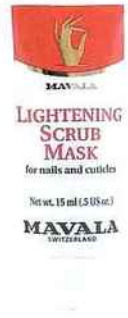
**Le produit qu'on aime:**  
Nail Spa, lime minérale, Alessandro International, CHF 25.90



## Étape 2: on dorlote

On utilise un masque selon ses besoins: hydratant, exfoliant ou encore nutritif. On l'applique comme un vernis ou comme une crème qu'on laisse agir en moyenne dix secondes sur chaque ongle.

**Le produit qu'on aime:**  
Masque exfoliant Lumière pour ongles, Mavala, CHF 23.60



## Étape 3: on exfolie

Exfolier ses mains permet d'enlever les cellules mortes. On étend le produit sur le dos des mains, qu'on masse durant trente secondes avant de rincer le tout à l'eau.

**Le produit qu'on aime:**  
Gommage douceur mains et pieds, Melvita, CHF 29.50



## Étape 4: on nettoie

Après avoir trempé durant dix minutes ses mains dans de l'eau tiède, pour ramollir les cuticules, on applique un liquide qui les repousse sur la base des ongles. On laisse agir cinq minutes avant de les repousser doucement à l'aide d'un bâtonnet en bois de rose.

**Le produit qu'on aime:**  
Nail Spa, enlève-cuticules, Alessandro International, CHF 29.90



## Étape 5: on soigne

Les pigments d'un vernis peuvent aggraver les ongles et entraîner leur jaunissement, on applique donc une base, qui permet de lutter contre ce problème.

**Le produit qu'on aime:**  
Base & Top Shine, Resist & Shine, Pro-Kératine, L'Oréal Paris, CHF 13.90



PUBLICITÉ

**"Prends la vie avec légèreté, elle ne te laissera jamais tomber."**

**love it light.**

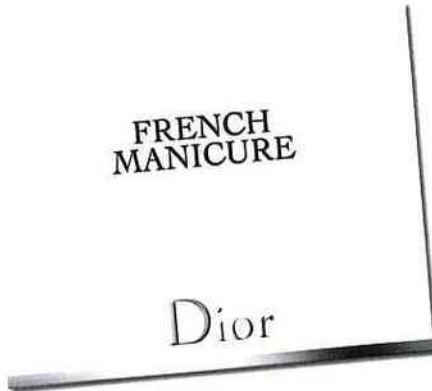


### Étape 6: on esthétique

Désormais, c'est un blanc naturel qui est à l'honneur. Munissez-vous d'embouts autocollants et de patience: attendez cinq minutes après l'application. Posez ensuite le vernis pastel en commençant par le milieu de l'ongle avant de redescendre. La première couche est fine, c'est la seconde qui est plus généreuse.

#### Le produit qu'on aime:

French Manicure de Dior composée d'un blanc, d'un pastel et d'un top coat, CHF 85.-



### Étape 7: on finit

Après avoir vérifié que son vernis est bien sec, on termine avec du top coat. Cette étape permet une meilleure fixation du vernis et lui donne de la brillance ou matifie, selon les envies.

#### Les produits qu'on aime:

Beauté des ongles, laque brillant extrême, Chanel, CHF 36.- (1)  
Fixateur Color-matt pour vernis à ongles, Mavala, CHF 13.- (2)



### Étape 8: on masse

On use et on abuse plusieurs fois par jour d'une crème pour hydrater ses mains qu'on pose, en insistant sur les zones sèches, sur les cuticules et sur les articu-

lations. Pour en accroître l'efficacité, on enduit ses mains, avant de se coucher, d'une généreuse quantité de crème avant d'enfiler des gants de coton que l'on garde toute la nuit.

#### Le produit qu'on aime:

Manicure - Pedicure by OPI, Swiss Chocolate Massage, CHF 29.90



Photos: DfF

### Étape 9: on préserve

On soigne ses ongles à long terme pour que leurs qualités s'améliorent jour après jour. On choisit une crème ou un baume qu'on applique chaque soir avant de se coucher en massant, durant une dizaine de secondes, sur chaque ongle.

#### Le produit qu'on aime:

Crème Abricot, Dior, CHF 37.90

