



BEAUTÉNEWS

LE BEAUTY QUIZ DE  
AUDREY LAMY

LA GÉNIALE COACH SPORTIVE DE **TOUT CE QUI BRILLE** DÉLAISSE QUELQUES INSTANTS LE TOURNAGE DU NOUVEAU FILM DE SANDRINE BONNAIRE POUR NOUS CONFIER SES PETITS PÉCHÉS COSMÉTIQUES...

**Quelle est votre junk food préférée?**

Je ne sais pas si ça compte, mais j'adore manger des falafels rue des Rosiers à Paris. En fait, si, ça compte...

**Quel est votre plat diététiquement correct préféré?**

Je prépare une salade de riz, lentilles, basilic et tomates mozza maison à tomber par terre. Ça cale sans affoler la balance.

**Quelle est la pire entorse que vous ayez faite à votre hygiène de vie?**

Je ne vois pas. Non, vraiment pas. Je suis 100 % saine, en fait.

**Quel est le meilleur conseil maquillage que vous ayez jamais reçu?**

De toujours poser un top coat sur mes ongles fraîchement vernis pour éviter les accrocs dès qu'on pousse la porte de la manucure ou qu'on essaye de récupérer ses clés dans son sac. J'adore celui d'O.P.I qui sèche plus vite que son ombre!

**Votre tendance beauté du moment?**

Je porte sans me lasser un vernis rouge vif de Chanel. Pourvu que la mode dure!

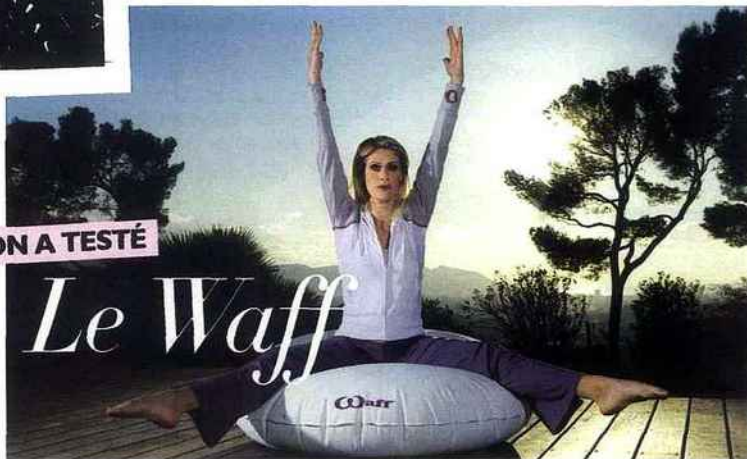


WANTED!

Ayurvé chic

Voilà le secret de beauté des chevelures indiennes: un joli savon, cocktail d'huile de ricin, de coco et d'écorce de neem antiseptique, qui respecte parfaitement le pH de la fibre, mais aussi l'environnement et les valeurs du commerce équitable.

Savon transparent corps et cheveux, **Daynà**, 12 € au Printemps de la Beauté.



ON A TESTÉ

Le Waff

PHOTOS: MARCUS HÄRN POUR GRAZIA; STUDIO SÉCUR; DR

À voir ces coussins d'air géants, on se dit que la séance de sport commence bien. En fait, la coach sort des bébés Waff et nous propose d'y prendre place. Le principe: sa structure instable crée un déséquilibre permanent et des oscillations qui mettent (durement) les muscles à contribution. Ça se corse assez vite. Entre la concentration nécessaire pour rester en place sans mettre pied à terre et les exercices mixant cardio, étirements et abdos, on réalise qu'il s'agit d'un vrai

cours de fitness. Petit à petit, on trouve ses marques, mais il est bientôt temps de passer à la version médium. Et là, ça tire, ça brûle, le gainage se peaufine. Quand vient le moment de passer sur le Waff géant pour la session de relaxation, on porte un regard différent à ces poufs à l'air inoffensif. Par Julie Lasterade Atelier Waff aux Thermes **Sextius** d'Aix-en-Provence: 45 € ([www.thermes-sextius.com](http://www.thermes-sextius.com)). 23 € environ le mini-Waff sur [www.waffweb.com](http://www.waffweb.com)

O.B.N.I.  
Objet Beauté Non Identifié

**SAFARI PLANTAIRE**  
Sous leur air sauvage, ces coussinets s'apprentent à devenir les meilleurs amis des pieds en sandales: glissent sous la voûte, ils domptent l'échauffement et amortissent les chocs. Féroce et efficace. Tip Toes, Foot Petals, 6,95 € le coussinet aux Galeries Lafayette et dans les magasins Minelli.