

## BRONZAGE DU CORPS SOUS CONTRÔLE

Conseils du pro : Jeanine Le Breton, responsable formation soins Lancaster.

En France, notre *sun conscience* laisse encore à désirer... Non, un coup de soleil n'accélère pas le bronzage. Non, un indice élevé n'empêche pas de doré. Eh oui, la tendance de l'ultra-bronzé est out ! La bonne attitude au soleil ? S'exposer progressivement (1 à 2 heures par jour suffisent pour rentrer abricot) et toujours bien protégée (même en fin de vacances ou de journée). Les clés d'un bronzage sans dégâts, lumineux et durable.

### LE GESTE QUI SAUVE

Y aller franchement sur les doses de produits pour chaque partie du corps.



**SEXY**  
Pour celles qui ont déjà la peau bronzée, cette huile sèche et parfumée au monoï protège tout en activant la synthèse naturelle de mélanine. *Voile de Monoï corps Dior Bronze SPF10*, Dior »38 €.



**PRATIQUE**  
Ergonomique (on peut l'utiliser tête en bas), waterproof, invisible et non collant : idéal pour toute la famille. *Spray Invisible 20 Protection moyenne*, Nivea »11,25 €.



**RÉPARATEUR**  
Un complexe qui défend l'ADN de la peau et accélère sa réparation, dans une version brume ultra-facile à appliquer à 360°. *Brume de lait protectrice Soleil DNA Guard SPF30*, Lancôme »30 €.



**100% BIO**  
Écrans minéraux, filtre végétal (huile de karanja) et eau d'hamamélis riment désormais avec protection UVA, UVB et résistance à l'eau. *Crème solaire corps SPF20, H2BIO* »39,90 €.



**PRÉCISION**  
Grâce à sa composition enrichie en polymères, ce stick assure une photorésistance à toutes épreuves. Pour le décolleté, les épaules, le nez... *Stick Zone sensible très haute protection 50+SPF*, Avene »12,90 €.



**PROTECTION MAXIMALE**  
Une formule pare-soleil qui isole en surface, aide la peau en profondeur à renforcer ses autodéfenses, et ce dès les premières expositions. *Lait Corps Spray SPF50+, Soleil Biafine* »15,20 €.

### PEAUX SENSIBLES

Actifs naturels issus de fleurs de montagne (dont ledelweiss, antioxydant) à miniprix (vendu en grande surface). *Crème visage IP20, Snô Bioflowers* »12 €.



### COSMENCE

**ANTIBRILLANCE**  
Préserver sa peau tout en l'embellissant ; formule très light qui matifie et diminue les rougeurs. *Crème protectrice matifiante SPS20, Cosmence Sun au CCB* »15,90 €.



### Melvita

**crème solaire ULTRA-PROTECTRICE**

**PROS**  
Résistant à l'eau, recommandé pour les peaux claires et fragiles lors des premières expositions, un cocktail d'huile de buriti et d'urucum (très prisé!). *Crème solaire visage ultra-protectrice ProSun SPF40*, Melvita »21,70 €.



### YEUX ET LÈVRES

Dépourvu de filtre chimique, ce soin convient au contour de l'œil et des lèvres, zones parfois réactives aux solaires. *Voile solaire haute protection visage et yeux*, L'Occitane »19 €.



### WATERPROOF

Doté d'un double embout crème + stick extrêmement pratique, ce produit est résistant à l'eau (et à la sueur de la canicule!). *Crème et stick Multiprotection Sun Sport*, Lancaster »26 €.

## VISAGE DORÉ SANS DOMMAGES

Conseils du pro : Caroline Brue, dermatologue.

On ne le répète jamais assez : 80% du vieillissement de la peau est dû aux UV, contre 20% pour le processus biologique. L'ultra-vigilance reste la meilleure des parades jeunesse. On choisit son solaire selon sa carnation (et non sa destination) : plus la peau est claire, plus l'indice doit être élevé. Et on n'oublie pas de renouveler l'application — toutes les deux heures au minimum, en couche épaisse.

### LE GESTE QUI SAUVE

Pour masquer taches brunes ou irrégularités pigmentaires, les crèmes solaires teintées offrent des résultats bluffants.

### IRISÉE

Une texture gelly nacrée qui, en plus de filtrer les UV, nimbe le teint de lumière. *Gelée lactée visage SPF10 Sun Radiance*, Biotherm »23,45 €.



### EMBELEISSEUR

Le must du soin solaire pour un bronzage uniforme sur le long terme (avec un complexe antitaches), et instantané (grâce à sa formule « teinté tout de suite »). *Anti-taches UniBronze SPF15*, Guinot »32 €.

