

EN FORME
MODE, PSYCHO, BEAUTÉ**SCHOLL DEVIENT FASHION**

Mieux vaut tard que jamais, la célèbre marque de claquettes en bois du docteur Scholl a enfin dépoussiéré ses modèles en adoptant des couleurs "flashies". Adieu à la traditionnelle sangle blanche et bienvenue aux sangles soyeuses aux imprimés vifs, zen et chics. **K.D**

→ En vente en pharmacie - à partir de 59 €, tel. : 01 49 64 55 56

**SOS BAVURES**

Les traces du mascara sur les paupières, on connaît toutes. Bourjois a trouvé "la" solution avec Retouche Express (6,40 €), un bâtonnet démaquillant qui corrige les petites bavures de mascara ou d'eyeliner, sans défaire tout le maquillage. **MLV**

Bien choisir ses lunettes

Isabelle Montané, consultante en image personnelle et professionnelle, spécialisée dans la couleur, nous donne quelques trucs pour trouver les lunettes idéales.



1. Choisissez toujours en vous regardant en pied. Les proportions doivent être harmonieuses entre la silhouette et les lunettes.

2. Attention aux couleurs qui modifient votre teint. Les teintes roses, mauves ou bordeaux donnent bonne mine à l'inverse du jaune, du vert anis ou de l'orange. Les teintes claires apportent de la douceur et illuminent le visage alors que les foncées donnent un côté sérieux voire austère.

3. Veillez à ne pas couper la ligne de sourcils car ils symbolisent la dynamique de

l'expression.

4. Une monture au milieu du regard coupe la relation à l'autre. Centrez les yeux au milieu du verre.

5. Les lunettes fantaisie correspondent à très peu de morphologies mais quand elles vont bien, c'est souvent très réussi. Cela vaut donc la peine d'essayer !

6. Les lunettes à monture invisible ont une qualité qui est aussi un défaut : si elles sont mal choisies, cela ne se

voit pas mais, du coup, on ne profite pas du fait de porter des lunettes.

7. Les lunettes rondes donnent souvent un air juvénile de même qu'elles accentuent la douceur du visage. A l'inverse, les lunettes rectangulaires structurent, accentuent le dynamisme et la force de caractère.

8. Si les lunettes correspondent, peu importe votre coupe ou la longueur de vos cheveux. Elles vous iront toujours quoi que vous fassiez.

Du 6 au 19 juin 2005, Lunettes de France et IDTGV s'associent pour guider les voyageurs dans la recherche de leurs lunettes. Rendez-vous sur la ligne Paris-Marseille pour découvrir les conseils d'une spécialiste.

KARIN DANJAUME / PLURIELLES.FR

→ Pour plus d'infos : www.changezdelunettes.com et www.etreencouleurs.com.

Maty soutient La Voix de l'enfant

BIJOUX Maty vient de lancer trois collections avec sept pièces pour tous les goûts : tendance, néo-rétro ou symbole d'amour. Pour chaque bijou acheté, Maty reverse 5 € à la fédération La Voix de l'enfant.

→ Plus d'infos : www.maty.fr et www.lavoixdelenfant.org



Le sport pour maigrir

LIVRE On se pose souvent la question de savoir si le sport fait maigrir. Ce qui est certain, c'est qu'il est un allié très important dans la perte de poids. Pour le docteur Stéphane Cascua, auteur d'un ouvrage très complet sur la question, "l'activité physique est le principal facteur de prévention contre la surcharge pondérale".

→ *Le Sport pour Maigrir*, Ed. Odile Jacob, 21,90 €, de Stéphane Cascua et Marie-Pierre Olivier

Faut-il tout se dire dans le couple ?

La communication est primordiale au sein d'un couple. Mais jusqu'où faut-il aller ? Conseils de Sylvie Tenenbaum, psychothérapeute.

Bien se connaître avant

Si le couple n'est certes pas un confessionnal, il est nécessaire de se raconter pour mieux se connaître et comprendre les attitudes de chacun. Selon la psychothérapeute, "pour qu'un couple fonctionne il doit se connaître et donc être au courant des choses importantes concernant chacun des conjoints. On ne peut pas aimer quelqu'un qu'on ne connaît pas ; on l'appréciera, on sera attiré mais il n'y aura pas de véritable amour".

Garder son jardin secret

Parler ne veut pas dire pour autant faire l'inventaire de ses ex ! On peut garder son jardin secret sur des événements, des émotions, des rêves, à condition de respecter celui de son ou sa partenaire.



Choisir le bon moment

Mieux vaut ne pas se dire des choses intimes trop vite. Il faut avoir une certaine complicité, de la confiance. "Mais il ne faut pas non plus tarder, hésiter à exprimer un fait important, car vous aurez alors l'impression d'être en faute et cela peut parfois déstabiliser un couple", souligne Sylvie Tenenbaum. Toutes nos expériences, bonnes ou mauvaises, font partie de notre vécu. On arrive rarement vierge de tout passé dans une relation, l'autre n'a donc pas le droit de ne pas l'accepter.

LAURENCE BOURDOULEIX / PLURIELLES.FR