

Des couleurs pour rayonner

Dégager une image harmonieuse et adéquate contribue à augmenter notre estime de soi. Et cette attitude ne nous est-elle pas nécessaire pour être bien, tout simplement, et donner le meilleur de nous-mêmes au travail, en famille ou en société?

Rien de plus désagréable que d'enfiler la dernière tenue pour laquelle nous venons de craquer, et de se demander si, finalement, elle nous va vraiment. Ou de s'entendre dire: «Tu as l'air fatiguée», alors qu'on est en pleine forme! Réalités que nous vivons toutes de temps à autre, et qui suivant nos dispositions du moment peuvent nous laisser indifférentes ou au contraire nous perturber toute la journée. Se retrouver devant son armoire pleine et n'avoir rien à se mettre, voilà une autre expérience dont on se passerait bien. Quand il ne s'agit pas de trouver comment combiner le haut et le bas d'une tenue... Questions auxquelles il peut être difficile de répondre, tant il est ardu de s'y retrouver au milieu du foisonnement des étagères des magasins. Heureusement, il existe des procédés qui permettent de venir à bout de ces difficultés.

SIMPLICITÉ ET EFFICACITÉ

Ces procédés sont à la portée de toutes. Ils se révèlent de merveilleux outils pour gagner en assurance au moment de faire des choix dans les magasins, en face de son armoire ou chez le coiffeur, pour une coloration ou

Le blanc pur convient aux teints mats à la chevelure et aux yeux sombres. Ici l'actrice Eva Longoria.



Dreamstime

PUBLICITÉ

L A U S A N N E

Librairie chrétienne Le Cep

BIBLES - LIVRES - CD - CD ROM - VIDEOS



Lundi 14 h - 18 h 30
Mardi au vendredi 9 h - 18 h 30
Samedi 9 h - 17 h
«non-stop»

Rue de la Madeleine 3, 1003 Lausanne, Tél. 021 312 74 96

Visitez notre site en ligne: www.lecep.ch

des mèches. Des pistes sont proposées par la méthode Première Impression® en se basant sur les coloris naturels (peau, yeux, cheveux). Grâce à une analyse approfondie, il est possible de définir une direction de nuances vers laquelle vous tourner pour être sûre de rayonner et d'avoir bonne mine. Car savez-

vous que le noir ne va pas à tout le monde? Que vous pouvez rajeunir visuellement de dix ans rien qu'en optant pour des couleurs flatteuses?

Comment ça marche? Il suffit de prendre le temps de se poser devant le miroir, démaquillée, les cheveux recouverts s'ils sont teints ou méchés et d'observer.

L'idéal est de se laisser guider par l'expérience d'une professionnelle, mais en attendant, on peut déjà réfléchir à quelques points.

Mon visage a-t-il beaucoup de contrastes (une peau claire avec des cheveux et des sourcils sombres par exemple)?

Ma peau est-elle plutôt épaisse ou au contraire fine et translucide? Mon teint a-t-il tendance à virer au jaune, comme une peau asiatique?

Lorsque je porte telle ou telle couleur, mes cernes sont-elles accentuées ou estompées?

Est-ce que mon teint s'unifie en portant telle



Dreamstime

Des vêtements aux teintes mates et poudrées conviennent aux visages dont les coloris naturels sont peu contrastés et doux.

etc. Ce qui signifie que tout le monde peut porter toutes les couleurs, mais qu'il est important de savoir dans quelle version (voir page 51)

Le défi est de découvrir vers quelle nuance se tourner au moment de choisir son chemisier ou la couleur de sa veste. Pour certaines personnes, porter une chemise de couleur vive, lumineuse avec une veste noire sera

TOUT LE MONDE PEUT PORTER TOUTES LES COULEURS, MAIS IL EST IMPORTANT DE SAVOIR DANS QUELLE VERSION.

ou telle couleur? Mes rougeurs sont-elles accentuées ou finissent-elles par se fondre dans l'ensemble?

QUELLE NUANCE?

Plutôt que de parler des «bonnes couleurs» à porter (rouge, jaune, vert, bleu, etc.), on peut plutôt parler de différentes nuances de bleu, vert, jaune,

du plus bel effet, alors que leur voisine disparaîtra totalement derrière un tel contraste.

Finalement, c'est vous que l'on veut voir en premier, pas vos vêtements. Votre habillement et votre maquillage servent avant tout à vous mettre en lumière, de la manière la plus flatteuse. Après tout, n'êtes-vous pas unique? ///

Cécile Girod, consultante en image personnelle

Les femmes brunes au teint clair sont belles avec des couleurs froides, tel ce foulard rouge framboise.



Dreamstime



Dreamstime

Un teint et des yeux clairs, des cheveux blonds cendrés: la beauté mise en valeur par un maquillage éclatant.

Des tenues lumineuses et contrastées réveillent les teints de porcelaine.



Dreamstime

C'est quoi, une couleur chaude?

C'est une couleur dans laquelle on a rajouté des pigments jaunes. On peut «réchauffer» toutes les couleurs. Par exemple le bleu: quand on lui ajoute du jaunes, il tendra vers le bleu vert, le bleu pétrole, le bleu paon, etc. Ce sont des nuances subtiles, chatoyantes. Au contraire, un bleu qui ne contient que des pigments bleutés sera dit «froid», tel le bleu roi.

Une couleur lumineuse est une couleur pure, complètement saturée. Elle est vive et pétillante, alors que son opposé, une couleur mate, est comme adoucie, éteinte par le rajout de gris. Par exemple, un vert pomme est lumineux, alors qu'un vert kaki est mat.

Le poids visuel d'une couleur dépend de son intensité. Plus on rajoute du blanc, plus cette couleur est claire,

plus elle est légère, aérienne. Alors qu'en lui rajoutant du noir, elle va s'assombrir de plus en plus et avoir davantage de puissance, de poids. Un rouge fraise sera beaucoup plus léger, visuellement parlant, qu'un rouge sang.

Tout l'intérêt est de voir comment votre visage réagit lorsqu'il est entouré de ces différentes nuances. Des couleurs flatteuses vont estomper les imperfections de la peau, unifier le teint, adoucir les cernes. Ils vont aussi remonter les traits (effet «lifting») et affiner le visage.

Par contre, des teintes inadéquates vont creuser les traits, accentuer les cernes, brouiller le teint et tirer les traits vers le bas... L'effet peut être spectaculaire!

PUBLICITÉ



Centre de Médecine Chinoise

DIAGNOSTIC CHINOIS GRATUIT

Acupuncture - Massage chinois - Ventouses
Auriculothérapie - Phytothérapie - Moxa

Remboursement par les assurances complémentaires

China Clinic TCM

14 Rue Haldimand - 1003 Lausanne

021 311 89 89

Bus Place Bel Air Métro et Parking Riponne

www.chinaclinic.ch