

## Comment bien prendre soin de nos mains?

Nos mains subissent jour après jour des agressions tel que le rituel de se laver les mains, le froid et le soleil, le désinfectant pour les mains, etc.

Il est commun d'avoir les mains extrêmement sèches et d'avoir des douleurs causées par des gerçures. Aussi, au fil du temps, il y a le processus du vieillissement qui s'installe. Il s'exprime entre autre par des tâches pigmentaires et un manque de souplesse.

Une bonne crème à mains traitante vous apportera un soulagement et un grand confort.

Voici un conseil d'application :

Appliquer la quantité de produit (gros comme un pois vert) sur le dessus de votre main et avec le dessus de l'autre main faites des rotations pour étendre la crème afin de faire pénétrer le produit sur le dessus de vos deux mains. Finir avec des mouvements d'effleurage à l'intérieur des mains et pourquoi ne pas dorloter vos cuticules avec des petits mouvements circulaires dessus et autour de vos ongles. La quantité de produit peut varier d'une personne à l'autre, ajustez-vous selon l'état de vos mains.

En utilisant cette technique d'application, vous aurez mis l'accent sur la problématique de sécheresse qu'on retrouve la plupart du temps sur le dessus des mains. Donc, vous n'aurez pas la sensation grasseuse à l'intérieur de vos mains.

Dans les cosmétiques il y a une panoplie d'excellente crème à mains qui répondent au besoin de tous. Voici mes trois produits chouchous :

- **Cold Cream, par Avène.** C'est un soin et une protection pour les mains desséchées, gercées ou abîmées.  
75 ml offert à 17.49 \$

- **Biomains, par Biotherm.** Cette crème est résistante à l'eau. C'est un soin jeunesse des mains, anti-desséchant et fortifie les ongles.  
100 ml offert à 29.49 \$

- **Lierac** propose deux produits pour vos mains.

- La crème à mains **Repair Mains.** Cette crème nutritive, anti-âge et fortifiante pour vos ongles.  
75 ml offert à 31.99 \$

-Un sérum, **Lift Mains**. Ce sérum est lissant et anti-taches.  
50 ml offert à 40.99 \$

En cette saison hivernale, une bonne paire de mitaines complètera à merveille vos bonnes habitudes de protéger et d'hydrater vos mains avec une crème adaptée à vos besoins !

Pour plus d'information sur les produits n'hésitez pas à consulter nos cosméticiennes dans l'une de nos succursales.

Au plaisir de vous faire essayer une des crèmes à mains!

Marie-Claude, Cosméticienne à Place de la Cité.

