

Du bon pied

SOINS On les a négligés tout l'hiver et, malgré tout, on aimerait déjà que nos pieds soient impeccables. Séance de rattrapage pour parader dans la paire de sandales qu'on vient de repérer. Et choix de produits.

Par Marie-France Rigataux

Furieusement à la mode ce printemps, sandales et escarpins vertigineux ne nous font pas de cadeau. Non seulement la plupart d'entre eux maltraitent nos pieds, mais en prime ils les exposent à tous les regards. Comment faire pour montrer un pied parfait? «Eh bien, on s'en occupe», résume Jeanne, dont les pieds sont un modèle de beauté. *Don't act.*

1 ON S'OFFRE UNE SÉANCE CHEZ UN PRO

Spa, institut de beauté ou pédicure? Tout dépend de l'état de nos pieds. Une visite à la pédicure se justifie en cas d'hyperkératose, d'ongles incarnés ou de cors. Si vous avez le pied sensible, mieux vaut prévoir une visite trimestrielle. Sinon, offrez-vous l'un de ces soins cocooning qui font autant de bien au moral qu'aux petons. A Genève, l'institut Forever Laser, qui vient tout juste de mettre au point la première crème-gel antioxydante pour les pieds, a inscrit à sa carte un soin absolument hédoniste. Dans une ambiance, à elle seule, nirvanesque (lumière tamisée, bougies et pétales de rose, musique douce, bol de thé vert ou jus de myrtille...), les pieds sont exfoliés et massés, les chevilles et les jambes drainées, avant d'être enveloppés dans des serviettes chaudes. Quarante-cinq minutes de pur bonheur (130 fr.), dont on ressort les

pieds ailés. Dans un registre «plaisir», la Sultane de Sabah (adresses sur demande en Suisse romande au 022 347 44 55) propose un «soin à l'orientale» qui comprend une pédicure «soft», un gommage au sucre d'onguent et un long massage aux huiles (100 fr. les 70 minutes). Pas mal du tout!

Idéal pour celles qui ne peuvent pas se déplacer et ultrapratique puisque ouvert 24 h sur 24 (dimanche compris): la prestation offerte par Armony Services (tél. 078 919 66 14). Les esthéticiennes viennent à vous avec leur équipement, dont une ponceuse qui remplace les traditionnels ciseaux. Plutôt que de couper les petites peaux, l'ustensile les fait disparaître sans douleur et pour quelques semaines. Astucieuse aussi et surtout très hygiénique, la pale en inox sur laquelle vient se coller une râpe, qui ne sert donc qu'une seule fois. Moyen terme entre la pédicure classique et le soin pur plaisir, la séance, d'un peu plus d'une heure, peut être inconfortable si vous ne disposez pas d'un fauteuil relax ou d'un siège hyperagréable. Difficile, en effet, de se relaxer les pieds plongés dans un baquet, puis à demi étendue sur un lit qui ne se prête pas trop à ce genre d'exercice. Compter 190 fr., pose de vernis et prêt d'iPod compris pour celles qui souhaitent se déconnecter de la réalité. Un peu plus à des heures indues.



5 QUELQUES INDISPENSABLES

Antioxydant grâce à l'extrait de cresson, ce soin au beurre de karité, jojoba et saule aux vertus exfoliantes et anti-inflammatoires, convient aussi parfaitement pour les mains.

532nm, Alchimie Forever, 49 fr., 150 ml.

Sept «goûts» pour hydrater tout en parfumant. Noix de coco-melon, pêche, vanille-cannelle, mûre, etc.

Avojuice skin, OPI, 27 fr., 200 ml.

A base de cristaux de sucre et d'extrait d'avocat aux vitamines B2, D, A, E et K, un scrub qui laisse la peau toute douce.

Pedicure, OPI, 45 fr., 125 ml.

Crème dense à l'odeur d'amande, cet exfoliant aux fines particules de noyaux d'abricot et de jojoba, à la poudre de pierre ponce, contient aussi de l'huile de jojoba et de l'huile de palmarosa antifongique, antiseptique et antibactérienne. Pour assainir et stimuler la microcirculation.

Exfoliant pieds-XT, Cellcosmet, 45 fr., 100 ml.

Cataloguée mains, une crème qui convient aussi pour les membres inférieurs tant sa formule, hydratante et raffermissante à la fois, prévient le dessèchement des cuticules, gaine la surface de l'ongle et adoucit. Parfum subtil fleuri-fruité.

Body Excellence, Chanel, 71 fr., 75 ml.