

LA
BEAUTÉ
D'ici

FRANÇOISE MARCHAL

Julie AN

"Les anti c'est du b

Sympa, Julie a accepté de quitter ses fourneaux, le temps de nous livrer ses recettes beauté !

Ici Paris : Quel regard portez-vous sur le monde de la beauté ?

Julie Andrieu : C'est agréable de se sentir belle, mais ce doit être avant tout un plaisir personnel, sinon, on tombe vite sur de l'artificiel. La beauté n'est pas une obsession, mais il est vrai qu'il faut faire attention à soi pour celui qui vit avec vous.

Autrement dit, il faut être au top 24 heures sur 24 ?

En ce qui me concerne, quand j'ai des moments solitaires, je fais moins attention à moi. Et je trouve ça bien de pouvoir se lâcher de temps en temps.

Où faites-vous votre shopping beauté ?

J'achète l'essentiel de mes produits en grande surface, sauf le maquillage et les soins capillaires que je me procure dans les salons de coiffure. Il paraît qu'il ne faut pas mettre n'importe quoi sur les cheveux, ça les abîme très vite.

Pour le visage, en revanche, vous êtes moins pointilleuse ?

Je suis convaincue qu'il n'est pas nécessaire de mettre un prix fou dans une crème parce qu'elles se valent toutes. Pour être franche, je n'ai jamais vu la différence entre un soin acheté en supermarché et un autre en parfumerie. D'ailleurs, je ne m'achète que des soins hydratants. Le reste, je n'y crois pas : les antirides et les amincissants, c'est du bluff, ça ne marche pas. Pour agir sur la cellulite ou les rides, il n'y a que l'action

"Je monte tous les jours sur la bascule"

DRIEU

rides, luff !"

mécanique d'un massage ou d'un drainage qui soit réellement efficace !
Etes-vous pour ou contre la chirurgie esthétique ?

Je ne vous dirai peut-être pas la même chose dans vingt ans, mais pour le moment, je me sens bien dans ma peau. L'apparition des rides, oui, ça m'ennuie, mais je n'en fais pas une fixation. Il faut savoir vivre avec son temps. Quand un problème physique nous ronge, en revanche, je suis pour la chirurgie.
Qu'est-ce que votre maman, Nicole Courcel, vous a enseigné ?

Je me souviens qu'elle avait une jolie coiffeuse avec un miroir dans sa chambre. J'adorais la voir se préparer. Elle m'a appris à me maquiller seule mais aussi à bien me démaquiller.

Un secret après une nuit courte ?
Une queue-de-cheval, ça rafraîchit aussitôt le teint et ça éclaire le visage. Et si les

cheveux sont bien tirés en arrière, ça fait un superlifting !
Côté ligne ?

Je mange beaucoup le matin, normalement le midi et très peu le soir. Le tout, c'est de savoir maintenir un bon équilibre : par exemple, si je mange des pâtes à la carbonara, je fais l'impasse sur le dessert, et si je mange léger, je m'autorise une mousse au chocolat...
Vous faites du sport ?

De la gym, à raison de deux heures par semaine. Je me paie le luxe d'un coach à domicile, parce qu'en salle, je n'irai jamais : j'aurai toujours mieux à faire. Tandis qu'avec un coach, c'est plus délicat de décommander un rendez-vous !
Avez-vous l'obsession du pèse-personne ?

Je monte tous les jours sur la bascule, plus pour contrôler ma prise de poids que par obsession du petit kilo en trop !
Quelle partie de votre physique entretenez-vous le plus ?

Mon visage, dans le sens où je suis allergique au soleil. Été comme hiver, j'applique une crème avec indice de protection. A la plage, je me protège avec un chapeau et n'expose que mon corps.
Qu'avez-vous dans votre sac ?

Un anticernes et l'Eau de beauté Caudalie, particulièrement géniale quand on a besoin de se repoudrer le nez sans avoir forcément à se démaquiller.

Une recette beauté perso ?
Pour un démaquillage parfait : je nettoie mon visage avec de l'huile d'olive ou d'argan et je rince avec un tonique fait maison : du citron mélangé à de l'eau minérale. ●

"Il faut savoir
vivre avec
son temps"



A lire
Comment briller aux fourneaux sans savoir faire cuire un œuf, Julie Andrieu (Agnès Viénot Editions)

Le choix de Julie !



● **Mon make-up**

Mascara Inimitable, Chanel
Fard à paupières Irréelle duo, Chanel
Eclat lumière, Chanel
Correcteur de teint Unifiance, La Roche-Posay
Crayon à lèvres Spice n°7, Revlon

● **Mes soins visage**

Crème bonne mine Vinexpert, Caudalie
Crème éclat anti-taches, Vinopperfect, Caudalie
Eau de beauté, Caudalie
Démaquillant soin doux, Caudalie



● **Mes soins corps & cheveux**

Lait Douceur hydratant, Nivea
Bain de force, Kérastase



● **Mes parfums**

Rose Ikebana, Hermès
L'Eau d'Hadrien, Annick Goutal



● **Au soleil**

Photoderm max, Bioderma