

Beauté

Le make-up au cœur d'une polémique masculine

Line Renette ALOMO
Libreville/Gabon

Jamais maquillage n'aura été aussi perfectionniste des visages féminins. De laideron, on passe vite, grâce au make-up, à une icône de beauté. Sous les pinceaux des experts, les femmes peuvent décider de la forme de leur nez, de la grosseur de leur visage. Le tout pour afficher assurance et élégance. Mais, des hommes crient à la duperie.



Photo : DR

La magnifique métamorphose que contestent les hommes.

TOUT est parti d'une photo qui a fait le buzz sur le réseau social Facebook. Une jeune femme, avec un visage portant de longues balafres, est présentée, après maquillage, sous un jour nouveau. Plus de cicatrices, elle est métamorphosée. D'aucuns, naturellement, ont apprécié. D'autres se sont insurgés. Pas contre le make-up en lui-même, qui est là à juste titre pour embellir. Mais c'est l'abus qui va consister à changer jusqu'à la personnalité de la femme, qui est remis en cause par MisterJack, tel

qu'il se fait appeler, celui par qui est parti le cri d'alarme de la gent masculine. « Les mecs, il faut désormais aller draguer les filles dès 6h du matin pour savoir à quoi elles ressemblent véritablement », appelait-il sur sa page Facebook. Dans son argumentation, il explique : « c'est l'abus des dosages qui l'a retourné. » Et d'asséner : « donc en vrai, aucun homme n'est fidèle, vu qu'ils sortent chacun avec 2 femmes : une comme il la connaît et une autre customisée (sur-maquillée). » Autre réaction, celle d'un

homme qui se revendique conservateur, et qui a souhaité garder l'anonymat. « Sur le plan esthétique, estime-t-il, c'est (le make-up) une réussite appréciable. C'est sur le plan moral que ça pourrait poser un problème, car on touche à l'être de la personne, en refaisant le portrait. Ce n'est plus la même personne, du moins sur le plan physique. Les métamorphoses, c'est pas mon fort. Je tends à ranger ça dans l'ère du faux », enfonce-t-il davantage. Mais les dames ne se sont pas laissées faire, en répondant à ces messieurs que

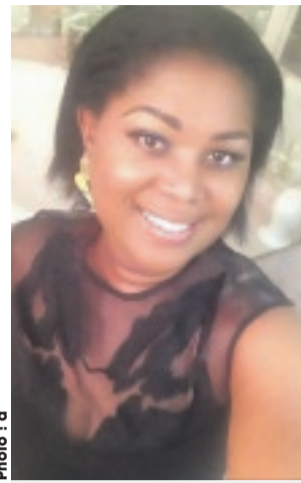


Photo : d

Sabrina Mayinou Ntsaou, professionnelle du make-up.

les couleurs « c'est pour donner de l'éclat au visage. » Sans plus. « C'est la belle femme en moi qui est révélée, rien qui change ma personnalité. N'est-ce pas un peu exagéré comme accusation ? », se demande Fanny, le visage sublimé par un make-up fait maison, précise-t-elle. Du côté des professionnelles du secteur, les arguments pour convaincre du bien-fondé de la pratique ne manquent pas. Pour Sabrina Mayinou Ntsaou, responsable d'un institut, Maya art, dédié au seul maquillage, il n'y a pas de rai-

son de se mettre en colère, d'autant plus que les femmes font ça pour plaire aux hommes. « Ils fantasment sur les modèles américains. Ils aiment les femmes coquettes et belles. Le make-up n'est qu'une sorte d'extase pour le bonheur de leurs yeux. Je ne comprends pas pourquoi ça les mettrait

en colère. En tout cas, maintenant qu'ils connaissent le secret, le choix leur reviendra de rester ou de partir quand la réalité refera surface! Et qu'ils sachent que toutes les femmes ont une volte face, avec ou sans make-up », conclut-elle.

Coin cuisine

Feuilles de manioc aux noix de palme



Photo : COE

Ingrédients

Feuilles de manioc
Noix de palme
Maïs, taro, patate (facultatif)
banane douce ou épinards

Préparation

Dans un premier temps, piler les feuilles de manioc. 20 minutes avant la fin, il est souvent recommandé d'ajouter la banane douce lorsque celles-ci sont moins bonnes (la banane douce permettra de leur redonner un meilleur goût. Idem pour les épinards). Et pour gagner du temps, pendant que vous pilez les feuilles de manioc, porter les noix de palme à ébullition. Après avoir pilé les feuilles de manioc, mettez-les dans une marmite, ajoutez de l'eau, du maïs et mettez au feu jusqu'à ce que l'eau tarisse. Entre-temps, versez les noix dans un mortier et pilez jusqu'à ce qu'elles soient complètement ramollies. Une fois que les feuilles de manioc sont prêtes, verser de l'eau tiède sur les noix préalablement pilées et mélanger jusqu'à l'obtention d'un liquide jaunâtre consistant. Tamiser le liquide jaunâtre et versez-le sur les feuilles de manioc, en veillant à ce qu'elles en soient imprégnées, puis mélanger le tout. Ajouter les taros ou les patates si vous le désirez et laissez encore cuire une vingtaine de minutes, puis retirer du feu.

Accompagnement

Manioc, tubercule

Par COE

Bien-être

Les huiles essentielles, coup de pouce pour perdre du poids

L.R.A.
Libreville/Gabon

Notre confrère en ligne Doctissimo a répertorié, pour vous mesdames, des huiles dont l'usage pourraient vous aider à retrouver une silhouette harmonieuse. Les associer à votre régime peut donc s'avérer une bonne astuce, car elles facilitent et accélèrent la perte de poids. Cellulite, digestion, rétention d'eau... À chaque huile son atout !



Photo : DR

Les huiles essentielles sont une astuce en plus pour perdre du poids.

FACILITANT le drainage, l'huile essentielle de cèdre de l'Atlas est particulièrement efficace contre la graisse installée en profondeur. Riche en sels minéraux et en vitamine C, l'huile essentielle de criste-marine permet, elle, de donner l'aspect peau d'orange provoqué par la cellulite et par la rétention d'eau. Diurétique, l'huile essentielle de genévrier facilite le drainage et la lutte anticellulite. Largement plébiscitée pour son action antimoustiques, la citronnelle présente par ailleurs l'avantage de freiner l'avancée de la cellulite. En effet, son action de drainage stimule les vaisseaux sanguins et aide ainsi au déstockage des graisses. Drainage et élimination

sont également les maîtres mots de l'huile essentielle de céleri qui, en plus d'éliminer les toxines, stimule le foie et facilite la digestion. L'huile essentielle de menthe poivrée permet également de drainer les organes actifs dans l'élimination, comme le foie et aussi les reins ou les intestins. Pour un objectif ventre plat, il ne faut pas oublier l'huile essentielle d'estragon : ses effets sur l'intestin permettent d'atténuer la sensation de faim. Autre huile essentielle à l'action coupe-faim, capitale pour perdre du poids : la mandarine. Comme toutes les huiles essentielles d'agrumes, elle réduit la rétention d'eau et absorbe les graisses des tissus adipeux. Les huiles essentielles se trouvent généralement en pharmashop et en pharma-

cie. D'autres sont fabriquées localement par des associations telle Cri de femmes qui propose une gamme variée d'huiles essentielles allant du concombre au citron. Pour ce qui est de leur utilisation, on fera très attention à ne pas en abuser car les huiles essentielles peuvent se révéler bien nocives pour la peau. Ainsi, l'huile essentielle de cèdre de l'Atlas s'utilisera chaque matin, en massage sur les zones à affiner, avant la douche. Elle sera toujours mélangée à une huile végétale, comme celles d'avocat ou d'amande. L'idéal étant d'en faire une cure de 20 jours puis de 10 jours par mois. Même usage pour celle de criste-marine : en massage et diluée. L'huile essentielle de genévrier s'utilise en massage sur le ventre, le bas du dos et les cuisses, 2 fois par jour et ce 10 jours par

mois. Les huiles essentielles de céleri, d'estragon et de menthe poivrée s'utilisent dans les plats. Celle de céleri est parfaite pour aromatiser les plats, tout en luttant contre les ballonnements. L'estragon se consomme en dose de 1 à 2 gouttes après les repas. Elle se prend alors nature ou mélangée à une cuillerée à café d'huile, directement sous la langue, pendant 10 jours. L'huile essentielle de menthe poivrée s'utilise trois à quatre fois par jour, par dose de 2 gouttes sous la langue, sur un comprimé neutre ou dans une petite cuillère de miel plongée dans une infusion de menthe par exemple, de 2 à 3 fois par jour pendant 10 jours. Elle aide à la digestion et contribue à retrouver un ventre plat. Quelques mises en garde sont à connaître. Toutes les huiles essentielles et notamment celles d'estragon, de céleri, de menthe poivrée et de cèdre de l'Atlas sont déconseillées pendant la grossesse et en cas d'allaitement. L'essence de mandarine pure ne s'applique pas sur la peau. L'huile essentielle de genévrier est contre-indiquée en cas de maladie rénale et celle de céleri est interdite aux enfants de moins de 6 ans.

Trucs et astuces

Éviter les points noirs avec un cataplasme

Pour éviter les points noirs, utilisez l'effet hydratant des fruits et légumes. Déposez des rondelles de tomates et de concombres sur les zones à points noirs. Aidez-vous de bandes de compresse pour les maintenir. A effectuer plusieurs fois par semaine, pour lutter contre l'apparition des points noirs.

Nettoyer l'argenterie

Que ce soit vos couverts, plats ou objets, c'est super simple. Dans un récipient, style saladier ou bassine, déposez et tapissez le fond avec une feuille d'aluminium. Versez de l'eau bouillante et ajoutez le gros sel (2 cuillères à soupe au moins) et un verre de vinaigre blanc. Remuez légèrement pour bien dissoudre le gros sel. Plongez l'argenterie et laissez agir environ 1 heure. On peut voir l'oxydation disparaître. Sortir ensuite l'argenterie, rincez et essuyez.

Gardez la saveur de la viande dans un bouillon

Si vous mettez votre morceau de viande dans l'eau froide, il donnera toute sa saveur au bouillon, mais la viande restera sèche et sans goût. Si vous le mettez dans l'eau en ébullition, le bouillon sera moins riche, mais la viande sera plus tendre. Quelques pelures d'oignons dans une boule à thé donneront une belle couleur ambrée au bouillon.

Proposés par JMN