

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2013)
Heft: 43

Artikel: Tout est dans le regard
Autor: S.F.K.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-831683>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 17.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Tout est dans le regard

Manque de sommeil, mauvaise circulation sanguine? Indicateurs de notre équilibre interne, les yeux trahissent nos petites faiblesses. Sept astuces pour vivifier leur éclat.

Le saviez-vous? La peau du contour de l'œil est entre trois et cinq fois plus fine que celle du visage. Très exposée, la paupière est aussi constamment sollicitée, avec quelque 10 000 clignements quotidiens qui accélèrent le relâchement cutané et l'apparition des rides. Rien d'étonnant donc à ce que cette zone nécessite des soins aussi spécifiques que réguliers. Mais comment combattre cernes, rides et poches, sans chirurgie esthétique? Réponses en sept points. **S. F. K.**

1. ON LISSE

Il est crucial de prendre soin et d'hydrater au maximum le contour de l'œil. Matin et soir, on applique un soin spécifiquement conçu pour cette zone, afin de la nourrir en profondeur. On l'applique par points de pression circulaires très doux sur tout le contour de l'œil, sans jamais tirer sur la peau. Le but: activer la microcirculation. Les tapotements n'ont plus vraiment la cote... Evitez donc ce geste.

2. ON ÉLIMINE

Pour atténuer les cernes et les poches, rien de tel qu'un masque «spécial regard»! Il apporte un véritable concentré d'hydratation non négligeable, surtout en cas de fatigue.

3. ON RÉVEILLE

Pour défroisser notre regard au quotidien, on imite les top models. Le matin, quand nos yeux font grise mine, on y dépose des cotons imbibés d'eau de bleuet ou des sachets de thé. Le résultat est encore plus probant, si l'on a pensé à les déposer au frigo avant. On peut aussi mettre des cuillères à café au réfrigérateur et les poser ensuite sur chaque œil. En effet, le froid apporte un coup de fouet et réduit les marques à court terme. Sinon, les rondelles de concombre restent une valeur sûre.

4. ON TRICHE

Ici, c'est permis! On illumine et défatigue le regard avec un stylo correcteur. Véritablement magique, il gomme les imperfections en un clin... d'œil! On le choisit une teinte au-dessous de sa carnation et



on l'applique avec parcimonie: suffisamment pour estomper les zones d'ombre, mais sans excès, afin d'éviter un effet masque.

5. ON RAJEUNIT

Pour un regard plus jeune, on rehausse ses sourcils en apposant une touche de fard à paupières de couleur très claire sous l'arcade sourcilière. A la pince à épiler, on enlève les poils disgracieux puis, à l'aide d'un crayon ou d'un fard proche de la couleur de vos sourcils, redessinez leur ligne par petites touches.

6. ON CORRIGE

Regard triste ou tombant? On applique alors un fard légèrement plus foncé, en remontant au coin externe de l'œil.

7. ON ÉTIRE

Enfin, on choisit un mascara allongeant plutôt qu'un mascara donnant de l'épaisseur à vos cils supérieurs. Et pour éviter l'effet «œil de panda», on renonce à appliquer le mascara en couches sur les cils inférieurs. Vous voilà avec un regard plus harmonieux, prêt à voir la vie d'un œil nouveau!