

ANNEXE : glossaire & informations techniques

L'épilation au fil

Elle se pratique à l'aide du **simple fil de coton** et est extrêmement adaptée pour traiter de petites parties pileuses. Pour avoir une ligne de sourcil parfaite, l'esthéticienne place une extrémité du fil entre ses dents, le reste est enroulé entre ses doigts pour que les fils glissent les uns contre les autres. La boucle qui sera formée est utilisée pour piéger les poils non désirés. D'un mouvement sec de la tête, le fil tord et arrache les poils les plus fins. Vous devez juste avec vos doigts tendre la paupière pour faciliter la glisse du fil sur la peau. Réalisée par une esthéticienne expérimentée, l'épilation au fil nécessite seulement quelques minutes pour façonner un sourcil, pour éliminer les poils présents sur la lèvre supérieure, le menton ou encore les joues.

Cette technique d'épilation est naturelle et appropriée à tous les types de peau. Les deux avantages principaux sont la rapidité d'exécution et l'absence d'endommagement de la peau. Les résultats peuvent être visibles jusqu'à une durée de quatre à six semaines (dépend du type de peau et de poils). Elle est recommandée pour les peaux sensibles puisqu'aucun produit chimique n'est appliqué sur la peau.

Les origines

L'Inde et la Chine sont les deux pays qui ont la plus ancienne tradition de l'épilation au fil. Elle est pratiquée également en Égypte (fatlah) ou au Moyen-Orient (KHITE).

Aujourd'hui certains appellent cette technique l'épilation indienne, d'autres le filetage des sourcils.

Est-ce que cela fait mal ?

Les femmes qui essayent pour la première fois répondent : non. Juste une légère sensation de chaleur. Effectivement, comme l'ensemble des techniques d'épilation, le poil est tiré de la peau à la racine. De ce fait, il est possible de ressentir parfois une légère sensation de douleur ou encore d'avoir parfois une petite rougeur cutanée après l'épilation, mais cela disparaît en quelques minutes.

L'épilation au fil est-elle facile à effectuer ?

Non, elle n'est pas facile à réaliser et plus le praticien de l'épilation au fil sera inexpérimenté, plus le traitement sera susceptible d'être pénible. Il est donc préférable de se renseigner avant sur l'expérience du praticien dans ce type de traitement.

L'apprentissage nécessite plusieurs mois de pratique avant de pouvoir arriver à effectuer une épilation au fil réussie, et de qualité.

Quand ou pour qui l'épilation au fil est déconseillée ?

Votre esthéticienne saura vous prévenir des cas où il faut éviter cette méthode. Sachez toutefois que cela est déconseillé en cas d'acné.

Les modelages ayurvédiques

Ces techniques de massage proviennent de l'Ayurveda ou encore «médecine ayurvédique». Sur le plan de l'étymologie le mot Ayur signifie *Vie* et le mot *Veda Connaissance*. L'Ayurveda propose à l'individu de faire le choix d'un bien-être durable dans sa vie individuelle, familiale et sociale. Elle le replace dans sa dimension physique et spirituelle. Dans l'Ayurveda il existe également des composantes de diététique et d'hygiène corporelle (nettoyage de la peau, application d'huiles bienfaisantes, besoin de sudation pour l'élimination de toxines...). Les huiles essentielles associées au modelage apaisent. Ces instants de bien-être permettent au corps de ralentir et aident l'esprit à lâcher prise.

Stella Centre de Beauté Indien réalise 3 types de modelages ayurvédiques. Ils sont à la fois **préventifs, curatifs** et visent à rééquilibrer les diverses fonctions organiques (phytothérapie par voie externe).

Abhyanga, massage réalisé sous forme d'oléation, est destiné à drainer les toxines vers le système digestif et donc à favoriser l'élimination.

Shirochampi, massage anti-stress, réalisé de la tête jusqu'aux épaules avec des huiles essentielles ayurvédiques, a également l'avantage de stimuler le cuir chevelu.

Kansu, massage de la plante des pieds qui régularise le sommeil, il se pratique après un bain (localisé) parfumé avec un mélange à base de plusieurs plantes et utilisant un bol spécial (constitué d'un alliage de cinq métaux). Il procure détente et équilibre.

Les massages et les soins ayurvédiques n'ont pas de vocation relaxante, à l'origine, mais plutôt curative. Ils visent le rééquilibrage, à nourrir ou à désaturer, à ôter des tensions, à relâcher le mental...

Matières premières des produits ayurvédiques

Tous les soins ayurvédiques fonctionnent sur le principe de l'absorption **cutanée des matières premières appliquées sur le corps**. Un modelage ou un soin ayurvédique, c'est avant tout savoir choisir une matière première adaptée au profil de la personne et à ce qu'elle recherche pour son équilibre. La matière première doit absolument être de bonne qualité pour apporter de réels bénéfices. On peut citer parmi les matières premières les huiles de sésame, noix de coco, moutarde, amande douce, noyaux d'abricot. Il y a aussi le Ghee (beurre clarifié), les poudres (chourna) à bases d'épices ou de plantes, et les techniques employant des tampons chauds (pinda svéda) contenant des plantes et épices.

Certains disent que le nombre d'espèces végétales qui entrent dans la composition des soins ayurvédiques est supérieur à 2500 !

Les modelages et soins corporels viennent généralement en soutien à une prise en charge plus large (diététique...). Toutefois, leur importance grandit pour une personne dont le déséquilibre touche particulièrement la peau, les muscles, le tissu graisseux, le squelette et les articulations.

Le mehendi

Le henné mehendi est traditionnellement employé en Inde pour décorer de façon éphémère les mains et les pieds avec des dessins puisant leur inspiration dans différentes formes d'entrelacs, d'arabesques, motifs géométriques ou figuratif (souvent inspirés de la nature : oiseaux, mangues, feuilles et fleurs...), avec un henné de couleur rouge.

Stella Centre de Beauté Indien réalise le mehendi indien (couleur rouge) et arabe (couleur rouge ou noir).

Le henné est d'abord une plante (latin : *Lawsonia inermis*), un arbuste qui peut mesurer jusqu'à plus de 3 mètres de haut, qui pousse sous les climats chauds et secs (Inde, Maroc, Egypte, Syrie, Iran, Chine, Indonésie, Antilles...). C'est sa feuille qui, une fois séchée et réduite en poudre, est utilisée dans l'art de la peinture corporelle. La fleur quant à elle, est de petite dimension. Elle peut être blanche, rose ou jaune en fonction des variétés, mais toujours odorante. Son distillat est utilisé dans l'industrie de la cosmétique.

Les appellations sont nombreuses suivant les pays, les régions. Toutefois, le mot mehendi est réservé à la poudre, à la pâte et à la pratique du tatouage temporaire. L'histoire du henné et du mehendi est très ancienne. Certains l'annoncent riche de plusieurs milliers d'années alors que d'autres parlent d'une introduction en Inde seulement au V^{ème} siècle. Alors, hommes et femmes, riches et pauvres, divinités ou démons étaient représentés avec des décorations corporelles faites probablement au henné. Mais c'est le XII^{ème} siècle qui marquerait le début d'une tradition et d'une véritable culture du mehendi. Les souverains Râjputs d'Udaipur (ou Mewar, au Râjasthân) utilisaient le henné en applications sur les pieds et les mains. Les préparations, les techniques d'application, les motifs, devinrent alors de plus en plus sophistiqués, et les habitudes d'utilisation de plus en plus ancrées selon des principes esthétiques, religieux ou encore culturels. Le point commun aux différentes traditions d'emploi du mehendi : les cérémonies de mariage.

Une approche spécifique du mehendi indien par les Tamouls : les dessins circulaires dans la paume de la main et des aplats colorés enveloppant le bout des doigts et le pourtour des pieds. On retrouve cette pratique aussi chez certaines danseuses notamment à la Réunion.

Le hammam indien

Une brume de vapeur chaude et apaisante, délicatement parfumée, un gommage qui purifie la peau et la rend douce... vous détendre et récupérer votre énergie.

Stella Centre de Beauté Indien réalise et propose des séances individuelles pour votre détente et bien-être personnel.

Vous aurez accès à une cabine individuelle, droit à un gommage purifiant réalisé par une esthéticienne ou bien par vous même à l'aide d'un gant de crin et notre préparation (une fiche pratique est à votre disposition).

Vous pouvez aussi faire le choix d'un forfait pour bénéficier d'un ensemble de soins durant un temps bien à vous.

Le forfait Chandra permet d'avoir dans votre programme personnel un soin du visage.

Le forfait Dhanvantari inclut en plus une séance de modelage de type Abhyanga, le forfait Kalpavruksha un massage Kansu.

Le forfait Sorya comprend un modelage aux pierres chaudes) et le forfait Kamadhenu un modelage réalisé à l'aide poches chaudes végétales.

Les petites attentions pour que ce temps de détente soit une expérience des plus douces et agréable.... vous avez à disposition une bouteille d'eau et au choix un thé ou quelques saveurs douces indiennes.



Les implantations



LA RUE PHILIPPE DE GIRARD

On peut dire que cette rue traverse le quartier de Paris qui compte le plus de boutiques indiennes : épicerie, restaurants, vêtements, agences de voyages ... ici, la clientèle naturelle des natifs et originaires de l'Inde peut trouver tout ce qui lui permet de garder un lien avec sa culture. Rénové en 2014, l'institut est ouvert tous les jours.



LA RUE DU DOCTEUR GOUJON

Implanté dans un quartier résidentiel du 12ème arrondissement, ici la clientèle recherche ce qu'elle a découvert lors de ses voyages en Inde ou plus simplement à Londres. Le centre de beauté indien a ici toutefois une particularité : c'est le premier hammam indien de Paris, et propose des bains de vapeur chargée en épices ayurvédique qui viennent en complément d'une diététique incluant des tisanes purifiantes et équilibrantes. L'établissement se trouve à 200 mètres de Metro : Daumesnil



RUE BALARD

A quelques centaines de mètres du symbole iconique de Paris (La tour Eiffel) une nouvelle enseigne « STELLA PRESTIGE » ouvre ses portes pour les clientes le plus exigeantes, C'est ici que vous trouverez la technologie LPG (Cellu M6) allié avec les soins ayurvédiques pour garder une forme tonique tout au long de l'année.



LE CC EPINAY SUR SEINE

Avec plus de 250 m2 de surface utile l'enseigne « STELLA INDIAN BEAUTY & WELLNESS » donne ses services aux clientes de Seine St Denis en positionnement dans le Centre Commerciale l'Ilo de l'Épinay sur Seine, Equipé d'une salle de Yoga et Fitness, Les clientes sont formées sur la danse de Bollywood et techniques de Méditation ; C'est ici que vous trouverez des personnels qui sont spécialisées dans les techniques de MICRO BLADING & MICRO SHADING.



GUY MOCQUET

Présent depuis six an dans le centre commercial de Carrefour situé dans le 18^{eme} arrondissement de Paris, dans le quartier de porte de Clignancourt, à proximité de la station de métro Guy Môquet, Une large gamme de prestations est proposée pour les incontournables – des soins ayurvédiques aux épilations divers – Un lieu de rendez vous pour les parisiennes à la recherche de service des soins traditionnelle indienne.



LE PASSAGE BRADY

Situé en plein milieu de passage découvert de la capitale typiques de l'architecture parisienne du XIX^{eme} siècle). L'institut Stella Amori Paris est au service d'une clientèle féminine d'origine diverses en apportant une touche originale à la coiffure et à l'épilation des sourcils au fil. C'est ici, au début des années 70, que s'ouvre la première Épicerie indienne ainsi que le premier restaurant populaire indien « Le Pondichéry » (en 1974). Pendant longtemps, l'Inde à Paris, n'a rimé qu'avec le passage Brady.



LA RUE CHATEAU D'EAU

Implanté à côté de la mairie du 10^{eme} arrondissement, ici la clientèle afro orientale à la recherche d'une nouvelle vision de l'inde. Le centre de beauté indien est spécialisé dans les massage ayurvédique et soins de visage. L'établissement se trouve à 100 mètres du Metro : Château D'eau

Activité associative : - Active et disponible pour aider les femmes en détresse de la communauté Indienne de Paris, Elle milite activement pour les droits de femmes auprès de la représentation Indienne à Paris ; Elle est aussi la première vice-présidente de l'association "GOPIO FRANCE METROPOLE" l'association représentant le diaspora Indienne de France.



GOPIO FRANCE METROPOLE : Cérémonie de ravivage de la flamme de la nation en mémoire des soldats indiens qui sont morts pour la France pendant la grande guerre, l'arc de triomphe, Paris le 15/09/2018.



Célébration de la fête des lumières « Diwali » à l'Hôtel de Ville de Paris en compagnie de l'ambassadeur de l'Inde en France.

LIBERATION

MERCREDI 28 JUILLET 2004

BOUT D'ESSAI

Un produit ou un service testé par nos soins

Là où le fil indien passe, les poils trépassent

Se voir proposer une épilation des sourcils à la pince ou à la cire, rien de plus banal. Avec un fil, en revanche, c'est moins courant. Très pratiquée en Asie et au Moyen-Orient, cette méthode, ancestrale, est peu répandue en France. «On l'utilise surtout pour épiler des petites surfaces comme les sourcils, la moustache, et pour éliminer le duvet qui peut recouvrir le visage», explique l'esthéticienne Stella Balmy. A deux reprises, pendant six mois, elle est partie à Madras apprendre la technique. La jeune Indienne se saisit d'une grosse bobine de fil. «C'est un fil spécial épilation que l'on fait venir d'Inde», précise Dass, son mari. Stella va se livrer à un véritable tour de passe-passe. Elle coupe environ 60 centimètres de fil, puis en met une des extrémités entre ses dents, tout en maintenant l'autre bout de la main droite. D'un mouvement de rotation de la main gauche, elle entortille les deux parties du fil. Les préparatifs terminés, l'épilation peut commencer. D'un habile jeu de mains et d'un hochement de la tête, elle attrape les poils dans son fil entortillé. «C'est la partie entremêlée que l'on fait rouler sur la peau qui arrache les poils», explique Dass. Résultat de la débroussailluse: net et précis. Et cela laisse moins de rougeurs que la pince à épiler.

Centre de beauté indien
33, rue Philippe de Girard,
75010 Paris
01 46 07 44 67

Conso. La nouvelle réglementation tire la qualité vers le bas.

Des jus de fruits qui manquent de jus

C'était déjà compliqué. Mais, avec des lunettes et du bon sens, on s'y retrouvait à peu près entre le pur jus de fruit naturel et le truc aux arômes de fruits. Le premier, on l'imaginait sain, presque bio, épating pour la santé, voire la ligne. Le second, chimique et atrocement sucré. Depuis le 12 juillet, date d'entrée en vigueur sur le territoire français d'une directive européenne, l'achat d'un jus de fruit relève de l'enquête policière, version police scientifique. Bruxelles harmonise les standards européens, par le bas, sous la pression des industriels. Il sera plus facile de faire passer un produit transformé pour un vrai jus, et moins aisé de repérer à coup sûr le breuvage le plus naturel possible. A terme, craignent les spécialistes, il existe un réel risque d'arnaque. Plus aucune définition réglementaire ne protège le must, le «pur jus de fruit frais». Il existait jusqu'à présent six catégories de jus de fruits, dont le «100% pur jus de fruits», qui disparaît de la législation, mais pas forcément des emballages. Il n'y en aura légalement plus que trois, même si les producteurs pourront à leur guise rajouter des qualités vraies ou supposées: d'abord le «jus de fruits» pour les jus obtenus par pression, pasteurisés ou non, auxquels on pourra pourtant restituer du sucre, des arômes, des pulpes et des cellules provenant du jus et séparés pendant la transformation... Ensuite, le «jus de fruits à base de concentré», pour celui dont on a ôté l'eau. Enfin, le «jus de fruits reconstitué», qui est reconstitué par ajout de cette eau à l'embouteillage. «A base de concentré» ne devra plus figurer en petit sur le côté, mais en caractères lisibles at-

o b -
tenu
en ajou-
tant de
l'eau et des
sucres (ou du
miel) à des jus,
ou de la purée de
fruits, ou au mélan-
ge des deux. La te-
neur en sucre autorisée
va jusque 20% du poids
total.

Pour les deux premières catégories (jus et à base de concentré), l'ajout de sucre ne pourra dépasser 150g par litre. En dix ans, les ventes de jus de fruits en France sont passées de 600 millions à 1 milliard de litres, dont plus de la moitié pour le seul jus d'orange. L'expur jus provient le plus souvent de contrées lointaines et

Les industriels pourront mettre du sucre dans le «pur jus» et ajouter minéraux de synthèse, vitamines, pulpe et arômes issus du fruit.

ensoleillées et doit être pasteurisé pour rester consommable. Selon Inès Birlouez-Aragon, chercheuse à l'Inra, citée par le magazine *Alternatives Santé*, «ce sucre est modifié, à des degrés variant se-

lon le temps de chauffage et la température, l'équilibre existant entre les molécules naturelles». La pasteurisation ajoutée au

vieillessement du jus entraîne alors la perte de près de la moitié des vitamines C. Avec la nouvelle réglementation, les industriels pourront non seulement ajouter du sucre dans le «pur jus» mais aussi adjoindre vitamines, minéraux de synthèse et arômes au fruit. Sans que le consom-



Verre d'orange. Il y a désormais deux catégories de jus au lieu d'une.

mateur connaît puisque la réglementation n'oblige pas le fabricant à le mentionner. Selon la marque, les attentes supposées des consommateurs (les enfants notamment) pourront le rendre plus acide, tendre, et moins sucré. L'Unijus (Union interprofessionnelle des jus de fruits) a obtenu de pouvoir conserver son label «100% pur jus» désormais sans valeur légale. L'assurance que ses adhérents tiendront aux anciens standards. Comme on dit à l'heure des promesses n'engageant pas ceux qui y croient. Après lecture attentive des pages consacrées au

Moins rassiant qu'un fruit frais

La composition nutritionnelle d'un jus est différente de celle

COSMOPOLITAN

SEPTEMBRE 2007

1,80€
PRIX SPÉCIAL ÉTÉ

MON CV SEXUEL
3 femmes nous disent tout sans tabous

À l'abordage ! Il me plaît ? Je fais le premier pas !

MAXI-TEST
Je fais le bilan et je reprends MA VIE EN MAIN + là, je suis fière de moi !

AVANT-PREMIERE MODE ET BEAUTÉ
184 idées que vous allez adorer

Astro
Connaissez-vous votre signe indien ?

Jessica Biel
"Je ne suis pas que sexy !"

Amour et débat C'est quoi, être fidèle aujourd'hui ?

T 01413 406 - F: 1.80 €

www.cosmopolitan.fr

ELU MAGAZINE FEMMIN

JE BOUGE

1. Au **Madras Café**, les yeux en regardant la nourriture, le goût de la cuisine indienne. **2.** Cours de danse. **3.** Massage ayurvédique. **4.** Centre de beauté indienne. **5.** Centre de beauté indienne. **6.** Centre de beauté indienne. **7.** Centre de beauté indienne.

Préface 463
L'agence globale spécialisée dans le bien-être et la beauté indienne... accueille avec le sourire. Séances de remise en beauté grâce à des produits naturels à base de plantes et des techniques typiquement indiennes, de l'épilation des sourcils au fil, 7 €, au massage ayurvédique, à partir de 25 €. Les «mehendi», dessins au henné sur les mains et les pieds, sont proposés à partir de 10 €. **Centre de beauté indienne**, 33, rue Philippe-de-Girard, Paris 10, tél. 01 46 07 44 67.

«Ori Nama Shikha»
Nourriture plus de 5 ans qui pour un temple... **Centre de beauté indienne**, 33, rue Philippe-de-Girard, Paris 10, tél. 01 46 07 44 67.

Minute beauté
La sublime ambassadrice de l'Oréal, Aishwarya Rai, est la référence ultime de la beauté indienne. L'imiter ? Filiez au Centre de beauté indienne, où Stella et son équipe vous

188 COSMOPOLITAN septembre 2007

BIBA

Prix mini ! 1,50€

1,80€

Junin 2007

ALLÉGEZ VOUS LA VIE!
Comment éliminer tout ce qui vous pèse

Vivre avec un séducteur (et le mater)

AVORTEMENT Pour quoi le combat n'est pas terminé

Spécial maillots

50 pages de shopping et de conseils morpho

Epilation au fil
Pour éradiquer un duvet important et diffus sur le visage, rien de tel que cette méthode. Une technique spectaculaire, venue d'Inde, encore confidentielle en France, ultra efficace. Armée d'un long fil, avec une extrémité entortillée autour des doigts et l'autre entre ses dents, l'experte arrache les poils par rangée.

Centre de Beauté indien, 33, Rue Philippe de Girard, Paris 10^e, tél./fax 01 46 07 44 67 ou 06 62 60 09 02, www.beauteindienne.com.

Le sac à Moss? Prenez-le!

TROTTOIR Là, j'ai fait de grosse boulette

Je servir... u bien sentir

T 04229 - 328 - F: 1.50 €

beauté épilation à la carte

Je m'épile en institut

Pas patiente, pas manuelle ? Allez voir des pros : ils peuvent atteindre des endroits inaccessibles pour vous comme l'arcade sourcilière et on vous poussez retourner au bureau l'air de rien. 21 € chez Sephora, 0 892 70 70 70.

Cire traditionnelle
- Jambes, aisselles, maillot
Tous les instituts proposent l'épilation à la cire rose, étalée tiède en boudes qu'on arrache ensuite. Le résultat est parfait et l'opération à renouveler toutes les trois semaines environ.

Instituts Body Minute. Efficaces et bon marché, ils reçoivent sans rendez-vous et utilisent une cire tiède jetable. Entre 8 et 15 €, et 3,80 € avec abonnement (01 53 30 71 10 ou www.bodyminute.com).

Yve H. Aler. Même procédé, de 10 à 17 € selon la zone, forfait demi-jambes-maillot-aisselles à 53 €.

Sourcils
L'esthéticienne débrousaille avec la cire et affine la ligne à la pince.

Brow Bar Benefit. Avec ou sans rendez-vous, en 15 minutes chrono, on vous redessine l'arcade sourcilière et on maquille les rougeurs pour que vous puissiez retourner au bureau l'air de rien. 21 € chez Sephora, 0 892 70 70 70.

Cire orientale au sucre
Cette technique ancestrale se pratique dans les instituts orientaux ou les hammams. La préparation à base de sucre, de citron, et d'eau donne une pâte très souple qui s'étale à froid. Alors que la cire traditionnelle décoche le poil, cette version orientale le déroule pour l'arracher avec le bulbe. Du coup, les poils poussent plus fins et plus lentement. Et, au passage, le sucre gomme, laissant une peau de bébé.

Une technique parfaite pour toutes les zones, y compris le visage. Comptez 15 à 20 € pour le maillot ou les aisselles, 20 à 30 € pour les demi-jambes.

Car-Lotta, 16, avenue Hoche, Paris 8^e, 1 42 89 42 89 et 15, rue de Sablonville, 92200 Neuilly, 01 47 47 12 12.

Les Bains du Marais, 31-33, rue des Blancs-Manteaux, Paris 4^e, 01 44 61 02 02.

La Sultane de Saba, 8 bis, rue Bachaumont, Paris 2^e, 01 40 41 90 95 et 8, rue Boissière, Paris 16^e, 01 45 00 00 40.

Et en province : **Charme d'Orient**. Ces instituts parisiens forment de nombreuses esthéticiennes dans toute la France. Pour connaître l'adresse la plus proche de chez vous : 01 60 37 84 67.

Spa des Cinq Mondes. Il propose l'épilation orientale dans ses instituts de Paris, Lyon (49, rue Auguste Comte, 04 78 42 07 07) et Nantes (4, rue Anzoin, 02 40 73 05 24).

Epilation au fil
Pour éradiquer un duvet important et diffus sur le visage, rien de tel que cette méthode. Une technique spectaculaire, venue d'Inde, encore confidentielle en France, ultra efficace. Armée d'un long fil, avec une extrémité entortillée autour des doigts et l'autre entre ses dents, l'experte arrache les poils par rangée.

Centre de Beauté indien, 33, Rue Philippe de Girard, Paris 10^e, tél./fax 01 46 07 44 67 ou 06 62 60 09 02, www.beauteindienne.com.

Laser, du définitif
Une solution radicale pour celles qui veulent échapper à la crise et ne plus jamais être prives de court. Déjà intégrés au niveau du bulbe par la lumière du laser dernier cri, l'Alexandrite 755NM (NM pour nanomètre, sa fréquence), les poils ne pointeront plus jamais. Pour le premier rendez-vous, on arrive rasé du jour, et on repart avec 13 à 20 % des poils anciens. Il faudra donc revenir cinq ou six fois, espacées d'au moins trois semaines pour tout éradiquer. Compter par séance environ 200 € pour les demi-jambes et 150 € pour le maillot. Cher ? Oui, mais c'est un investissement rentable et un vrai gain de temps à long terme. On le découvre juste à celles qui ont la peau bronzée et celles qui sont enceintes. Si vous avez des poils trop clairs ou une peau trop foncée, on vous orientera vers l'épilation par électrolyse, une peu plus fastidieuse mais tout aussi efficace.

L'Atelier médical, 61, rue des Petits-Champs, Paris 1^{er}, 01 46 20 20 20, www.esthe.doc.com.

STOP À LA REPOUSSE!
Des gels, huiles, laits hydratants... Si vous vous demandez ce qu'on peut attendre de tous ces produits qui promettent de ralentir la repousse du poil, sachez qu'ils agissent à peu près tous de la même façon. Un actif travaille au niveau du bulbe pileux pour freiner la croissance du poil et l'affaiblir. Résultat, pas de miracle, mais la perspective de retarder d'une semaine environ sa prochaine épilation.

Depil Plus Mary Cohr (1), 8 €. Des extraits de papayer et de citron agissent en synergie.

Unidoses Haute Concentration Définitif (2), Esthédorm, 35,40 € les 3. Appliquez quelques gouttes juste après l'épilation, puis recommencez la semaine suivante.

Lait Hydratant Soyale Epi Control (3), Roc, 6 €. Aux extraits de soja actif.

Deo Bille Dermo Renov (4) de Maria, à 8 €. Sans alcool et spécialement formulé pour apaiser les peaux fragilisées par l'épilation.

164 BIBA

Le Magazine de la Femme Maghrébine

Gazelle

Septembre-Octobre

NUMERO 11
2,50 €

BELLE PENDANT LE RAMADAN

HALTE AUX GHETTOS!

BOOSTEZ VOTRE NIVEAU DE LANGUE ARABE

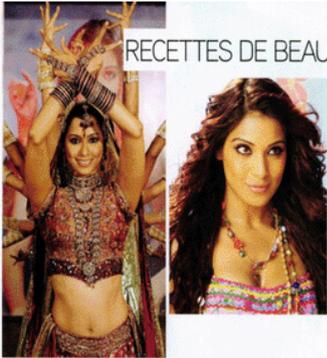
MODE UN AUTOMNE À PARIS

FEMMES DU MAGHREB EN ROUTE VERS L'EMANCIPATION

DOSSIER RAMADAN

M 05955-11-F-2,50 €-R0

RECETTES DE BEAUTÉ indienne



message quotidien pendant 40 jours après l'accouchement. Dans les zones rurales, la séance de massage est familiale et hebdomadaire. Les enfants apprennent très jeunes à masser leurs aînés. En Inde, le massage est aussi naturel que l'alimentation ou la respiration. Il fait partie d'un art de vivre empreint de douceur et de sensualité. Le massage ayurvédique se compose de tapotements, de frictions, de pétrissages et de pressions sur des points précis, comme dans les massages asiatiques. Il est une expérience riche en effets et en émotions. La peau est lissée, les sens harmonisés, enjôlé, l'esprit libéré, les tensions envolées, l'âme choyée... fleurs et de plantes médicinales.

LES RECETTES MAISON

Masque purifiant aux pois chiches
Dans un bol, mélangez deux cuillerées de farine de pois chiche (vendue toute prête dans les épiceries indiennes) avec le jus d'un demi-citron et une cuillerée à soupe de yaourt frais, jusqu'à obtenir une pâte semi-liquide. Appliquez la préparation sur le visage et laissez sécher vingt minutes. Quand le masque durcit et commence à tirer sur la peau, rincez à l'eau tiède. L'action purifiante de ce masque est comparable à celle de fargile blanche.

Masque éclat au curcuma
En Inde, cette poudre orange appelée turmeric, ou haldi, est toujours utilisée avant toutes les grandes cérémonies religieuses. Dans un bol, mélangez une cuillerée à soupe de poudre de curcuma avec de la crème fraîche entière et épaisse. Appliquez la pâte légèrement épaisse sur le visage, les bras, les sens et les jambes. Laissez sécher pendant vingt minutes. Rincez-vous à l'eau tiède sous la douche. Résultat : votre épiderme est lumineux et très légèrement doré. Ce soin est tout particulièrement recommandé pour raviver l'éclat des peaux mates.

Masque raffermissant au jasmin et à la menthe
Faites tremper quelques feuilles de menthe fraîche et une poignée de pétales de jasmin dans un bol d'eau minérale pendant toute une nuit (les fleurs doivent juste recouvrir les feuilles). Le lendemain matin, écrasez le tout dans un petit mortier, puis appliquez sur votre visage pendant 30 minutes. Rincez ensuite à l'eau fraîche. Ce masque tonifiant est également souvent utilisé par les Indiennes pour son action rafraîchissante. N.D.

L'épilation au fil vient à bout des poils courts
Pour agrandir leur regard les indiennes pratiquent l'épilation au fil, très étonnante. L'esthéticienne place une extrémité du fil entre ses dents, le reste est tourné douze fois entre les doigts afin d'obtenir une petite chaînette. Puis, la chaînette est appliquée sur la peau et d'un mouvement sec de la tête, elle arrache les poils un à un. Avec cette technique indienne même les poils les plus courts sont enlevés sans se casser.

Le massage traditionnel indien
Le massage traditionnel de l'Inde est sans conteste l'aîné des massages relaxants à l'huile. Il fait partie de l'importante panoplie de soins de cette science antique qu'est la médecine indienne ou ayurvédique (ayurveda signifie science de la longévité). Dans les plus anciens textes sacrés, les Védas, en mentionnant déjà les bienfaits, le massage est toujours un principe extrêmement présent dans la culture indienne. Les femmes indiennes le pratiquent quotidiennement dès la naissance sur leurs enfants jusqu'à l'âge de trois ans. Elles bénéficient elles-mêmes d'un

CARNET D'ADRESSES
- Pour une épilation au fil, un mehendi, ou un massage relaxant aux huiles ayurvédiques : RDV avec Stella Vaimy au Centre de beauté indien 27/33 rue Philippe de Girard 75010 Paris M° La Chapelle 01 46 07 44 67

www.femmeactuelle.fr N° 1206 Hebdomadaire du 5 au 11 novembre 2007 1 € 30

Femme Actuelle

Le magazine le plus lu en France!

Beauté SOINS EXOTIQUES ET RITUELS SENSUELS

Mode CABAN, MANTEAU, ON VA AVOIR CHAUD

QUAND JOHNNY CHANTE LE BLUES... ...un album tout simplement superbe

Déco Nos classiques aiment les couleurs pep's

SPECIAL NA Balade shopping sur les pas Saint-Nicolas

***Épilation au fil : pour un arc de sourcil parfait, l'esthéticienne entortille un fil de coton entre ses doigts et ses dents. Elle arrache les poils d'un mouvement sec de la tête. Beauté Indienne, 33, rue Philippe-de-Girard, 75010 Paris. Tél : 01 46 07 44 67.**

beauté

Initiation au bindi

● Littéralement cela signifie goutte, et cette petite pastille se pose juste entre les yeux car elle symbolise le troisième œil, signe de la sagesse suprême. Le bindi a son langage : placé sur le front d'une jeune fille, il est supposé ensorceler son fiancé de couleur rouge, il indique que le cœur de celle qui le porte n'est plus à prendre. N'hésitez pas à détourner ce bijou de peau en le plaçant sur le décolleté, les oreilles ou le poignet.

Une parure de fille avec ces bijoux traditionnels. Bindi (RSC de 6 à 9 € sur www.pacti.com)

Cheveux de soie et de cachemire

● Le secret des longues chevelures de jais brillantes des Indiennes tient à l'huile de coco dont elles enduisent les longueurs avant de les tresser. Très riche en acides gras essentiels, cet onguent pénètre en profondeur. Les plus coquettes piquent une fleur de jasmin pour ajouter une touche parfumée.

COMMENT FAIRE ?
Enduisez votre chevelure le soir avant de vous coucher (sans oublier de protéger votre oreiller) et procédez au shampoing le lendemain matin. Ce traitement est réservé aux cheveux épais et déshydratés.

Esprit Bollywood

● **Épilation au fil :** pour un arc de sourcil parfait, l'esthéticienne entortille un fil de coton entre ses doigts et ses dents. Elle arrache les poils d'un mouvement sec de la tête. Beauté Indienne, 33, rue Philippe-de-Girard, 75010 Paris. Tél : 01 46 07 44 67.

● **Maquillage envoûtant :** intensifiez la paupière supérieure d'un trait de kohl, un baume noir proche du khol. Sur la bouche, retrouvez la tonalité de la fleur d'hibiscus, traditionnellement utilisée pour colorer les lèvres et les joues.

1. **ROSE A JOURS** Beauté du Monde, Terre d'OC pour Nature & Découvertes, 16,95 €
2. **ROUGE À LÈVRES** Nature & Découvertes, 25 €
3. **BRILLANT À LÈVRES** Beauté du Monde, Terre d'OC pour Nature & Découvertes, 16,95 €
4. **KHOÏL** Temococa Poudre Libre Guerlain, 28 €

Une touche de glamour grâce au petit boudou pouille-beurre posé sur le front.

LA Beauté est présentée grâce aux huiles nourrissantes

PARIS-INDIA Herbal Hair Oil Dayna, au Prix temps, 35 € le flacon de 100 ml

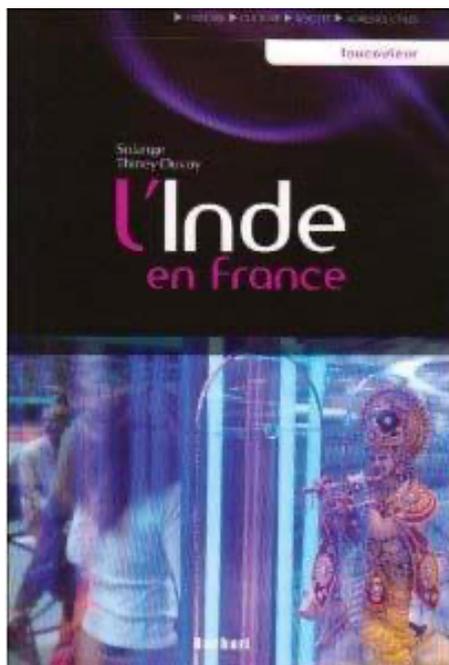


C'est au programme – France 2

Stella est invitée sur le plateau de France 2 dans l'émission « C'est au programme » de Sophie Davant. Elle y fait une démonstration pour la première fois à la télévision française de la technique de l'épilation au fil.

[Lien vidéo Youtube](#)

L'Inde en France



Stella Centre de Beauté indien vous conseille la découverte du livre écrit par **Solange Thiney-Duvoy** «L'Inde en France» aux Editions Bachari (www.editionsbachari.com). Bien documenté et illustré, vous pourrez y retrouver de nombreuses informations sur la famille Pounnoussamy, ainsi que des photos de autour de la beauté indienne.

Quatre cents ans après l'établissement des premiers Comptoirs, à son tour l'Inde a installé ses quartiers dans l'hexagone. En trente ans, l'Île de France s'est doucement indianisée. L'Inde en France, vous éclairera sur ces multiples visages qui forment et donnent vie à cette présence indienne

à travers son histoire, les expressions de sa culture millénaire toujours en mouvement, ses réalités sociales et économiques, ses lieux typiques ou d'influence. Là où se perpétuent et se renouvellent les traditions de toutes ces communautés: aux temples, lors de fêtes religieuses, autour d'un plat au restaurant, lors de manifestations culturelles, au cinéma, en instituts de massages, centre de Yoga et d'Ayurveda, et à travers aussi des rencontres inattendues.



Sites de communication : - <http://www.beauteindienne.com>

- <https://indyrestaurant.fr/>

- <https://www.facebook.com/gopiofrancemetropole/>

