





Spécial *beauté*

ANAÏS DEMOUSTIER LE FÉMININ SENSIBLE

SOYONS TENDRES AVEC NOUS-MÊME EN MISANT
SUR DES SOINS, DES PARFUMS OU DU MAKE-UP
QUI APAISENT, PROTÈGENT, RASSURENT. ON S'INSPIRE
DE NOTRE HÉROÏNE, ANAÏS DEMOUSTIER, MAQUILLÉE
À LA FAÇON DE TWIGGY, MANNEQUIN DES ANNÉES 1960,
ET QUI, AU FIL DES PAGES, LAISSE ÉCLATER
SA BELLE NATURE.

PAR MARION GÉLIOT ET MARION LOUIS / PHOTOS DANIEL THOMAS SMITH / RÉALISATION JULIE GILLET



L'ESPRIT SIXTIES

Maquillage Chanel par
Christophe Danchaud avec :
Soin Hydra Beauty Camellia
Glow Concentrate et Hydra
Beauty Camellia Water Cream.
Teint Ultra Le Teint Fluide B30,
Joues Contraste Ombre, Stylo
Ombre et Contour Marron, Stylo
Yeux Waterproof Noir Intense,
Mascara Le Volume Noir Intense,
et Rouge Coco Flash Down.
Sous-pull et pull, Prada.



**LE CHIC
INTEMPOREL**

Vernis Rouge H et Orange
Boîte, Hermès. Eau de Parfum
Slogan, Courrèges.
Limes et Base Email, Hermès.



EYE STRIP-TEASE

Maquillage Chanel par
Christophe Danchaud avec :
Soin Hydra Beauty Camellia Glow
Concentrate et Hydra Beauty
Camellia Water Cream, Teint
Ultra Le Teint Fluide B30, Joues
Contraste Ombre, Stylo Ombre
et Contour Marron, Stylo Yeux
Waterproof Noir Intense,
Mascara Le Volume Noir Intense,
et Rouge Coco Flash Down,
Sous-pull Prada.

PHOTOS DANIEL THOMAS SMITH





**OBJECTIF
TEINT CLAIR**

Se démaquiller en douceur
avec une huile végétale qui
dissout les fards sans agresser.
Maquillage Chanel par
Christophe Danchaud.

PHOTO DANIEL THOMAS SMITH



**UNE PEAU
QUI RESPIRE
LA SANTÉ**

Maquillage Chanel par
Christophe Danchaud avec :
Soin Hydra Beauty Camellia
Glow Concentrate et Hydra
Beauty Camellia Water Cream,
Teint Ultra Le Teint Fluide B30,
Joues Contraste Ombre, Stylo
Ombre et Contour Marron, Stylo
Yeux Waterproof Noir Intense,
Mascara Le Volume Noir Intense,
et Rouge Coco Flash Dawn.
Coiffure Olivier Lebrun. Manucure
Sueva Foltzer.
Soutien-gorge, Eres.





ANAÏS DEMOUSTIER UNE VRAIE NATURE

POUR NOUS, L'ACTRICE CÉSARISÉE S'EST PRÊTÉE AU JEU DES MÉTAMORPHOSES ET NOUS RÉVÈLE DES FACETTES INATTENDUES.



ENTRE LES ACTRICES ET LE SHOOTING BEAUTÉ, ce n'est pas toujours l'amour fou... Sauf quand celui-ci prend des airs de plateau de cinéma. Anaïs Demoustier a ainsi eu beaucoup de plaisir à se glisser dans la peau de Twiggy, icône des années 1960. « J'aime voyager à travers les époques et j'apprécie de plus en plus les films qui s'éloignent de la réalité et se décalent du naturalisme. Cela offre une liberté dans le jeu qui est extrêmement ludique », dit-elle. Celle qui a démarré chez Michael Haneke à 13 ans

s'autorise désormais à jouer dans des comédies, assouvissant son envie de rôles décalés chez Quentin Dupieux (*Incroyable mais vrai*) ou dans l'univers loufoque d'Antonin Peretjatko, (*La Pièce rapportée*, sortie le 1^{er} décembre). Pour contrebalancer ces multiples changements d'apparence, elle a choisi de jouer au quotidien la carte de la simplicité et du naturel. À 34 ans, la pétillante brunette (Anaïs Demoustier n'a été rousse que pour un film) assume son allure *no make up*, son style boyish parisien, et a fini par accepter ses tâches de rousseur. Une fraîcheur, une énergie et une authenticité qui continueront d'emmener l'actrice vers de nombreuses autres transformations.

« J'ai une puissance insoupçonnée »

« JE SUIS TOUJOURS ENTHOUSIASTE à l'idée de chanter dans un film, comme je l'ai fait pour *Chère Léa*, de Jérôme Bonnell. Mon rêve serait d'ailleurs de jouer dans une comédie musicale. J'ai commencé le chant, enfant, pour soigner un nodule sur mes cordes vocales et j'ai découvert que j'avais une grande puissance vocale. Malgré ma silhouette menue, j'ai apparemment la voix d'une femme corpulente, et mon coffre est devenu une sorte d'appui dans la vie. C'est très agréable d'éprouver une puissance insoupçonnée ! Je trouve le chant libérateur, et si je me lançais dans la création d'un album, j'aimerais écrire les chansons moi-même. Cela ne m'intéresserait pas d'être une interprète, parce que cela me renverrait à la même place que celle d'actrice. Si je fais de la musique, j'aimerais être plus impliquée. »

« Je suis hypersensible, mais pas fragile »

« QUAND J'ÉTAIS PETITE, mes parents ont été convoqués parce que je pleurais à chaudes larmes lorsqu'un camarade se faisait gronder... ! Je détestais le conflit, et cette empathie ne m'a jamais quittée. J'ai une sensibilité importante qui est, selon moi, essentielle au métier d'acteur, mais »



« Je suis addict aux produits naturels »

je ne voudrais pas qu'on se trompe sur l'hypersensibilité, qui laisse entendre qu'on est un peu fragile, à fleur de peau. Au contraire, je me sens forte, et ce qui m'intéresse le plus dans le cinéma, c'est la nature humaine, le comportement des gens. Cela me rend très observatrice. »

« Je ne suis plus une gamine »

« J'AI GRANDI au sein d'une famille dans laquelle je ne faisais pas de vagues ; j'étais bien élevée et je n'allais pas au conflit. En vieillissant, j'assume plus facilement mes choix et mes opinions. Je sais que certaines colères sont saines, que certains conflits doivent avoir lieu, et qu'opposer son point de vue à d'autres n'est pas forcément mauvais. Je peux donc m'énervier si je n'ai pas le droit de m'exprimer. Le fait d'être infantilisée peut également me mettre en colère. Comme j'ai commencé ce métier très jeune, certains ont la sensation que je suis encore la gamine qu'ils ont connue. Tout comme dans ma vie personnelle, je ne supporte pas de ne pas être considérée comme une femme. J'ai 34 ans, je suis maman, je n'ai plus besoin qu'on m'explique les choses. »

« J'étais la bonne copine sportive »

« COMME J'AI TOUJOURS FAIT plus jeune que mon âge, j'ai vite compris que je n'entrerais pas dans la case des "jolies filles", mais plutôt dans celle de la bonne copine sportive. Je faisais beaucoup de tennis, de la danse, je ne jouais pas de ma féminité. Aujourd'hui encore, je n'ai pas vraiment le réflexe de porter des talons au quotidien. Je m'autorise à jouer la carte du masculin féminin, j'adore le style de Diane Keaton dans les films de Woody Allen, par exemple. Sur tapis rouge, j'essaie de rester le plus proche de ma personnalité. Sachant que l'exercice du photocall n'est pas naturel, j'essaie de remplir cette mission en trouvant un look qui me ressemble. J'essaie de ne pas me perdre dans des codes, mais plutôt de cultiver mon style, ma singularité. »

« COMME J'AI APPRIS à me maquiller sur les plateaux de tournage, j'ai gardé toutes les petites astuces des pros. J'ai, par exemple, appris qu'il fallait toujours estomper, flouter les traits sur les yeux. J'ai hérité du côté très pur de ma mère (elle a la même crème visage depuis toujours, et une hygiène de vie irréprochable) et suis devenue une vraie addict aux produits naturels. Mes sœurs et mes amis se moquent de moi sur ce sujet-là ! Je fais de la réflexologie plantaire et de l'acupuncture pour rééquilibrer et réharmoniser mon corps, qui emmagasine beaucoup. Nous, les acteurs, vivons des mouvements énergétiques forts, liés aux changements de personnages, et je trouve essentiel de revenir à moi quand j'en ai besoin. Cela passe aussi par le sport : je cours, je me suis remise au tennis et je fais du Pilates avec une prof du Studio M, qui a inventé une méthode avec des machines appelées Garuda. Et je m'offre épisodiquement des massages, de préférence toniques, chez Ban Thai à Paris. »

« Neymar est physiquement mon idole »

« QUAND J'ÉVOQUE la beauté pure chez les actrices, je pense à Penélope Cruz, Marine Vauth et Golshifteh Farahani. Des femmes opposées à ce que je suis (rires) ! Ce sont des beautés puissantes, avec des caractères, qui mettent tout le monde d'accord. Je réalise que les femmes que je trouve belles ont quelque chose de sauvage, presque d'animal en elles. Côté hommes, je suis assez ringarde et reste bloquée sur Leonardo DiCaprio dans *Titanic*. Malgré sa candeur et sa fraîcheur dans le film, on sentait une grande virilité chez lui. Sinon, je dirais que le tennisman Stéfanos Tsitsipás est un apollon ; une statue grecque qu'on pourrait exposer dans Rome. Et, dans un genre différent, j'associe Neymar à un léopard. Je le trouve sublime, et il est physiquement mon idole. Je ne me mets tellement pas dans ce genre de catégorie que je les regarde un peu comme si j'étais au musée... ! » ➤

Anais Demoustier joue dans « La Pièce rapportée », d'Antonin Peretjatko (sortie le 1^{er} décembre), et dans « Chère Léa », de Jérôme Bonnell (sortie le 15 décembre).



LES GLAMOURS D'ANAÏS

Palette Secret Camouflage, Laura Mercier. Le Smoky de Christophe Danchaud pour Absolution. Baume Confort Extrême Lèvres, Sisley. Crayon Yeux Gris, Nars. Energizing Shampoo, Davines. Stylo Ombre et Contour, Chanel. Eau de Parfum, La Vierge de Fer, Serge Lutens.



LA FORCE DES ÉMOTIONS

ET SI NOS FRAGILITÉS ÉTAIENT UNE CHANCE ?

VOUS NE SUPPORTEZ PAS LE BRUIT ? Un rien vous fait fondre en larmes ou exploser ? Votre esprit n'est jamais en repos ? Vous avez besoin de vous isoler frémement ? Vous vous sentez en décalage permanent avec les autres ? Tout vous touche trop ? Avant, vous étiez écorchée vive, nerveuse, émotive, susceptible, introvertie, anxieuse, voire hypocondriaque ou simplement originale. Une petite chose fragile au pays des warriors. Maintenant, il se pourrait que vous soyez tout simplement hypersensible, comme 20 à 30 % de la population. Et si l'on en croit les spécialistes, cette vulnérabilité peut être une sacrée force.

TOUTES ANTENNES DEHORS

« LONGTEMPS, la sensibilité était considérée comme une faiblesse, confirme Lucille Gauthier, de l'agence de tendances Peclers. Avec l'essor du développement personnel et les différentes crises, tout a changé. On a perdu nos repères, alors on se réfugie à l'intérieur de soi, on explore ses émotions et on les accepte. » Ce que confirme le psychanalyste Saverio Tomasella, auteur d'*Hypersensibles. Trop sensibles pour être heureux ?* (Éditions Eyrolles.) « Il y a un mouvement de fond depuis trente ans en faveur de la sensibilité, y compris chez les garçons. Une réponse à la société de plus en plus technique, virtuelle, qui génère beaucoup de stress et d'angoisse. » En fait, il n'y a qu'en France qu'on parle d'hypersensibilité. Dans les pays anglo-saxons, on parle de sensibilité élevée ou de haute sensibilité. Et c'est devenu LE sujet à la mode. Dans le sillage de la psychologue américaine, Elaine N. Aron, on voit fleurir sur le Net les questionnaires pour se tester. Dans

son podcast *Métamorphose*, Anne Ghesquière a consacré plusieurs épisodes à la vulnérabilité en compagnie de la psychologue Camille Sfez. Et le philosophe Fabrice Midal, auteur de *Suis-je Hypersensible ?* (Éditions Flammarion), s'apprête à publier un cahier pratique sur le thème*. Même si certains tentent de mesurer les récepteurs d'émotion par IRM, force est de constater que ce n'est pas une pathologie et qu'il y a autant d'hypersensibles que d'individus. Pourquoi certains ressentent tout plus fort, les émotions ou les stimuli sensoriels, le bruit, la lumière, les odeurs, les saveurs, les ondes, la météo, la douleur ? Mystère, mais cela n'a rien à voir avec la sensiblerie, l'âge ou le sexe. Pour Fabrice Midal, l'hypersensibilité est même de l'or qui rend aussi plus créatif, plus intuitif, plus artiste, plus connecté. D'aucuns parlent même de « graines d'étoiles ». De là à les considérer surdoués, voilà un raccourci que Saverio Tomasella refuse d'emprunter. Pour lui, la sensibilité est bonne, positive, humaine... Tant qu'elle ne fait pas souffrir. « Les personnes qui ne vont pas bien s'agrippent à ce discours qui les met en valeur, tempère-t-il. Un prétexte pour ne pas explorer sa difficulté qui, à terme, peut mener à une impasse. Dès que cette sensibilité exacerbée coupe de ses potentialités professionnelles ou sociales, empêche d'avoir une relation amoureuse ou qu'on se replie sur soi-même, il vaut quand même mieux envisager une thérapie. »

LAISSER PARLER LE CORPS

L'HYPERSENSIBILITÉ peut s'apprivoiser. « On préconise aujourd'hui de vivre ses émotions plutôt que de les verbaliser, poursuit Saverio Tomasella, car plus on lutte contre elles, plus on les renforce. Le système nerveux a besoin d'environ deux minutes pour traiter une émotion. Il faut donc lui laisser le temps de faire son chemin dans le corps. » Ses conseils : on l'accueille, on ferme les yeux, on fait une minipause, on prend conscience de ce qui se passe (mains moites, tremblements, gorge serrée, fourmillements, ventre en vrac...). Normalement, ça passe. Sinon, on met le corps en mouvement. On marche, on bouge les bras, la tête lentement de gauche à droite et inversement en balayant tout du regard. Cela mobilise la nuque, qui contient tout un réseau de nerfs (dont le fameux nerf vague, qui gère moult organes et permet de rééquilibrer le système parasympathique). Selon notre expert, les hyperémotives ont aussi tout intérêt à diminuer leur portion de sucre blanc, surtout le matin et le soir.

* « *Suis-je hypersensible ? 40 situations. 40 solutions* », de Fabrice Midal, Éditions Flammarion.



DOUCES NOTES

Eau de Parfum Naturelle, Chloé, Eau de Parfum Invisible Touch, La Perla, Eau de Parfum Fleur de Peau, Diptyque, Eau de Parfum Poudre de Musc Intense, Nicolai, L'Eau qui Enlace, Til.



VOLUPTUEUX
Le Baume
Démaquillant,
Dior Prestige.

RÉPARATRICE
Huile Restructurante
Calm-Essentiel,
Clarins.

RESPECTUEUX
Radiance Mask
Superkind,
Tata Harper.

RÉÉQUILIBRANTE
Crème Légère
Dermatologique
Biology, A-Derma.

CULTE
Émulsion
Écologique, édition
limitée 2021, Sisley.

LA PAIX RETROUVÉE

POUR APAISER LES PEAUX ROUGES, chaque marque a sa stratégie. Chez Avène, on diminue à fond les conservateurs grâce à la cosmétique stérile et un actif postbiotique breveté extrait de l'eau thermale, à l'œuvre dans Tolérance Control. A-Derma câline les plus fragiles depuis toujours grâce à l'avoine Rhealba, de plus en plus écofriendly. Pionnière du clean et inchangée depuis sa création, L'Émulsion Écologique de Sisley a mis sa nouvelle robe, dessinée par l'artiste Elzbieta Radziwill. Clarins soulage les grandes intolérantes avec sa nouvelle gamme Calm-Essentiel et son nouvel actif ultra-apaisant et protecteur issu de la sauge sclarée. Superkind (Super doux), la ligne de Tata Harper porte bien son nom. Ses vingt-huit ingrédients luttent tous contre le stress cutané. Dior neutralise l'inflammation silencieuse, source de bien des ennuis, avec la rose de Granville. Dans la somptueuse gamme Dior Prestige, nulle épine, que du velours.





À FLEUR DE PEAU

ATTENTION, FRAGILE : QUAND LE VISAGE S'ENFLAMME, ON CALME LE JEU.

IL Y A L'ÉMOTIVE QUI PIQUE UN FARD à la moindre occasion, la susceptible qui s'irrite au premier coup de vent, l'intolérante qui ne supporte rien, la diaphane que le froid et le chaud mettent en ébullition, la délicate qu'un verre de vin ou un plat épicé transforme en lumignon, la kamikaze de la cosméto qui traite sa peau par-dessus la jambe et s'en mord les doigts, la quarantenaire rougissante que les hormones chamboulent, l'ado qui croit tout ce que disent les tutos et prend son visage pour du carrelage... Dans la famille peau sensible, il y a mille et un visages, mille et un dommages. De fait, 60 % des femmes et 50 % des hommes s'en plaignent et si l'on en croit les dermatos, le phénomène ne cesse d'augmenter.

LES MALHEURS DE PEAU D'ÂME

« LES PEAUX SENSIBLES peuvent être sèches, grasses, mixtes ou normales, et il ne faut pas les confondre avec les peaux allergiques ou atopiques. Elles désignent juste l'apparition de sensations désagréables en réponse à des stimuli normaux », précise le Pr Laurent Misery, professeur de dermatologie au CHU de Brest et directeur du laboratoire de neurosciences*. Et de rappeler l'étroite relation entre peau et cerveau, qui ne faisaient qu'un au début notre vie intra-utérine. Depuis, les deux ne cessent de dialoguer avec des substances chimiques et des hormones via le système sanguin. Nos soucis viendraient donc d'une hyperactivité du système nerveux cutané, soit pour des raisons innées, soit le plus souvent à cause de l'environnement et du style de vie : climatisation, soleil, pollution, lumière bleue, cosmétiques inadaptés... Tout ce qui agresse la barrière cutanée amplifie le phénomène. Sans oublier le stress et le microbiote. Il a été montré que les peaux sensibles sont plus fréquentes chez celles ayant un côlon irritable ou une toux chronique. Elles s'aggravent avec la fatigue, la consommation de tabac et les troubles du sommeil.

HALTE AU FEU

LA MEILLEURE FAÇON DE TRAITER UNE PEAU SENSIBLE ? La douceur et la simplicité. On privilégie les marques spécialisées de parapharmacie, comme Avène, La Roche-Posay, Bioderma, A-Derma, SVR... Mais plus seulement : aujourd'hui, tout le monde prend en compte le problème. On choisit juste des soins formulés avec le moins d'ingrédients possible et enrichis d'actifs apaisants, comme les pré et postbiotiques qui rééquilibrent la flore cutanée. Surtout, on nettoie sa peau en douceur, et on évite tout actif trop puissant (AHA, rétinol...) et autre procédure agressive. « La plupart des peaux réactives le sont devenues par excès de nettoyage/décapage », constate Lucile Battail, créatrice de la marque de soins sur mesure Laboté. Elles ne doivent pas forcément être privées de peeling ou de gommage, mais il faut ajuster le dosage et la fréquence. Pour l'anti-âge, l'experte conseille de remplacer le rétinol par sa version green, le bakuchiol, mieux toléré. Et pour les peaux à imperfections, de plus en plus sensibles, elle ne jure que par l'huile de nigelle, apaisante et purifiante, mais aussi anti-âge.

SE PARFUMER EN SOURDINE

ALORS QUE LES JUS ACTUELS crient fort pour se faire sentir à distance et que les concentrations augmentent, d'autres préfèrent jouer leur partition *mezza voce*. « Comme des lingeries délicates qui ne se dévoilent qu'en privé, ces parfums de peau plus intimistes aiment les muscs, les notes poudrées, lactées, amandées crémeuses, réconfortantes et enveloppantes », décrypte Jérôme Di Marino, nez chez Takasago, qui a composé entre autres pour Carven, Kenzo, Burberry. Quand ils ne misent pas sur les neurosciences pour procurer une sensation d'apaisement. Sa consœur Maïa Lernout a créé le Parfum de Peau pour Aïme (la marque de Mathilde Lacombe) vraiment comme un parfum pour soi. Grâce à son roll-on, ses notes fusionnent avec sa propre odeur pour créer un cocon rassurant.

* Auteur de « Votre peau a quelque chose à vous dire », Éditions Larousse.

SOINS SOS

Advanced Génifique Sensitive, Lancôme.
Crème Cera Repair, Biotherm.
Crème Apaisante Restauratrice Tolérance Control, Avène.
Gélules Sensifine Probiocure Calm, SVR.
Sérum Toleriane Ultra Dermallergo, La Roche-Posay.
Calm Water Gel, Dermalogica.
Cure 14 jours Renaissance aux probiotiques, Dr. Pierre Ricaud.
Crème Active Apaisante Créaline Défensive, Bioderma.



PHOTOS S.P.



L'ART DE LA NUANCE

« IL N'Y A RIEN DE PLUS CHARMANT QUE LES TACHES DE ROUSSEUR, estime Christophe Danchaud, le maquilleur des stars, qui a mis en beauté Anaïs Demoustier sur cette séance. Il faut absolument préserver la transparence du teint et éviter les textures trop couvrantes. Pour le reste du maquillage, tout est permis. Aujourd'hui, il n'y a pas plus de code. Les rousses peuvent porter un beau rouge sur les lèvres et de l'eye-liner bleu sur les yeux. » Damien Garozzo, le nouveau *make-up artist* Sisley, est 100 % d'accord. Plus la peau est fine et fragile, plus il faut l'hydrater et avoir la main légère sur le fond de teint. Si possible de la même marque pour éviter les incompatibilités. « Mais, en cas de rougeurs, plutôt que de chercher à les camoufler, on travaille avec elles, en zappant le blush. » Les bases vertes qui cassent le rouge ? On les laisse aux pros, mais on choisit un fond de teint plutôt chaud, à tonalité jaune plutôt que rose. ♦