

Raccourci vers un meilleur style de vie

Posted on 23 January 2015



Ces jours-ci, mon style de vie est comment dire...Normal. Juste normal. La semaine tout est plus ou moins santé, la fin de semaine il y a un verre de vin après le ski et aussi, un vrai dessert. Ces jours-ci il n'y a pas de sport intense ou de jus vert quotidien, mais bien de la confiture et des cafés, des réveils difficiles (il fait si noir!) et des soirées qui passent trop vite. Bref, comme toujours, la vie prend le dessus et c'est très bien comme ça. Mais il y a toujours place à l'amélioration. Comme boire de l'eau. Comme m'oxygéner. Comme nourrir mon âme avec des livres mythiques ou méditer sur la vie. C'est sur ma liste mais comme pour le moment ça n'est pas réaliste, j'essaie de me trouver des petits raccourcis vers un meilleur style de vie.

La jolie marque canadienne **MIYU Beauty**, c'est exactement cela: un condensé de bien être dans une petite pause, mon raccourci vers une version améliorée de mon style de vie.

Partant de la prémisse que 20% du vieillissement est programmé de manière génétique mais que 80% est tributaire de notre style de vie, **MIYU Beauty** propose depuis 2013 des manières simples de suppléer à nos petits écarts pour arriver à avoir un teint plus éclatant. Inspirée de la médecine traditionnelle chinoise mais intégrant des technologies modernes (la fondatrice a travaillé au sein de grandes marques de beauté), **MIYU** propose des solutions de beauté globales histoire de venir équilibrer un peu nos styles de vies moins que parfaits.

MIYU Beauty c'est donc deux duos s'adressant à deux styles de vie (plutôt qu'aux types de peau), chacun étant formé d'une **Essence de beauté** et d'un **Thé de Beauté**. On peut aussi, bien sûr acheter les produits séparément et il y a des petits formats. Il y a deux déclinaisons: le *hydrate mi* (gagnant du prix de l'Innovation beauté canadienne en 2014) et le *de-stress mi* et dans chacun on retrouve les ingrédients phares de la marque tels le thé vert (antioxydant), la pivoine blanche (éclat) et la perle (préservation de la jeunesse). Sans parabens, phtalates, sulphates colorants ou parfums synthétiques, les produits sont certifiés *Leaping Bunny* et *Sans Cruauté*.

En ce qui me concerne, j'utilise l'**Essence de Beauté hydrate mi** (pour les peaux qui ont soif!) et c'est un coup de coeur des plus total. À mi chemin entre une brume de beauté un peu tonique et un véritable sérum à la japonaise, cette essence est pour moi une nouveauté à part entière. Elle hydrate comme c'est pas possible et fait des joues toutes rosées et rebondies. Je ne saurais m'en passer! Sous et sur le maquillage, avant le dodo et deux ou trois fois par jour au bureau: l'essence *hydrate mi* me suit partout. La gestuelle recommandée (vaporisation puis, pressions) est réminiscence des méthodes d'application de l'Orient, et le résultat en vaut vraiment la peine puisque la peau est au final rosée et hyper *dewy* (c'est-à-dire *éclatante lustrée*). J'adore.

Je suis fidèle au protocole complet **MIYU** en buvant également leur tisane de beauté qui, avec ses pétales de roses, ses extraits de poires des neiges, de baies de goji et roiboos (sans caféine) est un vrai délice et me donne l'impression de prendre une petite pause bien-être au cours de l'après-midi alors que je suis devant l'ordi. Un petit pshhit de *hydrate mi* et un bon thé: voilà, l'après-midi passe déjà beaucoup plus vite!

Vous, vous avez des petits produits qui vous donnent l'impression d'équilibrer un peu votre style de vie? Tisanes, masques, huiles de bain, programmes de sport...je suis preneuse de tous vos conseils!

Share this:



Like this:



Be the first to like this.

This entry was posted in **Dans la salle de bain de Boucle d'Or** and tagged **beauté, Canada, Essence de beauté, Hydrate mi, MIYU Beauty, Tisane** by **Boucle d'Or**. Bookmark the **permalink**.

5 THOUGHTS ON "RACCOURCI VERS UN MEILLEUR STYLE DE VIE"