

Interview : Caroline Ithurbide : elle donne ses astuces pour rester belle !



© DR

Chroniqueuse beauté et bien-être dans l'émission le Grand 8, Caroline Ithurbide nous donne ses astuces pour rester belle...

Quelle est votre routine beauté ?

C'est d'arriver à mon bureau nature, juste douchée avec les cheveux lavés. Le staff de l'émission me maquille, me coiffe et me look tous les jours pour passer à l'antenne. Le week-end, je mets très peu de maquillage.

Quels sont vos indispensables make up ?

Je ne me sépare jamais de mon baume à lèvres Kiehl's, et j'ai aussi mon parfum : Hypnotic Poison de Dior. En semaine, je prends toujours ma trousse de maquillage avec moi pour me repoudrer dans la journée.

Quels sont vos gestes detox ?

En général, j'évite les excès. Je fais attention à ce que je mange, je ne mets pas n'importe quoi sur mon visage... Cela dit, j'adore la marque **Forever** qui propose des produits à base d'**aloe vera** pure sous forme de boissons, de baumes pour le visage et de crèmes de massage.

Faites vous du sport pour vous entretenir ?

Oui ! Je vais dans une salle de boxe qui s'appelle Abdoulaye Fadiga. La salle est tenue par d'anciens champions de boxe thaï reconvertis dans le coaching. Leurs entraînements sont vraiment durs, mais c'est ce dont j'ai besoin.

Quelles sont vos recettes minceurs ?

Je ne fais pas de régime, mais quand je sens que j'ai abusé des pâtes qui constituent l'essentiel de ma nourriture, je mange des salades. Ça ne me demande aucun effort parce que j'adore les crudités.