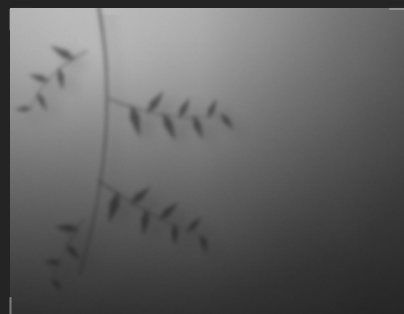


Le week-end dérègle-t-il la *peau* ?

Un peu, par le sommeil décalé et les soirées : la peau aime les horaires réguliers, même le samedi.

CE QUI SE PASSE

Coucher tardif, réveil décalé, verres en plus : le week-end bouscule les rythmes que la peau suit. Sans rigidité, quelques garde-fous limitent la facture du lundi.



CE QUI MARCHE



01 · Garder des horaires proches

Deux heures d'écart maximum avec la semaine.



02 · Ne pas sauter le soir

La fête n'exempte pas du nettoyage.



03 · Hydrater le samedi matin

La grasse matinée déshydrate plus qu'on ne croit.



04 · Le dimanche reste sacré

Quelle que soit la veille, 21 h, le masque.



LE GESTE KESSLER

L'ancre du week-end s'appelle dimanche 21 h : quoi qu'il se soit passé, le rituel remet les compteurs. kesslergrooming.com.