



CHARLOTTE, 12 ANNI

ANTONIO, 51 ANNI

JULIETTE, 8 ANNI

LORENZO, 12 ANNI

**DELPHINE HORNEZ E LA SUA FAMIGLIA**

sono in sei, ma fanno sempre colazione insieme, lavati, vestiti, puntualissimi!

Pigiama e vestaglie di Banana Republic, Tezenis, United Colors of Benetton, Zara, Calze Calzedonia.

IL PIACERE / di farti bella

CARLO, 8 ANNI

# DALLE 7... ALLE 7,15

Per una donna tutte le mattine, con la sveglia, inizia un vero tour de force. Ma, se seguite i nostri consigli di speedy beauty, uscirete di casa impeccabili

JAAN FISCHER (FOTO). LUCA DONATO (STILL LIFE).  
EVA PINI (STYLING). BARBI USING  
MAC COSMETICS (TRUCCO E PETTINATURE).

I ragazzini che non vogliono alzarsi dal letto, i turni per il bagno e la colazione da preparare rendono i ritmi della mattina frenetici. E, tra le mille cose da fare, per le mamme è difficile trovare il tempo per uscire di casa in ordine. La soluzione? Ricorrere ai trucchi salvaminuti suggeriti dai nostri esperti:

**Magda Belmontesi**, dermatologa; Mirko Tagliaferri, make up artist; Fabrizio Lepri, hair stylist.

**\_Iniziate la giornata facendo cadere sul piatto della doccia qualche goccia di olio essenziale di lavanda**, riequilibrante, tonificante e distensivo. Fate scorrere l'acqua calda e respirate il vapore: il primo passo verso il buonumore.

**\_Se non avete tempo per lo shampoo, usate quello secco.**

Si spruzza sui capelli asciutti e assorbe all'istante il sebo in eccesso. Poi, si elimina semplicemente con un colpo di spazzola.

**\_Sul viso è spuntato un brufolo e voi avete una riunione importante.** Mettete un cucchiaino di metallo sotto il getto dell'acqua calda per dieci secondi e appoggiate la parte convessa sul foruncolo. Il calore uccide i batteri e ne riduce le dimensioni.

**\_Sotto la doccia volete depilarvi in tempi rapidi?** Il vostro alleato è il rasoio. Ma per non rischiare tagli stendete su gambe e ascelle un velo di balsamo per i capelli: aiuta la lametta a scivolare e, in più, idrata la pelle.

**\_Il contorno occhi richiede un po' di tempo per essere assorbito.** Agite in anticipo e applicatelo in quantità generose la sera prima di andare a dormire, come una

(segue a pagina 58)

DONNA MODERNA 57

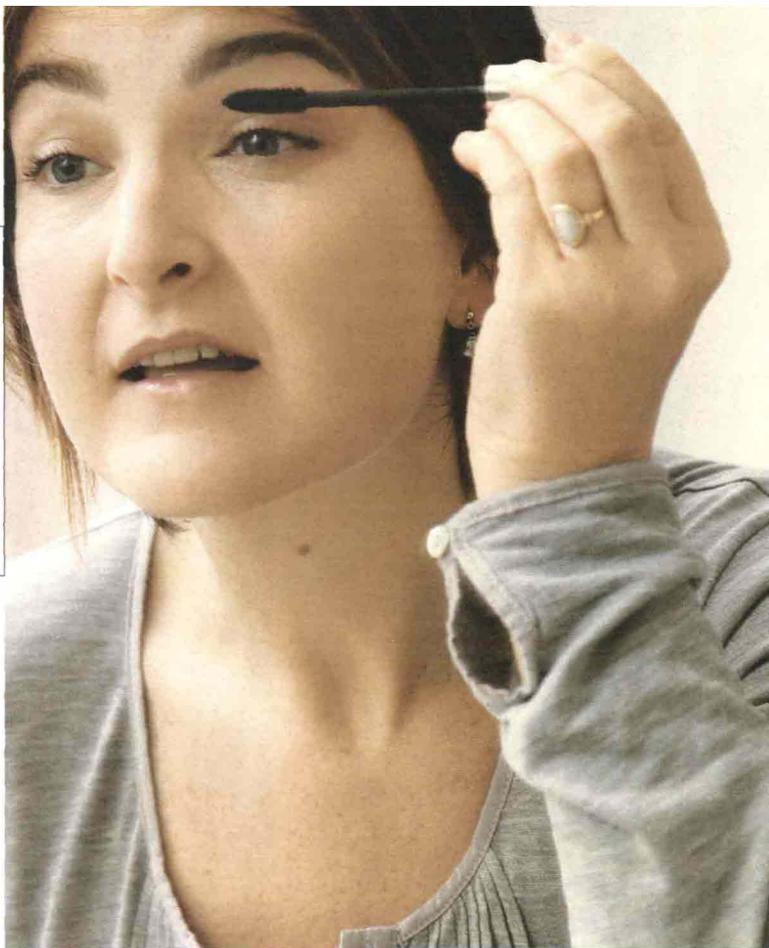
DELPHINE, 46 ANNI

## IL PIACERE / di farti bella

**la nostra donna vera**

Scelta dal casting di redazione

Delphine Hornez, parigina di nascita e milanese di adozione, è moglie di Antonio e mamma di due coppie di gemelli. Le loro mattine? «Regole ferree: noi grandi ci alziamo prima. Poi i ragazzini si alternano a due a due in bagno (sì, sono gemelli anche i lavabi!). E usciamo di casa sempre in orario».

*(segue da pagina 57)*

maschera. La mattina dopo la pelle sarà idratata e pronta per il trucco.

**Per guadagnare minuti preziosi** preferite la matita all'eyeliner liquido o in gel. L'applicazione è molto più facile e i tempi di applicazione si riducono.

**Preparare quello che serve** la sera prima è un'ottima astuzia salvatempo: sistemate in bagno l'occorrente per il trucco. La mattina non perderete tempo a cercare nella trousse né a scegliere i colori da "indossare".

**Al risveglio vi sono rimasti sul viso i segni del cuscino?** Fateli sparire subito lavando la faccia con acqua calda: fa affluire una maggior quantità di sangue nella zona, quindi migliora la circolazione. Poi massaggiate con una crema idratante, che restituisce elasticità alla pelle. I piccoli solchi spariranno rapidamente.

**Per nascondere la ricrescita dei capelli** ci sono mascara specifici: si usano come quelli per gli occhi, passando lo scovolino sulle zone dove c'è lo stacco di colore.

**L'idea di stendere lo smalto con gli occhi puntati sull'orologio è impensabile?** Usate le strip adesive. Si applicano in un attimo e durano qualche giorno.

**Borse e occhiaie si attenuano** con un massaggio alle orecchie, una zona molto irrorata e collegata a diversi muscoli facciali. Sfregate leggermente l'orecchio dall'alto fino al lobo. Risalite e ripetete finché non sentite un po' di calore. Questo esercizio stimola la

circolazione di tutto il viso che apparirà anche più luminoso e colorito.

**Per evitare di stendere l'idratante dopo la doccia** (richiede sempre qualche minuto per essere assorbita), prima di mettervi sotto l'acqua applicate un olio di mandorle dolci o di jojoba. Protegge dall'aggressione del calcare e lascia la pelle vellutata.

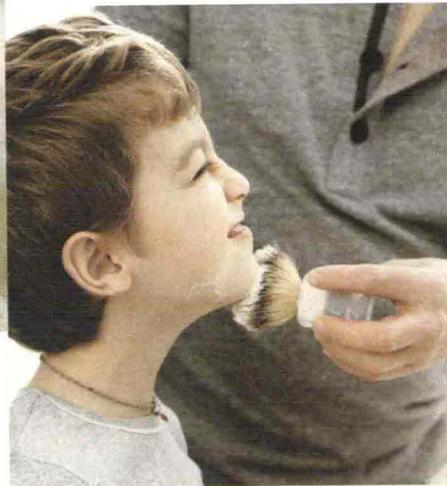
**Se vi siete depilate con il rasoio e la pelle è rimasta irritata**, attenuate i rossori con una crema all'ossido di zinco, la stessa che si usa per i pannolini dei neonati, scelta però in formulazione leggera.

**Per applicare il mascara sollevate la parte esterna della palpebra superiore.** Riuscirete a truccare tutte le ciglia in una sola volta, evitando macchie e sbavature.

**Vi siete svegliate con i capelli un po' troppo schiacciati?** Mettete a testa in giù e vaporizzate un soffio di lacca sulle radici. Risollevate la testa e massaggiate la per qualche secondo. Quando vi pettinerete sarete certedi ottenere un volume sbalorditivo.

**Se avete i capelli lunghi e volete accorciare i tempi dello styling**, la sera fate uno chignon morbido e basso e tenetelo tutta la notte. Al risveglio basterà scioglierlo e passare un velo di mousse modellante per avere la testa in ordine, come uscite dal parrucchiere.

**Per attenuare il rossore che viene quando si fa tutto di corsa**, applicate sulla nuca un asciugamano inumidito con acqua fresca e tenetelo mentre fate colazione. L'effetto



**1.** Optiva Aqua-Capture Serum di Boots (24,50 euro) idrata immediatamente in profondità. **2.** Olaz Regenerist (29,90 euro) è un unico trattamento che agisce su viso, contorno occhi e collo. **3.** L'ovale si illumina in un attimo con la Masque Éclat di Lierac (20,17 euro). **4.** Il fondotinta Smooth Effect di Max Factor (14,90 euro) si stende con facilità. **5.** L'anticellulite più sprint è Celluli Laser Slim. Code di Biotherm (49 euro). **6.** Capelli puliti senza lavarli con lo Shampooing Sec au Lait d'Avoine di Klorane (12 euro). **7.** Con l'Olio Secco Corpo Uva Reale di Erbario Toscano (19,50 euro) ci si può vestire subito dopo averlo messo. **8.** Sotto la doccia, il Shower Oil White Almond di Perlier (9,88 euro) deterge e idrata contemporaneamente.



decongestionante è miracoloso.

**.\_Piedi secchi e screpolati?** Dopo la doccia, applicate uno strato spesso di crema idratante e infilate dei calzini. Teneteli durante la colazione, poi toglieteli e passate una velina: pelle di velluto assicurata.

**.\_Meno trucchi si usano, più veloce è il make up:** invece di usare illuminante e fard, picchiettate il gloss su zigomi e palpebre con i polpastrelli.

**.\_Se prima di uscire di casa vi si è sbeccato lo smalto e non avete a disposizione lo stesso colore,** seguite la moda del momento e fate come Beyoncé che porta le unghie di sfumature diverse: applicate una lacca differente, meglio se in netto contrasto.

**.\_Incredibile ma vero, anche questa mattina siete riuscite a fare tutto.** A questo punto, accompagnate i bambini a scuola a piedi. Camminare dieci minuti per 800 metri a passo moderato fa consumare 35 calorie, favorisce la circolazione, allenta lo stress e stimola il rilascio delle endorfine... Niente male, se è vero che il buongiorno si vede dal mattino!



**PAOLA ORIUNNO** GIORNALISTA DI BELLEZZA E SALUTE. AMA VIAGGIARE, MA NON PARTE MAI SENZA UN GLOSS NELLO ZAINO. SE AVETE PROBLEMI, DUBBI, DOMANDE SCRIVETELE A [BEAUTY@MONDADORI.IT](mailto:BEAUTY@MONDADORI.IT)