



BIEN-ÊTRE / HOMME



LA BARBE !

Attribut des rois et des dieux, la barbe symbolise la puissance et la virilité. Mais elle mérite un entretien au poil.

EMMA LAVOINE

Je lui applique une huile nutritive

Composé d'huiles et de beurres d'origine végétale (carthame, argan, amande douce, karité...), ce soin nourrit les poils. À la clé, douceur et brillance de la barbe ! Il hydrate aussi la peau et calme les sensations de démangeaisons. « Prélevez quelques gouttes d'huile, chauffez-les dans vos mains pour faciliter l'application, ensuite déposez-les sur la barbe de haut en bas en insistant sur les pointes, conseille Fabien Poutignat, expert chez Nivea. N'hésitez pas à vous masser afin que l'huile pénètre jusqu'à la peau. » Elle s'utilise après la douche ou la toilette de la barbe, lorsque les pores et les follicules pileux sont ouverts, offrant une meilleure absorption des actifs.



Je la nettoie dans les règles

Les restes de nourriture et les poussières, ce n'est vraiment pas glamour ! « Chaque jour, sous la douche, prélevez une noisette de gel nettoyant spécial barbe, effectuez des mouvements circulaires afin que le produit atteigne la racine des poils ainsi que la peau, avant de rincer à l'eau tiède », recommande Fabien Poutignat. Vous sécherez une barbe courte ou un bouc en tapotant doucement avec une serviette. Si elle est plus longue, pressez-la doucement. Le sèche-cheveux est déconseillé, il pourrait la dessécher.

Je la brosse avec soin

Quelle que soit sa longueur - de 3 jours, hipster, bouc ou simple moustache - une barbe, ça se brosse ! Pas question d'adopter un air hirsute façon bûcheron. Utilisez un peigne en matière naturelle (corne ou poils de sanglier) pour limiter l'électricité statique et éviter la casse, en veillant à toujours aller dans le sens du poil. Ce geste permet également d'éliminer les nœuds dans les barbes les plus longues, d'activer la circulation sanguine dans les joues - stimulant ainsi la pousse - et de permettre aux poils de croître de façon bien plus ordonnée.

Je trouve mon style

Qu'il soit carré, rond ou ovale, à chaque forme de visage correspond une barbe idéale. Petite expertise avec le barbier.

Votre visage est carré
Vous adoucirez les contours de votre mâchoire en préférant les barbes courtes de trois jours ou légèrement plus longues, en privilégiant les formes arrondies.

Votre visage est rond
vous casserez le côté poupon en optant pour une barbe hipster, un bouc ou encore une barbichette.

Votre visage est ovale
Vous avez l'embarras du choix, tout vous va. La classe !



Je lui offre une coupe chaque semaine

Une à deux fois par semaine, taillez votre barbe et votre moustache afin de garder une belle symétrie et d'éviter les poils hirsutes. Si vous arborez une barbe de trois jours ou un bouc, il vous faut homogénéiser la longueur : adaptez un sabot réglé à 4 mm maxi sur la tondeuse et passez-la du cou vers le visage. Pour le bout, finalisez la coupe en retirant ensuite les poils des pommettes avec un rasoir. Vous aimez la porter plus longue ? Optez plutôt pour une coupe aux ciseaux bien aiguisés, et suivez le tour de votre barbe afin de retirer les poils qui dépassent.

Notre sélection



Gel nettoyant Barbe + Visage, Nivea Men, 5,95 €, 100 ml
Sans alcool et doté de camomille, ce gel élimine les impuretés tout en apaisant les inconforts cutanés.



Huile pour la peau & barbe longue, BarberClub, L'Oréal Men Expert, 9,90 €, 30 ml
Enrichie en huile essentielle de bois de cèdre, elle nourrit, dompte et entretient au quotidien.



Huile barbe et cheveux, System Man Blunique par Lapo, 24,50 €, les 50 ml
Une noisette de cette huile à base d'argan suffit pour fortifier jour après jour barbe et cheveux.



Crème nettoyante barbe et visage Kalamazoo, Lush, 19,95 €, 240 g
Le jus d'ananas nettoie la barbe tandis que les huiles d'amande douce et de jojoba en prennent soin.



Coffret Basic Essentiel, Arthes, 29,99 €
Complet, il contient un gel douche intégral (500 ml), un gel de rasage (150 ml), un soin hydratant visage (75 ml) et une huile pour la barbe (30ml).