



JENNIFER BRODEUR

SECRETS DE PRO

Jennifer Brodeur, alias JB Skin Guru, a l'esthétique dans la peau. Elle a enseigné sa passion, conçu l'appareil à DEL Max+, contribué à l'éclat cutané de nombreuses célébrités et créé sa propre marque de cosmétiques. L'esthéticienne et femme d'affaires vient de mettre le point final à son tout premier ouvrage, La peau et ses secrets, un guide pratique inspiré de recherches cliniques en dermatologie et en nutrition. Rencontre en quatre temps.

TEXTE JESSICA DOSTIE

1. CONSEILS DE BASE

Il n'y a pas de recette miracle pour avoir une peau rayonnante, nous avertit Jennifer Brodeur. «Mon conseil numéro un? Bien dormir», dit l'esthéticienne, dont les consultations commencent bien souvent par l'analyse des nuits de sommeil de ses clients. Un autre de ses conseils? S'hydrater suffisamment tout au long de la journée. Parce que, pendant qu'on dort à poings fermés, «le corps se répare et se réhydrate», explique-t-elle. Et comme de nombreux spécialistes le recommandent, elle rappelle d'éviter de fabriquer ses propres soins. «C'est nettement plus sécuritaire de se procurer un produit stable qui a été formulé et testé en laboratoire par des mains expertes.»

2. RITUEL MINIMALISTE

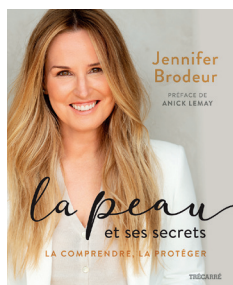
Jennifer Brodeur prêche la simplicité. Sa routine quotidienne s'avère d'ailleurs tout ce qu'il y a de plus sobre: «Le soir, je me nettoie le visage, puis j'utilise parfois une eau vitaminée en brumisateuse avant de terminer par une huile pour le visage. Au réveil, j'applique simplement une crème.» La créatrice d'une gamme de soins dénonce l'utilisation abusive de produits: «On surconsomme et on ne se rend pas compte que le mélange de certains ingrédients actifs peut être néfaste pour l'épiderme. Avant de faire l'acquisition d'une énième concoction, il faut comprendre quels en seront les effets sur notre peau et se demander si cet achat est réellement nécessaire.»

3. MYTHES DÉBOULONNÉS

«Il existe tellement de croyances à propos de la peau!» s'exclame Jennifer, qui aborde dans son livre les 10 mythes les plus répandus. Par exemple? «Il est faux de dire que l'épiderme se renouvelle en 28 jours. Les cellules cutanées ont des durées de vie variables.» La spécialiste des petits pots ne se contente pas de démentir les faussetés qu'on peut lire à gauche et à droite: elle nous sensibilise aussi à être davantage à l'écoute de notre épiderme et des signes qu'il nous envoie. «C'est le plus grand organe du corps; pourtant, on a tendance à le négliger. Quand il nous parle, c'est que quelque chose ne va pas.»

4. JB SKIN GURU, LA BOUTIQUE

La gamme de soins pour la peau JB Skin Guru élaborée par Jennifer Brodeur a été lancée en 2016 avec la collection Peoni, qui mise entre autres sur les propriétés anti-inflammatoires et antioxydantes exceptionnelles de la racine de pivoine blanche. Le produit phare de la gamme est L'extrait, que la créatrice décrit comme son «arme secrète»... qui est aussi celle de sa célèbre cliente Michelle Obama. En 2018, l'esthéticienne a élargi son offre avec la collection Lumi, dans laquelle l'huile de graines d'airelle, riche en antioxydants et en vitamines C et E, vole la vedette. Bonnes nouvelles: d'ici Noël, la gourou de la peau ajoutera un masque à son arsenal beauté et, en 2020, elle espère ouvrir sa première boutique, qui aura pignon sur rue à Montréal.



LA PEAU ET SES SECRETS: LA COMPRENDRE, LA PROTÉGER, LA PROTÉGER, TRÉCARRÉ. En librairie le 2 octobre.



LA BRUINE VITAMINÉE LUMI, de JB Skin Guru (45 \$; jbskinguru.com).

L'EXTRAIT PEONI, de JB Skin Guru (225 \$; jbskinguru.com).

SAVON POUR LES MAINS ET LE CORPS PEONI, de JB Skin Guru (16 \$; jbskinguru.com).