

Beauté

Quel jean est fait pour vos courbes ?

Line Renette ALOMO
Libreville/Gabon

Tout le monde l'aime. Normal, il est pratique, sexy et passe-partout. Vous l'aurez compris, on parle de l'indispensable de votre garde-robe : le jean. Comment choisir le vôtre ? Pamela-Sonya Ovono, fondatrice de l'agence de coaching en image, Angouane, vous livre les astuces utiles pour choisir celui qui convient à votre morphologie.

LE jean est un indispensable de la garde robe. Il peut être droit, taille basse, slim, très petit, brut, délavé ou jean 7/8, etc. Il en existe différents modèles/coupes, matières, couleurs et tailles ! Il peut se porter en toute occasion. Aussi bien au travail que par jour de beau temps. Il peut même se transformer en atout de séduction.

Selon Pamela-Sonya Ovono, fondatrice de l'agence de coaching en image, Angouane, le jean idéal ou parfait est avant tout un jean qui met en valeur les fesses et les jambes. « *On ne le choisit pas à l'instinct, trop risqué* », avise-t-elle. Alors, comment le porter si on a des fesses rondes ou, au contraire, des fesses plates ? Quel jean choisir quand on est petite ou quand on est grande ?

Il faut savoir que le jean se décline en différents modèles. Le style Flare ou jean "pattes d'eph" est évasé vers le bas. Le slim ou jean skinny très étroit, se porte près du corps. Il est ajusté aux cuisses et resserré aux chevilles.

Le jean regular est droit, classique. Il est souvent taille haute ou taille normale. Le jean boot-cut est légèrement évasé sur le



Photo : D.R

Paméla-Sonya Ovono, fondatrice de l'agence de coaching en image, Angouane : "Choisir son jean à l'instinct est risqué."



Photo : D.R

Les différentes formes de jeans

Un aperçu des différents modèles de jeans à choisir selon sa morphologie.

bas. Il est souvent taille haute et moule bien les fesses. Il ressemble au jean flare. Le style boyfriend, quant à lui, est un jean que l'on porte sur les hanches

(taille basse) avec une coupe droite et large. Il apporte un côté masculin à la silhouette. On le portera donc avec des talons hauts pour féminiser le look.

Lequel de ces modèles est à adapter à votre silhouette ?

Pour les petites et minces, afin d'allonger votre silhouette, optez pour un jean slim ou skinny, avec de hauts talons, pour donner une illusion de "longues jambes". Évitez les jeans type pantacourt et larges qui tasseront la silhouette.

Vous êtes plutôt petite et ronde. Portez également des talons pour allonger la silhouette et galber les jambes. Le jean boot-cut et le jean regular sont idéals pour harmoniser votre silhouette. Évitez les jeans qui arrivent aux chevilles ! Vous avez plutôt un ventre rebondi ? Optez pour des jeans avec taille normale

ou taille haute, avec des poches basiques.

Fesses plates?* Pour celles qui ont des fesses rebondies, évitez les jeans taille basse et privilégiez les jeans taille haute. Choisissez des coupes droites (regular) ou boot-cut sans poche ! Vous pouvez porter un jean slim pour mettre en avant vos jolies formes. Vous avez des hanches larges avec une morphologie en A, portez le jean regular et le jean boot-cut qui rééquilibreront votre silhouette et vous feront paraître plus mince. Évitez les jeans slim et skinny qui accentuent les hanches et les cuisses.

Pour les grandes et minces, la bonne nouvelle, c'est que vous pouvez porter tous les styles de jean (slim, skinny, regular, boot-cut etc)! Un jean classique, en toile brut de préférence, en essayant d'éviter ceux de couleur claire, pour ne pas paraître plus grande que vous ne l'êtes, sera parfait. Mais les tailles basses et les coupes près du corps sont plus flatteuses. Si vous avez la taille marquée, préférez alors une taille haute pour la mettre en valeur. Vous avez les fesses plutôt plates ? Optez pour des jeans près du corps type slim et skinny, mais avec des poches ! Les poches arrières du jean donneront une illusion de relief et donc dessineront vos fesses.

Il existe aussi des jeans effet "push-up" qui sublimeront votre fessier. Et voilà le travail ! À vous de jouer dorénavant.

Brèves

Cancer du sein : le soja réduit le risque de mortalité de 21%

Une nouvelle étude, publiée dans la revue "Cancer" de l'American Cancer Society, et menée par l'université Tufts, dans le Massachusetts, encourage les femmes souffrant d'un cancer du sein à consommer du soja pour augmenter leurs chances de survie. Les isoflavones contenues dans le soja, capables de mimer l'action des œstrogènes, peuvent améliorer le pronostic vital des femmes atteintes d'une forme agressive de cancer du sein.

Le cannabis pendant la grossesse est dangereux pour le fœtus

Déjà, des études ont démontré que la consommation de cannabis pendant la grossesse expose à un risque majeur d'accouchement prématuré. Désormais, les médecins mettent en garde les femmes enceintes contre la substance, car elle pourrait affecter le cerveau du fœtus. Selon les données des Centers for Disease Control and Prevention (autorités de santé américaines), plus d'une naissance sur cinq aux États-Unis a lieu dans un État ayant légalisé le cannabis médical pour les adultes et dépénalisé, ou légalisé, l'usage récréatif.

Endométriose : informer pour permettre un diagnostic précoce

Du 6 au 12 mars se tient la 13e semaine de prévention et d'information sur l'endométriose et la première campagne nationale de sensibilisation à cette pathologie encore méconnue. Elle s'adresse à toutes les personnes concernées par la maladie, que ce soit les femmes, les adolescentes, leur entourage, les médecins, les chercheurs, les entreprises, les pouvoirs publics et la société dans son ensemble. Mais attention, on ne parle pas du Gabon, mais de l'Hexagone. Sur le territoire national, on va encore attendre un peu pour voir de telles initiatives, alors que beaucoup de femmes en souffrent.

Des règles précoces augmenteraient le risque de diabète gestationnel

Des médecins australiens mettent en évidence une relation inattendue entre l'âge des premières règles et le risque de diabète gestationnel. Celui-ci serait particulièrement à surveiller chez des jeunes femmes qui ont été menstruées avant 11 ans. Le Dr Danielle Schoenaker et son équipe de l'Université du Queensland, près de Brisbane (Australie) ont travaillé à partir de la Australian Longitudinal Study on Women's Health (ALSWH). Ce travail sur la santé des femmes est conduit depuis 1996 auprès de 58 000 femmes de 18 à 75 ans.

Petites astuces pour acheter le jean idéal

*Prenez toujours le temps d'essayer un jean avant de l'acheter ! Car la taille du jean varie d'un fabricant à un autre et en fonction de la coupe.

*Choisissez un jeans à votre taille habituelle. Pour plus de confort, préférez les jeans "stretch" qui contiennent de l'élasthanne car, ils s'adaptent à vos formes.

*Lorsque vous achetez un jean, vous devez être serrée dedans. Si vous hésitez entre deux tailles, choisissez la plus petite, car le jean se détendra toujours.

*Vérifiez-vous sous tous les angles dans le miroir, marchez, baissez-vous, et mettez vos mains dans les poches... Une fois que vous vous sentez bien, alors, vous avez décroché le jackpot !

*Si votre jean est trop long, faites votre ourlet à l'extérieur du jean, c'est plus tendance !

*Essayez votre jean avec des escarpins mesdames (glissez une paire d'escarpins dans votre sac).

*Demandez l'avis de quelqu'un d'autre.

*Le jean doit correctement épouser les fesses. S'il flotte à cet endroit-là, inutile de l'acheter, il est mal coupé pour vous.

Par L.R.A.

Rassemblées par L.R.A.