

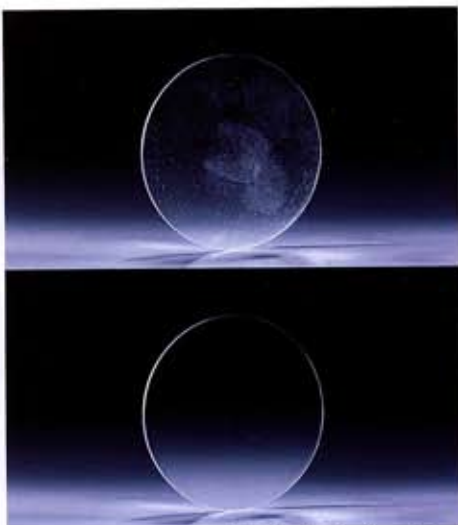
Ce n'est pas parce qu'une monture est à votre goût qu'elle vous ira forcément. Ce qui n'empêche pas d'oser et d'être audacieux dans son choix.



lumière de pénétrer dans l'œil de manière naturelle et d'atteindre, sans éblouir, les zones de la rétine les plus favorables au traitement. Résultat : votre sérotonine et mélatonine sont rééquilibrées, les dépressives passagères passent, les effets néfastes du jet lag et les fatigues chroniques sont amoindris. Temps d'exposition : une demi-heure, 380 €. www.luminette.be

LA LUNETTE QUI DESTRESSE

Elle se porte comme une paire optique classique. La différence, et pas des moindres, est que la Luminette, elle, est un rebooster d'énergie, grâce à son système de luminothérapie. Comme le soleil, elle permet à la



Verre optique avant et après le dernier traitement de surface d'Essilor Cristal Alizé AST.

physique. Après les verres (et rappelons qu'un verre est cher car il est fait sur-mesure), les montures. La chose importante à garder – toujours – à l'esprit est que les lunettes de vue se portent toute la journée. Le choix de la monture est donc un moment critique, qui peut être long (pas trop non plus) et délicat, pour trouver « la » paire qui convient le mieux à sa morphologie mais aussi au message que l'on souhaite faire passer à travers ses lunettes. Ce dernier point peut paraître abstrait et pourtant... Il se trouve que les lunettes de vue ont la faculté, selon leur forme, leurs couleurs ou matières, d'assombrir un visage ou au contraire de l'adoucir, de le rendre plus jeune ou plus vieux, moins sérieux ou plus à l'écoute, etc. Bref. D'après Maryaline Morel, « coach en

marketing personnel » pour l'agence Question d'image, « la lunette doit se voir. Si l'adaptation de la monture à la morphologie est importante, l'émotion qu'elle va véhiculer est capitale. » Plus encore que le vêtement, car plus visible et moins interchangeable, la lunette, au yeux de tous, incarne notre apparence. Ce qui n'empêche pas d'oser et d'être audacieux dans son choix.

TROUVER LUNETTE À SON NEZ

Question morphologie, il y a quelques règles basiques à savoir. La principale : ce n'est pas parce que vous trouvez des lunettes à votre goût, qu'elles vous iront. Il faut bien sûr les coordonner à la forme du visage, à la couleur des cheveux, des yeux et de la peau. Hors de question que les sourcils se voient à l'intérieur du verre... ils peuvent, en revanche, dépasser la monture. L'opticien joue un rôle clé. Avec son œil de professionnel, il vous guidera vers les montures les plus appropriées à votre visage. Une fois la monture choisie, il l'ajustera à votre morphologie et surtout à vos yeux. Une phase essentielle pour un confort optimale. D'où l'intérêt d'un bon opticien. Quant aux offres de deux paires pour le prix d'une, il va de soi que non seulement la première paie le prix de la deuxième et que la deuxième est rarement voire jamais de la même qualité que la première. Alain Bach, directeur de l'Union des opticiens de France conseille d'ailleurs pour l'achat d'une première paire de « privilégier la performance technique à l'offre commerciale ». C'est vu ! H.C

À CHACUN SA LUNETTE



Le visages ovale étant le mieux proportionné, il convient à tous les types de montures.



Le visage rond préférera les montures angulaires, carrées, rectangulaires ou ovales étirées.



Le visage carré, pour adoucir les traits, optera pour des formes ovales ou rondes.



Le visage triangulaire devra équilibrer son menton par des montures aux bases incurvées.