

IDÉE RECETTE DIY

MA CRÈME VISAGE PRÊTE EN 5 MIN CHRONO !

INGRÉDIENTS

- 7 g de cire d'abeille
- 50 ml d'hydrolat (au choix)
- 60 ml d'huile d'amande douce
- 2 gouttes d'huile essentielle (en option au choix)

Faire fondre la cire d'abeille, verser progressivement l'huile et fouetter. Ajouter l'hydrolat en continuant de mélanger et enfin l'huile essentielle.

Tester la préparation en l'appliquant dans le pli du coude.

Attendre 24 h et vérifier qu'aucune réaction n'est survenue.

Pour la conservation : ajouter quelques gouttes de conservateurs naturels (extrait de pépins de pamplemousse, huile essentielle de tea tree). Conserver au réfrigérateur 3 semaines maximum (48 h sans conservateurs).

»»» IMPORTANT

Stériliser tout ce qui est en contact avec les produits (fouet, bol, cuillère...) : faire bouillir 10 min ou utiliser un cuit-vapeur. Désinfecter le plan de travail (au vinaigre blanc par ex).

Pour toute préparation à l'argile, ne jamais utiliser d'ustensiles en métal qui peuvent produire une réaction chimique qui nuit aux propriétés de l'argile.



DES COSMÉTIQUES DIY

CHEZ BIOCOOP, RETROUVEZ DE NOMBREUSES RÉFÉRENCES POUR CRÉER VOS PROPRES COSMÉTIQUES !

Huiles végétales et huiles essentielles, eau florale, gel d'aloé véra, beurre de karité... Des produits de base pour créer de multiples recettes !

Crème visage

À base de cire d'abeille, d'huile d'amande douce et d'hydrolat

Huile démaquillante

Simplement 1 goutte d'huile d'argan, de karité ou de jojoba

Rouge à lèvres

Huile végétale au choix, cire d'abeille et huile essentielle

Mascara

À base de gel d'aloé vera et d'huile de coco

ET DES PRODUITS RÉUTILISABLES POUR ALLÉGER VOTRE POUCELLE DE SALLE DE BAIN !

»»» Pour l'hygiène intime : la coupe menstruelle qui a une durée de vie de 10 ans et les serviettes en tissu bio réutilisables, efficaces et hypoallergéniques -> des alternatives économiques et écologiques !

»»» Pour le démaquillage : des lingettes et disques à démaquiller en coton bio lavables à la place des disques de coton.

»»» Pour la toilette : des savons et shampoings solides pour limiter les flacons en plastique...

RETROUVEZ DANS LA FICHE « JE FAIS MOI-MÊME MES COSMÉTIQUES » D'AUTRES ASTUCES ET DES RECETTES POUR RÉALISER :

- Un masque à l'argile verte pour purifier et hydrater (pour peaux mixtes à grasses).
- Un masque au miel pour tonifier et resserrer les pores (pour peaux grasses).
- Un lait corporel à l'huile de noyau d'abricot et huile de coco pour hydrater sa peau tout en douceur.
- Un démaquillant à l'huile d'amande douce et eau de bleuet pour nettoyer, apaiser et hydrater.



Rendez-vous aussi sur www.biocoop.fr
et dans les 2 derniers numéros de Cultures Bio.

**PLUS DE 500 MAGASINS PARTOUT EN FRANCE,
LISTE COMPLÈTE SUR WWW.BIOCOOP.FR**

www.mangerbouger.fr – Pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes par jour.

QUAND BEAUTÉ RIME AVEC ENGAGÉE

DES COSMÉTIQUES ÉQUITABLES

Le beurre de karité et l'huile d'argan doivent être certifiés bio ET équitables (WFTO, Biopartenaire, Ecocert équitable, SPP, FLO...). Le beurre de karité est extrait de l'amande contenue dans la noix de karité. La culture de cet arbre est répandue en Afrique, plus particulièrement au Bénin, au Burkina Faso, au Sénégal ou au Nigéria. Le commerce équitable permet aux femmes qui récoltent et fabriquent ce produit de contribuer à leur émancipation en les sortant de la précarité économique.



PARCE QUE LA BIO
VOUS VA SI BIEN!



PRENEZ SOIN DE VOUS
— AVEC —
DES COSMÉTIQUES
CERTIFIÉS BIO ET EXIGEANTS



UNE COMPOSITION
VÉRIFIÉE À LA LOUPE



COSMÉTIQUE
BIOLOGIQUE



Biocoop sélectionne
uniquement des produits
d'hygiène et cosmétiques
certifiés par des cahiers des
charges exigeants : Ecocert,
Cosmébio, BDIH, Ecogarantie,
NaTrue, Cosmos, SOIL,
Nature & Progrès*.



COSMOS
ORGANIC



* À l'exception de produits ne pouvant répondre à un cahier des charges de la cosmétique naturelle et bio, tels que la pierre d'alun, l'argile (poudre et pâtes), le dentifrice minéral...

➔ À SAVOIR

PAS DE TENSIOACTIFS AGRESSIFS!

Les tensioactifs sont des additifs permettant de faire mousser les produits d'hygiène (les gels douches, les shampoings...). Ils sont potentiellement irritants et allergisants. Biocoop a choisi de sélectionner uniquement des cosmétiques sans ALS ni SLS (ammonium lauryl sulfate, sodium lauryl sulfate).