

# Des cosmétiques maison, pour se faire plaisir

Autor(en): **Zirilli, Anne**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Génération plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): - **(2013)**

Heft 45

PDF erstellt am: **21.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-831707>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# Fatigue chronique?

www.bio-strath.ch



Photo: M. Schaub, SF West



**Strath**  
Gouttes convalescence

# Des cosmétiques maison, pour se faire plaisir

Plutôt que d'acheter des produits de beauté, préparez-les vous-même dans votre cuisine!

Créatrice de cosmétiques respectueux de la nature, la Genevoise Gabrielle Favre livre quelques-unes de ses recettes.

**N**os grands-mères se collaient des rondelles de concombre sur les paupières et se shampooinaient avec des œufs. Aujourd'hui, on se concocte une vraie crème de beauté selon les formules simplifiées de la cosmétique naturelle. C'est qu'il est possible, lorsqu'on se passe des multiples additifs chimiques utilisés par les grandes marques, de fabriquer d'excellents produits avec un très petit nombre d'ingrédients.

Exemple: un soin anti-âge de Forest People ne contenant que trois éléments – beurre de karité, huile d'argan et essence de géranium – s'est vu décerner une troisième place enviable au *Palmars des cosmétiques* (Ed. Leducs) pour son pouvoir hydratant et régénérant. De là à tenter l'expérience dans sa cuisine, il n'y a qu'un pas... et bon nombre de Suissesses l'ont franchi.

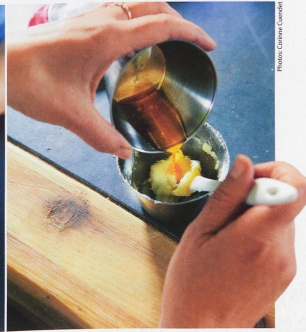
A commencer par Gabrielle Favre. Cette pionnière, qui fut la première femme cheminot conductrice de train (sur la ligne Nyon-Saint-Cergue), a glissé progressivement dans la médecine douce, puis dans la cosmétique naturelle. Diplômée de l'École lyonnaise de plantes médicinales, elle est aussi l'une des adeptes du mouvement 'Slow Cosmétique', créé à Bruxelles l'an dernier, qui dénonce les dérives de la branche et incite les consommatrices à se refaire une beauté en douceur et au naturel.

### Non, ce n'est pas sorcier!

Gabrielle Favre anime des cours depuis six ans, avec un répertoire de 200 recettes validées par les experts d'Aroma-Zone,



Comme la pâtisserie, la confection de cosmétiques maison nécessite du temps, des instruments et de la rigueur.



une société française qui distribue les éléments de base de la cosmétique naturelle.

Les crèmes anti-âge figurent sur la liste et elles sont presque aussi faciles à réaliser que le soin au karité évoqué ci-dessus. Il faut de l'huile, de l'eau, une cire végétale pour émulsionner ce mélange, et quelques gouttes d'huile essentielle en guise de principe actif. L'exercice est non seulement d'une simplicité désarmante, il est aussi gratifiant. Car les soins maison sont de qualité supérieure à bien des gels, crèmes ou lotions mis sur le marché à grands coups de publicité. Et voici pourquoi: au lieu d'utiliser l'eau distillée qui n'apporte rien à la peau, la cosmétique maison privilégie les eaux florales (hydrolats) qui ont capté les vertus de la plante durant le processus d'extraction des huiles essentielles. Mais surtout, la cosmétique mai-

son bannit les huiles minérales dérivées du pétrole et les silicones au profit d'huiles végétales riches en vitamines, minéraux et acides gras essentiels.

Les produits naturels comportent cependant, eux aussi, certains risques. La propolis, utilisée comme conservateur naturel, et les huiles essentielles peuvent entraîner des allergies. En suivant les conseils de Gabrielle Favre, vous éviterez ces désagréments. Sa pas-

sion pour la cosmétique s'inscrit dans une démarche écologique. Elle ne vend pas les crèmes qu'elle fabrique, se refusant à mettre une marque de plus sur un marché déjà encombré. Ses ateliers restent une activité accessoire régie par les principes de la Slow Cosmétique: se contenter d'un ou deux soins (la crème anti-âge va aussi pour les mains...), limiter le nombre de composants entrant dans un soin (pas plus de deux huiles végétales

et deux huiles essentielles), choisir essentiellement des substances comestibles, non par gourmandise, mais pour éviter de polluer la nature en cherchant à se faire belle.

Anne Zirilli

**\*Adoptez Slow Cosmétique**, Julien Kaibeck (Editions Leducs, 2012): des principes, des recettes et des informations sur les vertus des éléments végétaux utilisés en cosmétique.

## Pour en savoir plus...

**GENÈVE: GABRIELLE FAVRE**  
Ecole-club Migros Genève (inscriptions sur [www.ecole-club.ch](http://www.ecole-club.ch)).  
Sinon calendrier des cours sur [www.formule-nature.ch](http://www.formule-nature.ch), [info@formule-nature](mailto:info@formule-nature) ou au 079 788 62 06.

**BULLE: ALEXANDRA HAMON**  
079 826 87 18, calendrier des cours sur [www.feespour-vous.ch](http://www.feespour-vous.ch)

**LAUSANNE: FESTIVAL DE LA TERRE 2013**  
Du 14 au 16 juin, infos sur [www.festivaldelaterre.ch](http://www.festivaldelaterre.ch)

### Le Club

Vous désirez passer à la pratique? Rendez-vous en page 42. Vous y trouverez la formule d'une crème anti-âge conçue par Gabrielle Favre.