

Beauté

Objektyp: **Group**

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

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

Heft 45

PDF erstellt am: **21.07.2024**

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.

Cosmétiques faits maison

Pionnière de la cosmétique naturelle, Gabrielle Favre vous propose ses recettes à réaliser en toute simplicité.



Gabrielle Favre
Thérapeute en médecine naturelle

Crème anti-âge jour et nuit



Corinne Clendet

Ingrédients

Huile de germe de blé ou de jojoba (tirée des graines d'un arbuste mexicain): 10 ml
Cire végétale émulsifiante: 3 g
Hydrolat de lavande (eau florale): 34 ml

Principe actif anti-âge

Huile essentielle de ciste ladanifère 2 gouttes

Agent conservateur

Propolis (3 gouttes) ou extrait de pépins de pamplemousse (10 gouttes)

Préparation

Mettez l'huile de germe de blé et la cire à chauffer au bain-marie, battez le tout avec le petit fouet jusqu'à ce que le mélange soit fondu, puis retirez du feu.

Ajoutez très progressivement l'hydrolat de lavande en battant vigoureusement jusqu'à ce que la crème refroidisse. Comptez 2 minutes environ.

Ajoutez les autres ingrédients l'un après l'autre, d'abord l'huile essentielle, puis l'agent conservateur, battez vigoureusement avec le fouet entre chaque ajout. Ce soin très fluide se conserve un mois si les conditions d'hygiène sont respectées.

Pour créer une autre crème

Il suffit de choisir une autre huile végétale et une autre huile essentielle. Chacune exerce un effet spécifique sur la peau. Pour découvrir leurs vertus, un site (www.aroma-zone.com) ou un livre (*Adoptez Slow Cosmétique*, Julien Kaibeck, Ed. Leduc's). Parmi les autres actifs anti-âge: huiles essentielles de rose de Damas, neroli (fleur d'oranger), géranium, hélichryse italienne (immortelle), extraits de kiwi ou de

kigelia, bilabosol.

Les précautions

Pour savoir si vous êtes allergique à la propolis produite par les abeilles ou à l'huile essentielle que vous allez utiliser, testez ces substances au creux du coude 48 heures avant.

Avant de commencer le travail, lavez vos mains avec un savon bactéricide et désinfectez à l'alcool les bols et ustensiles (un alcool de poire ou de pomme fait l'affaire).

Pratique

Pour se procurer les ingrédients et les ustensiles (petit fouet, bols, balance au gramme près, seringues pour prélever la dose exacte): magasins bio, droguerie, grandes surfaces ou, si vous ne trouvez pas, Gabrielle Favre, tél. 079 788 62 06.