

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2013)  
**Heft:** 47

**Rubrik:** Beauté

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 13.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# 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

## Gel bien-être

Ce gel hydratant et nourrissant s'applique sur tout le corps en massage circulaire jusqu'à pénétration complète du produit. Il est très simple à réaliser.

Nous avons choisi l'huile essentielle d'hélichryse italienne (l'immortelle) pour ses étonnantes propriétés curatives: elle traite la couperose, les varicosités sur les jambes, les bleus, favorise la cicatrisation et a un effet lissant sur la peau. Mais vous pouvez opter pour une autre huile essentielle, chacune a ses vertus que vous découvrirez en consultant les tableaux de Julien Kaibeck\* ou en surfant sur le site [www-aroma-zone.com](http://www-aroma-zone.com).

### Ingrédients

Hydrolat d'hamamélis (eau florale): 50 ml  
Gomme de guar: 0,8 g (gélifiant)  
Principe actif  
Huile essentielle d'hélichryse: 2 gouttes  
Conservateur  
Propolis (3 gouttes) ou extraits de pépins de pamplemousse (10 gouttes)

### Préparation

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). Et pour savoir si vous êtes allergique à la propolis ou à l'huile essentielle d'hélichryse, testez ces substances au creux du coude 48 heures avant.

Ensuite, mettez l'hydrolat d'hamamélis dans un récipient et ajoutez la gomme de guar. Mélangez le tout en battant vigoureusement



Subbotina Anna

avec le petit fouet pendant 2 minutes. Ajoutez les autres ingrédients l'un après l'autre, mélangez entre chaque ajout.

Il est normal que votre gel change de couleur quelques heures plus tard: il brunit légèrement.

## D'autres bonnes idées

Pour une crème de beauté: une huile végétale, par exemple de jojoba, enrichie d'une goutte de votre huile essentielle préférée.  
Pour un démaquillant: une huile

végétale qu'on émulsionne sur la peau du bout des doigts préalablement humectés. Puis retrait de l'huile avec un coton imbibé d'eau florale (par exemple hydrolat de

lavande, bouteilles bleues en droguerie).

\*Adoptez la *slow cosmétique*, Editions Leduc's