

NOTRE CHARTRE



Notre réseau de magasins Biocoop a pour objectif le développement de l'agriculture biologique dans un esprit d'équité et de coopération.

En partenariat avec les groupements de producteurs, nous créons des filières équitables fondées sur le respect de critères sociaux et écologiques exigeants.

Nous nous engageons sur la transparence de nos activités et la traçabilité de nos approvisionnements.

Présents dans les instances professionnelles, nous veillons à la qualité de l'agriculture biologique.

Nos biocoops sont des lieux d'échanges et de sensibilisation pour une consom'action responsable.

Plus de 320 magasins partout en France, liste complète sur www.biocoop.fr

Vous avez des questions sur Biocoop, sur un produit ? Contactez la ligne consommateurs au 0800 807 102.

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

Imprimé avec des encres à bases végétales sur papier 100 % recyclé.

Biocoop - SA Coop à capital variable - 911 avenue de Villars 75007 Paris - RCS Paris B 382 891 752 - GPO - Illustrations : Julie Brunswick - Crédits photos : Christophe Doucet, Marion Cordonnier - Imprimé par Les Hauts de Viane BP 52179 - 38221 Châteaubourg Cedex, entreprise Imprim'Vert (gestion des déchets dangereux dans des filières agréées) - Ne pas jeter sur la voie publique - Document non contractuel - 11/2013 - V2 - BF3218

BRANCHONS - NOUS ALTERNATIF !

JE FAIS MOI-MÊME MES COSMÉTIQUES

Économique, ludique, facile
...et moins d'emballages !



TRUCS & RECETTES
À L'INTÉRIEUR

COMMENT FABRIQUER SES COSMÉTIQUES ?

MASQUE À L'ARGILE

Argile verte (l'équivalent de 3 cc dans une cuillère en bois*), ½ cc d'huile d'argan, 4 gouttes d'huile essentielle de lavande

Mettre dans un bol tous les ingrédients. Mélanger le tout avec un peu d'eau jusqu'à l'obtention d'un mélange onctueux. Appliquer sur un visage propre. Garder une vingtaine de minutes maximum. Rincer à l'eau chaude en massant doucement et finir par un jet d'eau froide.

*L'argile ne doit pas être en contact avec le métal



RÈGLES DE BASE

Fabrication

- Stérilisez tout ce qui est en contact avec votre produit (fouet, bol, cuillère...) : faire bouillir 10 mn, utiliser un stérilisateur bébé ou un cuit vapeur.
- Désinfectez votre plan de travail (au vinaigre blanc par exemple).

Utilisation

- Étiquetez toujours vos préparations.
- Testez au préalable votre préparation : appliquez dans le pli du coude, attendez 24 h et vérifiez qu'aucune réaction n'est survenue.

Conservation

- Ajoutez quelques gouttes de conservateurs naturels (extrait de pépins de pamplemousse, huile essentielle de tea tree).
- Conservez au réfrigérateur 3 semaines maximum avec conservateurs (48 h sans conservateurs).

DEMANDEZ LE GUIDE !



MASQUE AU MIEL

1 cc de miel liquide, 1 cc de farine de seigle, 1 cc d'huile d'olive, 1 œuf.

Mélanger le miel liquide avec la farine, l'huile d'olive et un jaune d'œuf. Travailler le mélange quelques minutes puis appliquer sur le visage et le cou nettoyés. Garder environ 20 mn et rincer à l'eau tiède. Pour un résultat parfait vous pouvez rincer avec une infusion tiède faite d'une poignée de romarin bouillie dans un demi-litre d'eau.

LAIT CORPOREL HYDRATANT

80 ml d'huile de noyau d'abricot, 80 ml d'huile coco, 2 cs de glycérine, 1 cs de cire d'abeille, huile essentielle d'orange, 2 cs d'eau de fleur d'oranger.

Mettre les huiles d'abricot et de coco dans un bol. Faire chauffer au bain marie. Incorporer la glycérine et la cire d'abeille. Retirer du bain marie quand le mélange devient homogène. Terminer en ajoutant 6 gouttes d'huiles essentielles d'orange ainsi que la fleur d'oranger. Mélanger au fouet et conserver ce soin dans un flacon.

DÉMAQUILLANT

30 cl d'huile d'amande douce (hydratante), 20 cl d'eau de bleuet (aux propriétés apaisantes)

Mélanger tous les ingrédients dans un flacon et remuer. Utiliser chaque soir avec un coton généreusement imbibé de ce mélange.

TRUCS ET ASTUCES :

- > 1 cuillère à soupe = 15 ml, 1 cuillère à café = 5 ml
- > Pour l'argile, ne jamais utiliser d'ustensile en métal, cela produirait une réaction chimique qui nuit aux propriétés de l'argile (préférer une spatule en bois).
- > Ne jamais laisser sécher l'argile sur la peau !
- > L'argile verte est plutôt destinée aux peaux normales ou grasses, la blanche ou la rouge aux peaux sèches, la jaune ou la rose aux peaux sensibles ou irritées.