

famili

famili.fr



Janvier 2008 2,20

EN CADEAU
*Ses chaussettes
antidérapantes*

Coaching
Un mois pour
qu'il n'angoisse
plus la nuit

Le palmarès des prénoms 2008

- Les plus en vogue
- Ceux qui montent
- Les plus rares

Futur **maman**
À CHACUNE
SA MÉTHODE
POUR ARRÊTER
DE FUMER

NUMÉRO SPÉCIAL

**C'est décidé, cette année,
on se met au vert!**

- ✿ 12 gestes au quotidien **pour**
vivre mieux et dépenser moins
- ✿ 11 voitures propres
au banc d'essai
- ✿ 8 réflexes **pour protéger nos**
bébés des polluants à la maison



mon credo!

de produits de beauté ont l'obligation d'indiquer combien de temps on peut utiliser le produit après ouverture (tu sais, c'est ce petit logo qui représente un pot ouvert marqué d'un chiffre). Et puis, il y a conservateur et conservateur: par exemple, les acides benzylique et benzoïque, utilisés dans les soins bio, sont tout deux des molécules *nature-like*, c'est-à-dire identiques à des molécules présentes naturellement dans les huiles essentielles ou les

résines. Ce sont donc des conservateurs doux, non irritants. De manière générale, les marques bio optent pour des conditionnements qui protègent de l'air et de la lumière quand c'est nécessaire (flacon «air-less» par exemple). Mais de toi à moi, pour que nos crèmes ne s'altèrent pas trop vite, mieux vaut utiliser les petites spatules car y plonger les doigts c'est introduire des bactéries qui, avec le temps, abiment le produit. On peut aussi les ranger au frais, ça prolonge leur durée de vie. Et, comme le

froid active la circulation sanguine, le produit est plus efficace sur la peau.

N. Et les forêts et les champs que l'on risque de raser pour les petites crèmes, tu y penses?

C. Je crois en une cosmétique bio, bonne pour la planète. En ce qui concerne la déforestation, inutile d'incriminer les marques de cosméto bio. Forest People ou Guayapi Tropical, par exemple, ont un engagement éthique et environnemental fort. En contribuant à la reforestation avec des opérations telles que «Un flacon acheté, un arbre replanté», mais aussi en

travaillant de concert avec des associations telles que Forest Garden Products, qui mettent en place des actions visant, entre autres, à ne pas épuiser les sols.

Je te signale aussi, ma chère, que «mes petites crèmes» comme tu dis, ne sont pas mauvaises pour l'environnement puisque produits et emballages sont biodégradables ou recyclables. Les fabricants

