



BELLE ET RESPONSABLE

Se recentrer sur l'essentiel en adoptant des produits aussi efficaces qu'écologiquement corrects et en réduisant son impact sur l'environnement, c'est possible ! Aurélia Hermange

1

J'opte pour des soins visage labellisés Slow Cosmétique

● **Bon pour moi :** les soins labellisés Slow Cosmétique sont formulés à partir d'huiles végétales vierges et d'huiles essentielles, réputées pour leur qualité et leur action ciblée sur la peau. « Ils ont éliminé les ingrédients qui font polémique par principe de précaution et privilégient les listes d'ingrédients courts qui limitent les risques de réaction cutanée », dit Jennifer Grimalt, esthéticienne.



● **Et pour la planète :** les produits portant le label sont conçus sans microplastiques et leurs formules ne contiennent ni polymères ni silicones, connus pour s'accumuler au fond des océans où ils sont absorbés par le microplancton pour se retrouver, à terme, dans nos assiettes. « La charte promeut les marques artisanales, ce qui assure aussi une bonne traçabilité des ingrédients et un circuit court », complète Pascale Brousse, spécialiste de la *clean beauty*.

Nos expertes



Pascale Brousse

fondatrice de Trend Sourcing, agence de veille et d'études prospectives, spécialiste de la *clean beauty*



Jennifer Grimalt

esthéticienne, naturopathe, fondatrice de Green Beauty Formation

Mon shopping responsable

- 1. 35 huiles végétales.** Un cocktail 100 % naturel et *made in France*, très riche en antioxydants pour repulper et tonifier. Huile visage Plump it, oLution, 47 € les 15 ml. oolution.com
- 2. Peau nette.** Certifié bio, ce sérum en huile de soin de fabrication artisanale affine le grain de peau et limite les imperfections. Oléo-Sérum Visage lavande-bergamote, Lulu & Guite, 29,40 € les 30 ml. luluetguite.fr
- 3. Le plein d'éclat.** Un soin vendu dans un contenant en verre consigné, lavé et réutilisé, à 87 % issu de l'agriculture bio. Sérum repulpant à la rose, Cozie, 32,50 € les 30 ml. cozie-bio.com
- 4. Spécial peaux sèches.** Vegan et Cosmebio, il maintient l'hydratation naturelle de la peau et la protège au quotidien. Soin de jour à la mélisse, Douceur Cerise, 21,10 € les 50 ml. douceur-cerise.com



2

J'utilise des recharges

● **Bon pour moi :** opter pour les recharges est économique (elles coûtent moins cher que le produit classique), pratique (les pochons sont plus faciles à stocker) et esthétique :

« Les marques se mettent à penser les recharges comme des objets *design*, ce qui donne envie de les conserver », analyse Pascale Brousse. Un phénomène qui touche les produits d'hygiène comme le parfum (Mugler propose depuis 1992 de venir recharger son flacon à l'une des 14000 fontaines de la maison) ou le maquillage (les premiers rouges à lèvres de la maison Hermès sont d'ores et déjà rechargeables).



● **Et pour la planète :** « La recharge permet d'économiser 60 à 65% de plastique sur les produits d'hygiène, mais aussi d'utiliser moins de verre ou d'aluminium, de dépenser moins d'énergie et donc d'alléger son bilan carbone », explique Jennifer Grimalt.

Mon shopping responsable

- 1. 78 % de plastique en moins.** L'équivalent de deux flacons dans un format plus respectueux de l'environnement. Shampoing Elève Huile Extraordinaire, L'Oréal Paris, 5,60 € les 500 ml. GMS.
- 2. Recharge intelligente.** Elle permet de remplir quatre fois son flacon de 100 ml et d'économiser 91 % de plastique. Éco-recharge Source Micellaire Enchantée, Garancia, 16,90 € les 400 ml. Pharmacies.
- 3. Économique.** Réutilisable à l'infini, il suffit d'y ajouter une référence de gel douche, shampoing ou savon liquide. Flacon rechargeable, 2,50 € + recharge, 7 € les 300 ml. Boutiques The Body Shop.
- 4. Design.** Ce flacon est équipé d'un bouchon "Small push" anti-gaspi qui permet d'obtenir la juste quantité de produit. Shampoing Aussie, 8,90 € la bouteille en aluminium et 7,50 € la recharge de 480 ml. GMS.



3

Je me laisse séduire par le shampoing solide

● **Bon pour moi :** il ne contient ni silicone, ni savon, ni sulfate, pour un toucher naturel et un cuir chevelu protégé. Côté gestuelle, il suffit de le frotter délicatement sur le cuir chevelu mouillé pour nettoyer sans irriter. Nomade et très concentré, il dure aussi longtemps que deux flacons de shampoing liquide classique et convient à toute la famille. « On le trouve désormais dans des versions enrichies en actifs hydratants. Mais attention, il faut une petite période d'adaptation de quatre shampoings pour libérer la fibre des agents chimiques traditionnels et apprécier réellement le résultat ! », prévient Pascale Brousse.



● **Et pour la planète :** « Utiliser des cosmétiques solides permet de réduire son impact environnemental en éliminant les flacons en plastique et les suremballages », approuve Jennifer Grimalt. En prime de cet objectif zéro déchet, un rinçage plus rapide, nécessitant en général un tiers d'eau en moins, soit 80 % d'eau chaude et donc d'énergie dépensée.



Mon shopping responsable

- 1. Pour cheveux secs.** À l'huile de coco vierge pour nourrir sans alourdir. Shampoing solide Lamazuna, 9,90 € les 70 ml. lamazuna.com
- 2. Nourrissant.** Sans sulfate ni silicone mais avec 5 huiles essentielles et des aminés d'avoine pour réparer et restructurer. Shampoing solide Réparation Intense, L'Occitane, 12 € les 60 g. Dans les boutiques de la marque.
- 3. Solidaire.** Formule clean, emballage 100 % recyclé et 5 € reversés à l'ONG Charity Water qui favorise l'accès à l'eau potable. Shampoing Solide Shampure, Aveda, 15 € les 100 g en édition limitée. aveda.eu
- 4. 94 % de plantes.** Zéro déchet plastique, grâce à un emballage en carton 100 % recyclable. Shampoing solide Ultra Doux, Garnier, 4,90 € les 100 g. GMS.

4

Je choisis des gels douche biodégradables

● **Bon pour moi :** composés majoritairement de produits naturels et non modifiés comme les huiles végétales ou les tensioactifs issus des sucres de maïs ou de coco, ils n'intègrent pas de sulfates moussants mais décapants. Résultat : un surplus de soin et de nutrition pour la peau et moins de risques de sécheresse ou d'irritation.



● **Et pour la planète :** un actif biodégradable peut retourner dans l'environnement sans créer de déchets permanents ni polluer les cours d'eau, l'océan ou les nappes phréatiques. « Selon Eurofins, le leader mondial des analyses environnementales, ces formules devraient pouvoir être dégradées à plus de 90 % au bout de 28 jours, indique Pascale Brousse. Pour le moment, la biodégradabilité peut être revendiquée par les marques sans être vérifiée par un organisme extérieur. »

Mon shopping responsable

1. **Rechargeable.** Formulé avec 98 % d'ingrédients d'origine naturelle récoltés en France et un vrai souci de sensorialité. Gel douche pêche-nectarine, Le Petit Marseillais, 3,40 € les 250 ml. GMS.
2. **Sans sulfates.** Enrichi en aloe vera, il rafraîchit et tonifie la peau de toute la famille. Gel douche vivifiant à l'aloë vera, Natessance, 10,70 € le litre. Grandes surfaces.
3. **Familial.** À l'huile d'amande douce riche en acides gras, et biodégradable à 99 % pour protéger la peau et la planète. Gel douche Natural Caresse, Cadum, 3,79 € les 400 ml. GMS.
4. **Concentrée.** Sa texture huile soyeuse se transforme en lait au contact de l'eau et nourrit en profondeur. Huile nettoyante végétale visage et corps, Nuxe Bio, 24,90 € les 200 ml. Pharmacies.



5

J'utilise des déos en éco-sprays

● **Bon pour moi :** grâce à une diffusion moins puissante que celle des aérosols classiques, ils forment une brume fine et légère qui se dépose sur la peau tout en délicatesse pour un résultat ultra-doux. Et comme ce mode de pulvérisation crée moins de résidus, c'est également autant de dépôts en moins sur les vêtements et donc de traces blanches. **Plus compacts, ils se glissent partout, même en cabine dans l'avion !**



● **Et pour la planète :** les éco-sprays utilisent un propulseur à base d'azote naturellement présent dans l'air, ce qui permet de réduire les émissions de gaz à effet de serre et de limiter l'impact sur le réchauffement climatique. « Généralement conditionnés dans des flacons en aluminium recyclable ils offrent le même nombre d'utilisations qu'un aérosol classique dans un format compressé », précise Jennifer Grimalt.



Mon shopping responsable

1. **Vegan et naturel.** Enrichi en glycérine hydratante pour maintenir l'eau dans les tissus et à 99 % d'origine naturelle. Déodorant spray Love beauty and planet, 5,20 € les 75 ml. GMS.
2. **Certifié Cosmos Natural.** Concentré en actifs issus de plantes dans un flacon en aluminium recyclable à l'infini. Déodorant Arbre à thé, Dove, 4,29 € les 75 ml. GMS.
3. **48 h d'efficacité.** Du ginseng et des minéraux naturels dans un flacon en verre en partie recyclé. Déodorant Spray Natural & Strong, lavera, 9,70 € les 75 ml. Magasins bios.
4. **Sensoriel.** Sans diffusion de gaz ni sels d'aluminium, anti-traces jaunes et blanches, bio et avec une efficacité de 24 h. Déodorant éco-spray peps de grenade, I Love Bio, 4,50 € les 100 ml. GMS.

6

Je préfère les parfums éco-friendly

● **Bon pour moi:** «Ces jus ont banni tous les actifs suspectés d'être des perturbateurs endocriniens et les substances controversées, s'exclame Pascale Brousse. Un vrai plus pour les peaux sensibles qui supportent de moins en moins les molécules de synthèse.» Attention toutefois à certaines huiles essentielles comme celle de bergamote qui contient des bergaptènes photosensibilisants et qui est donc à éviter en cas d'exposition solaire!



Et pour la planète: généralement fabriqués à partir d'une base d'alcool bio obtenue par fermentation du blé, ils privilégient l'utilisation d'huiles essentielles et les procédés d'extraction les plus écologiques possibles: pression à froid, vapeur d'eau ou extraction au CO₂ super-critique qui permet de recueillir une substance sans aucune trace de solvants ou de métaux lourds. «De plus, les flacons sont généralement rechargeables ou *a minima* dotés de packagings recyclables et présentés dans des flacons en verre allégé et recyclé», souligne Jennifer Grimalt.

Mon shopping responsable

1. **Clean.** Certifié par Ecocert et composé d'un concentré de parfum d'origine naturelle, fait d'extraits de plantes, d'alcool de blé bio et d'eau. Eau de parfum Rose Métamorphose, Virevolte, 75 € les 50 ml. parfumsvirevolte.com
2. **Ecoresponsable.** Sans ingrédients controversés, colorants ni filtres UV, mais avec un flacon recyclable et un emballage durable. Eau de parfum 102, Bon Parfumeur, 38 € les 30 ml. bonparfumeur.com
3. **Pour libérer les émotions.** Un cocktail de 11 huiles essentielles, fabriqué en France et certifié Slow Cosmétique. Spray aromachologique Nouveau souffle, 100BON, 49 € les 200 ml. 100bon.com
4. **Aromaparfum.** Inspiré de l'aromathérapie et doté d'une formule à 98 % d'origine naturelle, il prend soin de la peau et apaise l'esprit. Eau de parfum Lily Ambre, Aimée de Mars, 39 € les 39 ml. maisondemars.com



Les parfums éco-friendly
sont fabriqués à partir d'une
base d'alcool bio.

Et si on apprenait à trier ?

**Sans tri, pas
de recyclage !**
Or, si plus de
**80% de nos
emballages**

de salle de bains
sont recyclables,
**66% d'entre
nous** ne trient pas
encore leurs pro-
duits de beauté,
essentiellement
par manque
d'information.

**Bonne
nouvelle pour les
indécis :** L'Oréal
France a lancé
avec CITEO la
plateforme trion-
senbeaute.fr qui
permet de voir en
un clic comment
trier les produits
cosmétiques par
type / matériau
d'emballage.



LIUPCO SMOKOVSKI / STOCK.ADOBE.COM - SDP

Vive le démaquillage zéro déchet !

Selon le site consoGlobe (consoglobe.com),
nous pouvons utiliser jusqu'à six cotons par jour,
soit 180 par mois et plus de 2100 par an !
« En adoptant les carrés en coton lavable ou en
microfibres végétales, on consomme moins, voire
pas du tout de produit démaquillant et on réduit
ses déchets », analyse Pascale Brousse. Le bonus ?
Ils sont réutilisables quasiment à l'infini.

Mon shopping responsable

- 1. Économique.** Un gant en microfibres
à utiliser sans démaquillant pour éviter d'agresser
les peaux sensibles. Gant démaquillant,
H2O, 7,80 €. h2oathome.fr
- 2. Réutilisables 300 fois.** En coton biologique,
avec une face éponge pour désincruster
et une face molleton pour nettoyer.
Carrés démaquillants, Aroma-Zone, 4,90 € les 7.
aroma-zone.com
- 3. Polyvalent.** Une microfibre qui vient
à bout des maquillages les plus résistants,
y compris ceux réputés waterproof.
Gant démaquillant KT Care, 17 €. kt-care.com
- 4. Pratiques.** Bifaces (coton / bambou), avec
un filet de rangement servant aussi de sac de
lavage. Kit lingettes démaquillantes lavables,
Pachamamai, 16,90 € les 9. pachamamai.com



LES DENTIFRICES "À CROQUER OU À FROTTER", C'EST BIEN ?

● **Fabriqués à partir
d'ingrédients naturels**
comme le carbonate
de calcium, l'huile essen-
tielle de menthe poivrée
ou le charbon, ces den-
tifrices ne contiennent

aucune substance toxique
ou indésirable.

● **Pratiques,** ils se
croquent version pastilles
ou se frottent directement
avec la brosse à dents.

● **Bonus environnemen-
tal,** leur formule zéro
déchet permet d'éviter
de polluer : nous utilisons
en moyenne 276 tubes de
dentifrice dans une vie. Or,
les tubes font partie des
déchets résiduels, qui ne
se recyclent pas.

