

BEAUTÉ

Ma « bio-té » Je

LE BIO S'INVITE DANS NOTRE SALLE DE BAIN POUR LE PLUS GRAND PLAISIR DE NOTRE PEAU. MAIS ATTÉLÉMENTS DE RÉPONSE.

Qu'est ce qu'un soin bio ?

Tous les produits peuvent se dire verts ou écologiques mais il est important de faire la différence entre bio et naturel car il s'agit là de deux choses distinctes. Les soins naturels contiennent peu ou pas de composants synthétiques, il faut donc lire la liste des composants très attentivement. Les produits bios sont quant à eux issus de l'agriculture biologique et souvent garantis par un label.

Les labels

Il existe différents labels français :

BDIH : c'est l'un des labels les plus exigeants en termes de critères à respecter par les fabricants. Il apparaît en France sous le logo « Qualité France ».
Cosmébio : les produits utilisés sont ici certifiés de manière indépendante et issus de l'agriculture

biologique contrôlée. Il délivre deux certifications indépendantes, BIO et ECO.

Ecocert : il autorise uniquement 5% d'ingrédients de synthèse dont le benzoate de sodium, l'alcool benzylique, l'acide salicylique, l'acide propionique et ses sels, l'acide salicylique et ses sels et l'acide sorbique et ses sels.

Cosmos : il s'agit là du label européen qui devrait à terme remplacer les labels français Cosmébio et Ecocert.

Si un soin ne dispose pas d'un label certifié bio, cela ne veut pas forcément dire qu'il n'est pas réellement bio. Il peut en effet respecter les mêmes principes. Pour s'en assurer, il faut regarder attentivement son étiquette. Elle doit mentionner tous les ingrédients naturels et les ingrédients issus de l'agriculture biologique telle que les huiles essen-

tielles, l'utilisation des énergies renouvelables et le recyclage de l'emballage. En revanche, elle bannit les conservateurs chimiques, les ingrédients non renouvelables, les substances dérivées de l'industrie pétrochimique, les parabènes, les tests sur les animaux ou supposant la mort d'un animal et tout procédé qui ne prendrait pas en compte l'environnement.

ATTENTION AUX HUILES ESSENTIELLES

Les vertus des huiles essentielles sont intéressantes mais leur utilisation peut entraîner des risques d'allergies.

De même, les femmes enceintes et les jeunes enfants ne doivent pas les utiliser. Rassurez-vous, les huiles essentielles utilisées dans les soins bio sont toujours parfaitement dosées afin de prévenir tout problème.



1. Baume lèvres, Yves Rocher, 4,90 €, www.yves-rocher.fr - 2. Crème du coucher, Yves Rocher, 15 €, www.yves-rocher.fr - 3. Lait démaquillant, Nafha, 19 €, www.nafha.eu - 4. Crème visage arbre à thé Absolis, Patyka, 39 €, www.patika.com - 5. Bain douche bois précieux Absolis, Patyka, 29 €, www.patika.com - 6. Exfoliant doux végétal corps, B com Bio, 17,70 €, www.bcombio.fr - 7. Sérum régénérant anti-âge, H2bio, 27,90 €, www.h2o-at-home.com - 8. Masque soin hydratant, Weleda, 12,70 €, www.weleda.fr - 9. Mousse nettoyante visage à l'eau de rose, Bioexigence, 15,90 €, www.ccbparis.fr - 10. Shampoing sans savon cheveux secs et abîmés, Biopha Nature, 5,95 €, www.biopha.com

prends soin de moi au naturel !

ATTENTION, SI DE NOMBREUSES MARQUES SE PRÉTENDENT BIO, ELLES NE LE SONT PAS FORCÉMENT.

Avantages et inconvénients

Les +

- Depuis quelques années déjà, les marques ont nettement amélioré la qualité de leurs produits que ce soit au niveau de la texture et du parfum que du packaging.
- Ces soins protègent bien évidemment l'environnement mais également votre peau !
- Dépourvus d'allergènes, de produits synthétiques et de parabènes, les soins sont moins agressifs et garantissent l'absence d'allergies ou de démangeaisons. Ils conviennent à tous les types de peaux même les plus sensibles.
- Ils utilisent des ingrédients naturels reconnus pour leurs propriétés exceptionnelles

Les -

- La conservation des produits reste un problème,

dans la mesure où ils ne contiennent pas d'éléments de synthèse, donc pas de conservateur. C'est pourquoi ils ont une durée de vie plus courte que les soins classiques, soit une conservation d'environ 3 mois. Alors, pour mieux conserver ses produits, il est important de bien se laver les mains avant de les utiliser et de préférer les flacons pompe ou les tubes. Mettre ses doigts dans une crème présentée en pot peut entraîner la prolifération de bactéries. Pensez enfin à conserver vos cosmétiques à l'abri de la lumière et de la chaleur, et à vous en débarrasser dès que la couleur et/ou l'odeur évolue.

Où trouver des soins bio ?

Ils sont partout. GMS, pharmacies, parapharmacies, enseignes spécialisées, Internet, il y en a pour tous les goûts.

LES FAUSSES IDÉES

Les soins bio ne sont pas forcément plus chers que les autres. Les marques ont fait d'énormes progrès pour aligner leur prix sur ceux des autres produits que l'on trouve dans le commerce.

*Vous l'aurez compris,
il est temps de vous
mettre au vert !*



11. Déodorant roll-on, Biopha Nature, 3,45 €, www.biopha.com - 12. Le soin regard bioconcentré anti-âge contour des yeux, Absolution, 34,80 €, www.absolution-cosmetics.com - 13. Beauté du corps, Calinèse, 42,50 €, www.calinese.com - 14. Brume tonifiante, O.L.C., 29 €, www.olcosmetics.com - 15. Sucre Frappé duo masque & gommage, Pulpe de vie, 19,50 €, www.pulpedevie.fr - 16. Huile visage & corps nourrissante et délassante Rituels d'Afrique, Nohém, 35 €, www.nohem.com - 17. Serum lifting concentré My Age, Lavera, 19,95 €, www.lavera.fr - 18. Fluide de jour lumineux, Douces Angevines, 67,90 €, www.lesdoucesangevines.com - 19. Après-shampooing fortifiant pomme verte, So'Bio, 5,86 €, en vente en GMS - 20. Crème hydratation intense, Lift'Argan, 23 €, www.leanature.com