



(pratique)

Faire ses cosmétiques, ça s'apprend

Une lotion démaquillante, une crème antirides, un sérum liftant, on peut tout faire chez nous apprenant ces techniques maison. Efficaces et bon marché? Nous avons testé...

Trois heures à manipuler des hydrolats, des huiles végétales, des oxydes et des actifs pour concocter son propre gel tenseur pour le visage, son sérum anti-âge ou son contour des yeux : tel est le programme proposé par Marie-Laure, naturopathe chez **Aroma-Zone** à Paris.

Une histoire de femmes avec ces huit apprenties chimistes aujourd'hui motivées par les soins naturels : connaître et maîtriser les ingrédients d'une crème efficace, mais aussi moins chère que les produits cosmétiques hors de prix.

3 mois de conservation

Cuillères doseuses, flacons, poudres, liquides, pipettes et thermomètres sont éparpillés sur la table, et des recettes disposées devant chaque participante avec un chauffe-pot individuel. Le fouet miniature va se révéler être l'instrument clé pour une recette riche en actifs raffermissants : caféine, aloe vera, menthe et huile de concombre. Chacune s'est lavé les mains avant de désinfecter bois et seringues à l'alcool à 60 degrés. « Tout est bio et vos préparations se garderont au frais (ou à l'abri de la lumière et de la chaleur) jusqu'à trois mois, explique Marie-Laure. Mais attention, ce n'est pas parce que les produits sont naturels que vous ne pouvez pas développer une allergie. »

Chacune « cuisine » à son rythme sous le regard attentif de Marie-Laure qui virevolte en proférant ses conseils :

utiliser de l'eau minérale, remplir à ras les cuillères doseuses, utiliser le bain-marie si on n'a pas de chauffe-pot chez soi... Micheline s'est trompée dans les proportions : elle n'a mis que 2 grammes d'eau au lieu des 22 grammes. Elle rectifie. Pour ce gel tenseur, il faut ensuite ajouter de l'hydrolat de menthe (pour l'odeur), de l'oxyde minéral bleu (pour la couleur), un peu de gomme (pour solubiliser), de l'aloë vera (pour reminéraliser)...

« C'est très ludique », s'amuse Micheline qui, chez elle, a déjà acheté pour 100 euros de matériel dont les incontournables balances, fouets, seringues, cuillères doseuses et flacons.

« Passez-moi l'huile de concombre ! », réclame Catherine qui ajoute aussi l'oxyde minéral. Zut, elle n'aime pas la couleur bleue du gel : « La prochaine fois, je n'ajouterais pas de colorant », dit-elle, sachant que les autres ingrédients sont indispensables, comme le concombre dont les vertus restaurent la barrière lipidique de la peau.

Plus d'actifs que dans le commerce

Deuxième essai : un sérum concentré au trio d'actifs antirides. « Alors qu'une crème équivalente dans le commerce coûte au moins 50 euros, vous pouvez la réaliser pour quelques euros », assure Marie-Laure en avançant jusqu'à 13% d'actifs alors que ceux du commerce n'en contiendraient que 2%. Un sérum



Économie Réalisée

- **9,40 €** Pour une crème visage anti-âge aux fleurs de lys : 15,50 € contre 24,90 € les 50 ml chez Florame.
- **25,10 €** Pour un sérum contour des yeux et des lèvres anti-âge (voir recette) : 11,90 € contre environ 37 € les 15 ml chez Nuxe.
- **4,50 €** Pour une crème corps au beurre de cacao blanc : 15,50 € contre 20 € les 100 ml chez L'Occitane.
- **80,10 €** Pour une crème douceur vanille, coton et soie : 11,90 € contre 92 € la crème de coton chez Carita.



a vaut le coût ?

soi et des stages

APRÈS 10 JOURS D'UTILISATION

Laurence :
« Le sérum sent bon ; il n'est pas gras, il s'étale et pénètre bien dans la peau. J'en mets tous les matins. »

Bénédictte : « Le gel contour des yeux est frais (je le conserve au frigo) et pas collant du tout. Il sèche vite sur la peau, ce qui est très agréable. Je trouve que les crèmes dans le commerce sont trop grasses ! »

Agnès : « Avant, je prenais des crèmes industrielles. Maintenant, au moins, je sais ce que je mets sur ma peau ! »



Elles sont huit apprenties chimistes à suivre le cours. Les gestes doivent être précis.

(1) On découvre les odeurs.

(2) Il faut surveiller la température de l'eau du chauffe-pot.

(3) Et ne pas se tromper de dosage.

(4) L'oxyde minéral va donner au gel tenseur sa couleur bleue.

moins cher et plus efficace ? Tout le monde se concentre : hydrolat de bambou, huile de tomate, vitamine C et deux gouttes d'acide lactique. Mais Marie trouve que la réalisation est un peu pénible : « J'en ai déjà marre et pourtant, j'étais pleine de bonne volonté ! »

Encore un effort pour préparer cette fois un gel contour des yeux (voir la recette ci-contre). Avec les années, notre peau perd 50% de son acide hyaluronique naturel, d'où l'intérêt d'en rajouter dans ce gel car ce composant joue un rôle prépondérant dans l'élasticité de la peau : « Aïe, j'ai mis trop d'acide », soupire Agnès.

« Comme c'est un actif puissant, jetez la préparation. Cela pourrait irriter la peau », conseille Marie-Laure. Retour à la case départ pour Agnès. Une fois la préparation terminée, chacune la fait glisser sur sa peau : « Normalement, un gel contour des yeux fonctionne aussi pour les lèvres, dit Bénédictte qui se tartine la bouche. C'est frais et ça nourrit la ride, je le sens ! ». Philosophe, Catherine conclut la séance : « Allez, rendez-vous dans dix ans... Pour voir si ça marche ! » ■

Alicia COMET

Photos : Jérôme MARS

Aroma-Zone
1, rue de l'Arbalète,
75005 Paris.
Tél. 04 73 34 06 08.
www.aroma-zone.com
29 € pour 1 heure,
49 € pour 3 heures.

Carnet pratique

De nombreux sites et ateliers proposent l'achat des ingrédients, kits et stages un peu partout en France.

Quelques exemples :

- À Lyon, La fabrique de cosmétiques : www.la-fabrique-de-cosmetiques.com ou Tél. 04 78 03 32 93 • 45 € pour 2 heures.
- À Bondoues (Nord), L'atelier Home Made : Tél. 06 01 77 96 35 • 35 € pour une heure.
- À Marseille, Les ateliers de la Méditerranée : Tél. 04 86 95 17 44 • 20 € pour une heure et demie.
- À Toulouse, Les ateliers en herbe : Tél. 05 34 26 40 49 • 50 € pour 4 heures (soins visage, corps, capillaires).
- À Bordeaux, Boutique Herbeo : Tél. 06 83 36 49 77 ou www.herbeo.fr • 18 € pour 1 heure • 34 € pour 2 heures (soins du corps et cosmétiques).

RECETTE

Un sérum contour des yeux et des lèvres en 20 minutes

INGRÉDIENTS

- 10 g d'eau
- 0,8 g d'extrait actif de fleurs de cerisier
- 0,06 g d'acide hyaluronique (4,90 € le gramme)
- 6 gouttes d'actif relax'rides (4,90 € les 10 ml)
- 1 goutte de jus de betterave (pour la couleur rosée)
- 1 goutte d'extrait d'amande de cerise
- 1 goutte d'extrait aromatique
- 7 gouttes de conservateur Leucidal

- Mettre l'eau et l'extrait de fleurs de cerisier dans un bol, puis ajouter l'acide en poudre en le saupoudrant avant de mélanger.

- Laisser reposer 15 minutes afin que le gel se forme. Mixer énergiquement pour obtenir un gel homogène.

- Ajouter un à un les autres ingrédients en mélangeant entre chaque ajout.

- Transférer la préparation dans le contenant choisi avec la pipette. C'est fini !