



Objectif : réduire nos déchets !

Trucs et astuces ...

... pour la salle de bain !

75 000 tonnes d'emballages cosmétiques et hygiéniques sont jetés chaque année en France !

Le coton à partir duquel sont fabriqués les cotons démaquillants et les têtes de cotons-tiges provient souvent de régions lointaines. Cette plante, dont la demande mondiale ne fait qu'augmenter, demande entre **7000** et **29 000** litres d'eau pour en produire un kilo ! Et c'est sans compter le carburant nécessaire pour acheminer la matière en Europe, ainsi que les emballages plastiques qui permettent de la stocker.

Voici donc quelques idées pour réduire nos déchets de salle de bain.



1. Le coton démaquillant laisse place aux lingettes lavables. Il en existe de toutes formes et tailles.
2. Les oriculi ou coton tige en papier ou bois remplacent les traditionnels cotons-tiges
3. Les flacons de gel douche et de shampoing peuvent être remplacés par leurs homologues sous forme solide, pain de savon et shampoing solide.
4. Remplacer les rasoirs jetables et brosses à dents en utilisant un rasoir de sûreté ou une brosse à dents rechargeable, en bambou ou à tête interchangeable.
5. Fini le lave mains style « pousse mousse » un savon fait très bien l'affaire !



Pour les produits d'hygiène intime, favorisez plutôt les cup menstruelles, les serviettes hygiéniques lavables, ou les culottes de règles.

Pour aller plus loin, vous pouvez aussi réaliser vos propres cosmétiques.

En choisissant de faire vos propres soins. Vous avez la main sur les ingrédients que vous mettez dans la préparation et donc sur votre peau. Ce sont des produits naturels et Bio.

Petite recette :

Faire son huile démaquillante :

Utilisez des produits bio de préférence. Vous trouverez très facilement les ingrédients en magasin ou sur internet.

Matériels :

Une balance

Un flacon de 100 ml.

Ingrédients :

25g d'huile de ricin

25g d'huile d'argan

50g d'hydrolat de bleuet

Agitez et c'est prêt !



**C'est une certitude ...
changeons nos habitudes !**

Service CTDMA
05.32.09.19.08



Chaque huiles correspond à un types de peaux et peut être mixer.

A vous de choisir votre huile en fonction de vos besoins.

Voici un tableau pour vous guider dans vos choix.

	Normale	Grasse	Mixte	Sèche	Sensible	Mature	Acné	Terne	Réactive
Amande douce	X			X	X				
Abricot			X			X		X	
Argan	X		X	X		X			
Avocat				X		X			
Bourrache				X		X			
Cacao (beurre)				X					
Carthame				X	X	X			X
Chanvre			X	X		X			
Coco				X					
Framboise	X				X	X		X	X
Germe de blé				x	X				X
Jojoba	X	X	X	X	X	X	X	X	
Karité (beurre)				X					
Lin				X	X	X	X		X
Macadamia	X			X	X	X			
Neem		X					X		
Nigelle		X		X	X		X		
Noisette		X	X				X		
Olive	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Onagre	X					X			
Pépins de raisin		X	X			X	X		
Ricin						X		X	
Rose musquée	X			X	X	X			
Sésame		X		X	X	X			