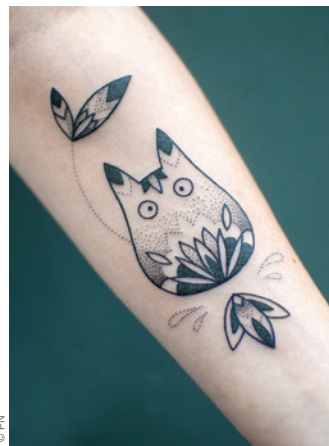




éco-consommation

.....



Tattoo Bio ? T'as tout bon !

On les voit de plus en plus, et pour cause : un peu plus d'un Français sur dix a cédé à la tentation d'un ou plusieurs tatouages. Les tatouages permanents sont les plus classiques et leur réalisation implique l'utilisation de pigments indélébiles par injection intradermique. Problème : certaines encres contiendraient une liste impressionnante de métaux toxiques comme l'aluminium, le cobalt, le chrome, le cuivre, le mercure. Les encres noires contiennent des hydrocarbures aromatiques polycycliques dangereux, comme le benzopyrène, classé cancérigène par l'OMS. Désormais, il existe des alternatives naturelles sans risques cancérigènes ou

allergéniques. Parmi elles, le tatouage temporaire au gel de Jagua, arbuste d'Amazonie dont le liquide extrait du fruit a la particularité de teindre la peau d'une manière entièrement naturelle. C'est un processus sain et éthique qui ne nécessite aucune injection chirurgicale. Indolore, le tatouage s'estompe au bout de trois semaines, car les pigments du gel de Jagua restent en surface. Par ailleurs, ce gel ne contient pas de produits issus de la pétrochimie. Il répond aux normes cosmétiques en vigueur de l'Union Européenne, et... il est tout à fait possible de réaliser soi-même un tatouage au Jagua.

Les bons petits gestes écolos-quotidiens

Quelques trucs et astuces simples permettent de diminuer significativement notre impact sur l'environnement. Pour se déplacer, et si la distance à parcourir est courte, privilégiez la marche à pied ou le vélo. Pédaler vous permettra de garder la forme et la ligne et vous économiserez de l'énergie et de l'argent ! Faites vos courses dans un marché bio, en privilégiant les produits locaux et les fruits et légumes de saison non



importés. Achetez en petites quantités et au fur et à mesure ; ainsi, vos denrées ne finiront pas à la poubelle. En cuisine, optez pour une cuisson rapide et économique : faites bouillir ou cuire vos plats en plaçant un couvercle sur vos poêles et casseroles. Qui plus est, les aliments conserveront toute leur saveur, leurs vitamines et oligo-éléments. Dans la salle de bains, préférez la douche, qui emploie seulement 50 litres d'eau, contre 300 pour un bain... Vous pouvez aussi installer un stop-douche, système équipé d'un bouton sur lequel vous appuyez pour arrêter l'arrivée d'eau pendant que vous vous savonnez. Toujours côté toilette, choisissez des produits naturels comme le savon d'Alep composé d'huile d'olive et de baies de lauriers. Vous pouvez l'utiliser comme un savon classique, en shampoing et même en masque pour le visage. Pour laver votre linge, choisissez les noix de lavage, fruits issus d'un arbre cultivé entre l'Inde et le Népal. Enfin, pour les vêtements, optez pour la laine, la soie, le chanvre ou le lin, qui nécessitent moins d'entretien et de produits chimiques que les vêtements en coton. Pour ce qui est des vêtements en nylon et en polyester, ils sont excessivement nocifs pour la nature. Quant à la fourrure, elle est à proscrire, pour des raisons non seulement écologiques, mais éthiques.