

Beauté

Nettoyage du visage au savon : bonne ou mauvaise idée ?

L.R.A.
Libreville/Gabon

LES savons sont trop agressifs pour le nettoyage du visage et détériorent donc le film hydrolipidique qui recouvre l'épiderme. Pour limiter ces inconvénients, favorisez un savon surgras et doux pour la peau, conseille Iguewa Mbadina, manager de Iguewa beauty clinic. Pour l'esthéticienne, le savon à appliquer sur le visage doit être surgras (fabriqué selon la méthode de saponification à froid, qui conserve la glycérine dans le savon). Car, "la glycérine est un agent humectant qui favorise l'hydratation". De même, le savon qui va sur le visage ne doit pas contenir de parfum ou de fragrance qui assèchent la peau. Assurez-vous donc qu'il n'y ait que des ingrédients naturels et, de préférence, issus de

l'agriculture biologique. Formulé à base d'huile d'olive et de soude naturelle, le savon de Marseille s'adapte aux peaux grasses et acnéiques. Prenez soin de votre visage avec ce produit naturel et efficace ! Même les peaux réactives pourront profiter des vertus beauté du savon de Marseille sur le visage.

Votre peau aimera le savon de Marseille car, il est naturel et n'agresse pas ! Avant de vous lancer dans votre nouveau rituel qui sent la Provence dans votre salle de bains, assurez-vous d'utiliser un savon de Marseille extra-pur, affichant 72 % d'huile. En effet, on trouve désormais beaucoup de savons avec l'appellation « savon de Marseille », mais qui ne le sont pas vraiment. Pensez à lire les ingrédients pour éviter tout additif, colorant ou huile végétale. Seul le vrai savon de Marseille vous apportera tous les bien-



Photo : D.R

Se nettoyer le visage au savon.

faits sur votre visage. Pour celles qui ont la peau grasse, le savon de Marseille est idéal pour la toilette du visage. Chaque matin, il permet de laver sa peau en profondeur, tout en régulant la production de sébum. Le soir, après le démaquillage, lavez votre visage avec le savon de Marseille et vous obtiendrez une peau nette et propre. Pour l'utilisation, n'appliquez pas directement le savon sur votre visage. Frottez-le dans vos mains humides et appliquez l'eau savonneuse sur votre peau en massant délicatement. Rincez à l'eau tiède et hydratez votre peau. Sinon, avise encore Iguewa, la meilleure façon de nettoyer naturellement son visage est d'utiliser de l'argile blanche. « Elle n'assèche pas la peau, est très douce et convient parfaitement aux peaux mixtes qui sont les plus nombreuses. »

Laver ses vêtements neufs : un passage incontournable ?

JMN
Libreville/Gabon

Bon nombre de femmes rechignent à adopter cette habitude, préférant opter pour un coup de fer à repasser, voire pas du tout avant de les enfiler. Face aux conséquences insoupçonnées sur notre santé, le site Fourchette & Bikini nous

rappelle pourquoi laver ses vêtements après les avoir achetés est non pas utile, mais indispensable !

ON vient de l'acheter, on meurt d'envie de le porter, mais la sagesse populaire (ou notre mère) nous recommande de prendre le temps de le laver. Et après tout, que risque-t-on vraiment à porter un vêtement



Photo : D.R

Laver les vêtements neufs après les avoir achetés est indispensable.

produits chimiques, on prévoit deux lavages afin de les débarrasser de tous les produits toxiques. Et pour les couleurs vives, on

ajoute au préalable quelques heures de trempage dans un bain de vinaigre blanc, pour fixer les couleurs.

Trucs et astuces

Autres usages de la farine

Anti-projections

Saupoudrez une petite pincée de farine au-dessus de la poêle. Ainsi, quand vous y déposerez votre pièce de viande, aucune éclaboussure d'huile ne viendra tacher vos vêtements.

Une épilation à base de farine

Mélangez de l'eau et de la farine et vous pourrez vous épiler (le haut de la lèvre supérieure par exemple) ! Appliquez le mélange sur le poil, attendez 10 minutes, frottez le tout et rincez !

Contre les gants collants

Pour éviter que les gants en plastique ne deviennent collants et difficiles à enfiler, glissez-y, avant de les ranger, une pincée de farine et massez bien le gant pour la répartir.

En shampoing sec

Lorsque la douche tombe en panne, on n'a pas toujours un shampoing sec en aérosol ou un sachet d'argile sous la main. La farine peut, aussi bien que l'argile, dégraisser les cheveux en moins d'une minute. Frottez votre cuir chevelu avec une poignée de farine. Patientez une minute et brossez bien vos cheveux. Ils reprennent volume et tenue.

Enlever une tache de gras

Pour absorber facilement une trace de gras sur un vêtement, ou sur un revêtement quelconque (plan de travail ou sol), répandez aussi largement que nécessaire de la farine et frottez bien. Une fois la farine débarrassée, le nettoyage sera facile.

Masque beauté

Il suffit de mélanger dans un bol une cuillère à soupe de farine, une cuillère à soupe de miel et de fluidifier le tout avec, au choix, un jaune d'œuf ou une cuillère à soupe d'huile d'amande douce. Laissez poser dix minutes et rincez à l'eau fraîche.

Coin cuisine

Queue de bœuf à l'odika

Ingrédients :

- 1 kg de queue de bœuf
- 2 grandes louches de poudre d'odika (chocolat indigène)
- 2 oignons
- 2 grosses tomates en fruits
- 2 piments
- 1 gousse d'ail
- du persil
- Huile, sel, poivre

Préparation :

Nettoyer les morceaux de queue à l'eau tiède avec un peu de vinaigre. Ensuite laver, découper et écraser les oignons, les tomates, l'ail, le persil et un piment. Faites bouillir pendant 1h 30 les morceaux de queue en y incorporant une partie des condiments écrasés. Pour celles qui ont une cocotte minute, 30 à 45 minutes suffiront. Lorsque la viande est bien ramollie, égouttez-la pour recueillir le jus de cuisson. Dans une marmite, mettre de l'huile et faire revenir l'odika pendant 10 minutes, suivis du reste des condiments. Au bout de 10 mn, ajouter la viande et mélanger afin qu'elle s'imprègne de l'odika. Pour finir, ajouter le jus de la première cuisson et un peu d'eau selon la consistance de la sauce que vous voulez obtenir. Laissez mijoter à feu doux, ajouter le piment entier restant, puis rectifiez l'assaisonnement à votre convenance. En accompagnement : banane plantain, manioc, taros ou riz.

Proposé par JMN

neuf avant son passage en machine ? Tout !

Vous ne porteriez pas un vêtement d'occasion sans le laver au préalable ? Même topo pour les vêtements neufs. Rappelons qu'en magasin, les vêtements sont manipulés par des dizaines de mains, et essayés par autant d'acheteuses potentielles avant d'être remis en rayon, si celles-ci ne les achètent pas.

Quant aux achats internet ? Pas mieux. Ils sont eux aussi manipulés, pliés et repliés, et parfois réemballés après avoir été essayés et renvoyés par une autre cliente. Des emballages qui sont, eux-mêmes, manipulés par d'autres mains moites et porteuses de bactéries pas toujours gentilles, voire de microbes franchement malveillants... On ne vous fait pas de dessin, au passage, quant aux culottes ou maillots de bain, tout le monde n'ayant

pas le réflexe de conserver ses sous-vêtements à l'essayage.

Sauf exception, les vêtements tout juste sortis de l'usine débordent de chlore, de plomb, de nickel, de phtalates... Ou autres réjouissants résidus de produits chimiques utilisés pour les teindre, les imprimer, les apprêter, les assouplir, les blanchir, et on en passe. Résultat, les enfiler sans les laver revient à mettre ces produits en contact avec notre peau, avec tous les risques d'irritations ou d'allergie inhérents. Ce, alors qu'un simple passage en machine ou à la main, suffit à en éliminer la plus grande partie, voire la totalité !

Comment les laver ?

Facile, on suit les instructions de lavage sur les étiquettes ! Pour les vêtements aux couleurs intenses, imprimés ou blancs, ayant généralement plus lourdement recours aux

Rassemblés par JMN