

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2013)  
**Heft:** 45

**Rubrik:** Beauté

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 03.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Cosmétiques faits maison

Pionnière de la cosmétique naturelle, Gabrielle Favre vous propose ses recettes à réaliser en toute simplicité.



**Gabrielle Favre**  
Thérapeute en médecine naturelle

## Crème anti-âge jour et nuit



Corinne Cluendet

### Ingrédients

Huile de germe de blé ou de jojoba (tirée des graines d'un arbuste mexicain): 10 ml  
Cire végétale émulsifiante: 3 g  
Hydrolat de lavande (eau florale): 34 ml

### Principe actif anti-âge

Huile essentielle de ciste ladanifère 2 gouttes

### Agent conservateur

Propolis (3 gouttes) ou extrait de pépins de pamplemousse (10 gouttes)

### Préparation

Mettez l'huile de germe de blé et la cire à chauffer au bain-marie, battez le tout avec le petit fouet jusqu'à ce que le mélange soit fondu, puis retirez du feu.

Ajoutez très progressivement l'hydrolat de lavande en battant vigoureusement jusqu'à ce que la crème refroidisse. Comptez 2 minutes environ.

Ajoutez les autres ingrédients l'un après l'autre, d'abord l'huile essentielle, puis l'agent conservateur, battez vigoureusement avec le fouet entre chaque ajout. Ce soin très fluide se conserve un mois si les conditions d'hygiène sont respectées.

### Pour créer une autre crème

Il suffit de choisir une autre huile végétale et une autre huile essentielle. Chacune exerce un effet spécifique sur la peau. Pour découvrir leurs vertus, un site ([www.aroma-zone.com](http://www.aroma-zone.com)) ou un livre (*Adoptez Slow Cosmétique*, Julien Kaibeck, Ed. Leduc's). Parmi les autres actifs anti-âge: huiles essentielles de rose de Damas, neroli (fleur d'oranger), géranium, héliochryse italienne (immortelle), extraits de kiwi ou de

kigelia, bilabosol.

### Les précautions

Pour savoir si vous êtes allergique à la propolis produite par les abeilles ou à l'huile essentielle que vous allez utiliser, testez ces substances au creux du coude 48 heures avant.

Avant de commencer le travail, lavez vos mains avec un savon bactéricide et désinfectez à l'alcool les bols et ustensiles (un alcool de poire ou de pomme fait l'affaire).

### Pratique

Pour se procurer les ingrédients et les ustensiles (petit fouet, bols, balance au gramme près, seringues pour prélever la dose exacte): magasins bio, droguerie, grandes surfaces ou, si vous ne trouvez pas, Gabrielle Favre, tél. 079 788 62 06.