

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2013)
Heft: 46

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: 24.02.2026

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

Soin protecteur au karité



Luisa Puccini

Utilisé comme soin de nuit, ce soin vivifie la peau. Pendant le jour, il la protège contre le vent et le froid. Comme il ne contient pas d'eau, il n'a pas besoin d'agent conservateur. On peut y ajouter un antioxydant, qui empêche les corps gras de rancir tout en protégeant la peau, mais ce n'est pas indispensable. Autre différence avec une crème de beauté: ce soin se prépare à froid, on s'évite donc l'étape du bain-marie. Mais les ingrédients doivent être malaxés longtemps.

Nous avons choisi l'huile essentielle de géranium comme principe actif, vous pouvez cependant opter pour une autre essence. Pour découvrir les vertus de chaque plante et son action sur la peau, référez-vous aux tableaux du livre de Julien Kaibeck* ou surfez sur www.aroma-zone.com. Si les conditions d'hygiène sont respectées, le soin au karité se conserve au moins un mois.

Ingrédients

1 cs de beurre de karité (issu de la noix du karité, un arbre africain)

2 cs d'huile de jojoba (extraite des graines d'un arbuste mexicain)

Principe actif anti-âge

3 gouttes d'huile essentielle de géranium bourbon

Antioxydant

1 goutte de vitamine E (tocophérol)

Préparation

Mettez le beurre de karité dans un récipient et écrasez-le bien avec une petite spatule en silicone.

Versez une cuillère à soupe d'huile de jojoba goutte à goutte, comme pour une mayonnaise, et travaillez à la spatule pour l'incorporer au beurre. Cette opération, nommée trituration, demande une bonne dose de patience. Il faut procéder en souplesse, en prenant son temps. Versez la deuxième cuillère d'huile de jojoba et répétez la trituration.

Ajoutez l'huile essentielle et l'antioxydant l'un après l'autre, triturez entre chaque ajout. Important: durée totale de 15 minutes.

Précautions

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). Testez l'huile essentielle de géranium au creux du coude une semaine avant la réalisation de la recette pour vous assurer que vous n'y êtes pas allergique. Sinon, choisissez une autre huile essentielle.

*Adoptez Slow Cosmétique, Editions Leduc's Cours de cosmétique naturelle Gabrielle Favre: tél. 079 788 62 06