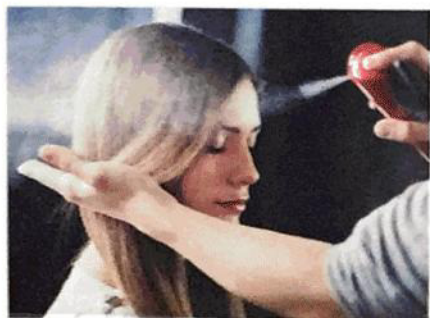


**JULIEN KAIBECK** est aromato-logue, spécialiste des huiles essentielles et de la cosmétique bio. Il a fondé le mouvement « Slow Cosmétique ».



## Julien, que penses-tu des laques et gels que l'on trouve dans le commerce ?

Existe-t-il des alternatives ?  
Quelles sont tes recommandations ?

Voilà deux produits de styling qu'on utilise assez peu en Slow Cosmétique, car hélas il n'y a pas de réelles alternatives aux laques et aux gels conventionnels. Le souci, avec les laques, n'est plus, depuis l'interdiction des CFC qui polluaient gravement, mais pourtant ces produits restent polluants pour la santé car ils contiennent des parfums qu'on est susceptible d'inhaler puisque la texture est toujours très légère et gazeuse.

### Laques : plastiques et peg

Outre le parfum, les laques contiennent presque toujours des substances plastifiantes, des dérivés de vinyls et silicones, et des alcools dont on ignore le réel impact sur la santé lorsqu'elles sont respirées. Parmi les pires ingrédients pour les laques, on trouve par exemple les peg/ppg-18/18 diméthicone, et ethylhexyl méthoxycinnamate. Ces ingrédients sont réputés perturbateurs endocriniens pour le premier, et irritant pour le deuxième. Or, la laque va être respirée lors de son application, et éventuellement projetée ailleurs que sur les cheveux.

### Gel, peut mieux faire

Pour les gels, c'est un peu moins problématique car ils n'interagissent que très peu avec la peau et sont censés rester sur les cheveux, de façon superficielle, avant d'être rincés, brossés ou lavés. Mais malgré tout, leur formule est rarement intéressante pour la fibre capillaire, c'est plutôt le contraire.

## Les alternatives naturelles

Pour la laque, il n'y a pas de vraie alternative mais récemment nous avons félicité la marque HOLI cosmétiques qui a réussi à solubiliser une gomme laque naturelle dans de l'alcool naturel avec des huiles essentielles pour obtenir un spray coiffant et fixant tout à fait unique en son genre. Ce spray coiffant à la fixation légère sent délicieusement bon l'orange douce.

(www.holicosmetiques.com)

Pour le gel, on utilise, en fait, des cires coiffantes en Slow Cosmétique. Elles se présentent comme des baumes semi-solides à base d'huile végétale et de cire d'abeille ou végétale. On chauffe la matière dans les doigts et on sculpte ainsi la coiffure. Nous avons par exemple la très belle cire coiffante de France In Paris. Plus économique : on peut aussi utiliser tel quel le gel d'aloë vera de Bioflore, qui contient déjà une bonne part d'épaississants naturels, ce qui le rend facile à appliquer sur les doigts pour sculpter les cheveux et leur donner un effet "wet look" fixant.



| Le spray coiffant  
Holi, 18,50 €.  
| La cire coiffante de  
France In Paris, 25 €  
| Le Gel d'aloë vera  
de Bioflore, 11,50 €



## 2. Julien Kaibeck

Fondateur de  
la Slow Cosmétique

« Pour raviver le teint et donner au visage un coup d'éclat, je combine depuis des années plusieurs gestes à la fois simples et 100% naturels. J'ai aussi sélectionné au fil du temps des produits qui marchent vraiment tant leur composition est riche en vitamines ou autres actifs...

Suivez le guide et mes 5 conseils anti-grise mine ».

### 1. J'exfolie régulièrement

Gommer la peau du visage à l'aide d'un soin exfoliant doux, c'est la base d'une bonne routine anti-grise mine. Le but n'est pas de décaper la peau. On cherche juste à débarasser la couche cornée des cellules les plus superficielles, déjà presque mortes et toutes sèches. Le résultat ? On stimule la migration de cellules bien hydratées à la surface de la peau, et c'est ça qui donne un teint plus éclatant car la peau mieux hydratée renvoie mieux la lumière.

#### Comment faire ?

L'idéal est de combiner les acides de fruits ou de végétaux qui "mangent" les peaux mortes, à des grains très fins et réguliers qui exfolient par leur action mécanique. Une à deux fois par semaine, on peut avoir recours à ma recette : je mélange dans un bol 1 cuillère à café de yaourt entier bio, à 1 cuillère à café de bicarbonate de soude alimentaire et 1 cuillère à café d'huile d'argan. Je mélange pour obtenir une pâte que je masse très doucement, sans frotter, sur le visage et le cou pendant 2 minutes durant. Il faut ensuite laisser agir encore 2 ou 3 minutes pour que l'acide lactique libéré par le yaourt fasse son effet. On rince bien à l'eau et on hydrate ensuite. C'est idéal à faire le soir, pour raviver



1 Eclat de myrte, masque gommage peeling. Realia, 50ml 25 €, sur [www.slow-cosmetique.com](http://www.slow-cosmetique.com)

le teint dès le lendemain, et lutter contre les rides à moyen et long terme. Un gommage qui combine action mécanique et enzymatique existe aussi dans le commerce : je pense au peeling à la poudre de myrte de la marque Realia.

### 2. J'hydrate malin

Une peau bien hydratée est la garantie d'un teint plus éclatant. Pour cela, il faut non seulement se forcer à boire 1,5 l d'eau minérale et/ou tisanes et infusions par jour, mais il faut aussi veiller à hydrater la peau avec un peu d'huile et une crème de jour. Le soir, on masse 3 gouttes d'huile de beauté sur le visage. On la choisit riche en provitamine A, le fameux beta-carotène (les huiles de rose musquée, d'églantier, de carotte et de calendula sont de bons exemples). Le matin, on recommence mais on fait suivre par une crème de jour qui contient si possible dans sa formule une combinaison d'eaux florales et des mêmes huiles.

### 3. Mon ami l'argousier

L'huile d'argousier est tellement riche en beta-carotène qu'elle a une couleur très orangée. On ne peut pas vraiment l'utiliser seule en massage car elle tache, mais on peut en rajouter chaque matin 1 ou 2 gouttes à la dose de crème de jour. L'effet est bluffant car en 1 semaine à peine le teint est légèrement abricoté et ce, de façon très naturelle. J'utilise personnellement l'huile d'argousier de Bioflore (disponible sur [slow-cosmetique.com](http://slow-cosmetique.com)).

### 4. Le grand frisson chaque matin

Rincer son visage chaque matin avec de l'eau bien froide est souverain pour un teint en santé. La méthode ? Eclabousser le visage avec les mains pour le frictionner avec l'eau froide. Le but ? Relancer la circulation sanguine et lymphatique qui ne demande que ça après une bonne nuit de sommeil. L'afflux sanguin qui suit ce débarbouillage à l'eau fraîche est une clé importante pour garder bon teint tout au long de l'année. Ce geste convient à tout le monde sauf si l'on souffre de couperose très aiguë, cas dans lequel il faut éviter les chauds-froids trop brusques.

### 5. Terra Cotta ou pas ?

Toutes les femmes sont tentées par les produits de maquillage qui leur promettent d'être plus bronzées. Le souci, c'est que les "terres de soleil" ou terra cotta ne sont pas toujours du plus bel effet si on les choisit trop foncées, ou si on a la main trop lourde. Pour un teint radieux mais très discret, une astuce consiste à choisir une terra cotta 100% minérale et naturelle, qui joue sur la transparence, et dont la couleur ne s'éloigne pas trop du teint naturel. C'est le cas avec la teinte beige doré de Boho qui convient à presque tous les phototypes de peau.