

# femininbio

N°2 - DÉCEMBRE 2015 / JANVIER 2016

**SANS-GLUTEN**  
ET SI C'ÉTAIT  
LA RÉPONSE À VOS  
MAUX CHRONIQUES ?

+ NOS RECETTES GOURMANDES  
+ LES MEILLEURES ADRESSES GLUTEN-FREE

★ ★ ★  
*Idées  
Cadeaux*

SHOPPING  
CONSCIENT  
POUR  
LES FÊTES

**STÉPHANE  
ALLIX**  
LE TEST  
DE L'APRÈS-VIE ?

**ACTIVITÉ  
3-6 ANS**  
MONTESSORI,  
UNE HISTOIRE  
À RACONTER

**PERRINE**  
L'ALCHIMISTE

LA MÈRE POULE DE LA  
PERMACULTURE

**MÉLANIE  
LAURENT  
& CYRIL DION**

“L'ENJEU,  
C'EST QUÉ  
L'HUMANITÉ  
SE LIBÈRE”

**FÉMINITUDE**  
HARMONISER  
SON CYCLE

**MAKE-UP  
BIO**  
ON ADOPTE  
ILICO !

**SANTÉ**  
**10**  
NOS  
SOLUTIONS  
TOP IMMUNITÉ

**CHRONIQUES**  
CHRISTINE LEWICKI  
NICOLAS HULOT  
CHRISTOPHE ANDRÉ  
MARION KAPLAN

L 19481 - 2 - F: 3,90 € - RD  






*Beauté - DIY*

## MON GLOSS POUR LES FÊTES

*Je le fais moi-même !*

# OR & BEIGE NUDE



© Sophie Macheateau

Les ingrédients : 4 g de base gloss - 1,8 g d'huile végétale de prune - 2 pointes de couteau de mica or - 1 pointe de couteau de mica beige nude - 2 gouttes d'extrait naturel de vanille



### Étape 1

## COMMENCER



© Sophie Macheteau

Lavez-vous les mains avant de commencer la recette et désinfectez les ustensiles à l'alcool.

Mélangez à froid la base gloss avec l'huile végétale de prune, jusqu'à homogénéisation complète du mélange.

### Étape 3

## TERMINER



© Sophie Macheteau

Merci à Sophie Macheteau pour cette recette DIY à faire pour soi ou à offrir.

Retrouvez Sophie sur son blog : [Forevergreen.eu](http://Forevergreen.eu). Flacon et ingrédients disponibles sur [Aroma-zone.com](http://Aroma-zone.com)

### Étape 2

## POURSUIVRE



© Sophie Macheteau

Ajoutez les deux micas en mélangeant bien entre chaque ajout.

Terminez en ajoutant l'extrait de vanille et mélangez une dernière fois.

Transférez la préparation dans un flacon gloss de 6 ml.