



# l'écologomag

le journal des écologopratiques

**Séjours nature et sur mesure**

page 47

**Trophées Natexpo 2021: les meilleures innovations bio récompensées**

page 4

**34 recettes de saison dont 21 végétales**

pages 30 à 41

**Une terre de randonnée**

**dans un espace naturel protégé**

page 46

**DIY pour la maison**

page 44

**Le chanvre, une plante d'exception**

pages 12 à 29

 **LES HUMEURS DE LA CHOUETTE** 

**« La vie, ce n'est pas d'attendre que les orages passent, c'est d'apprendre à danser sous la pluie. » Sénèque**


C'est la rentrée ! Vous m'avez l'air un peu inquiets. Cette histoire de masques, de vaccins et tout le toutim est bien compliquée. Sommes-nous condamnés à nous isoler de plus en plus en tête-à-tête avec nos téléphones dans des maisons fermées ? Ça va pas être simple. De l'isolement à la peur de l'autre, il n'y a qu'un pas, un tout petit pas. Le monde est en train de changer. Que dis-je, le monde a changé ! C'est une bonne occasion pour chacun d'entre nous ! De toute manière, il va bien falloir nous le manger, cet avenir qu'on nous décrit comme incertain. Est-ce que tu veux, simple spectateur, revoir le film d'avant en couleur, ou bien tu veux dépoussiérer deux ou trois trucs dans le genre « bienveillance », « respect de la nature »

et, pourquoi pas, « écologie » ? Franchement, tu n'aimerais pas te balader dans des forêts propres, retrouver le goût des cerises et boire à la fontaine ? Ignorons les gougnaflers qui nous vendent des fringues à deux balles fabriquées par des minots du bout du monde, ou du guano en barquette en prétendant que c'est du « bon et pas cher ». Libérons-nous de cette peur collective qui me noue la gorge et allons chercher des sourires dans les yeux du voisin. Je sais que je vais encore me faire traiter de bisounours et qu'une fois de plus, les esprits « éclairés » vont me moquer et dire que c'est de l'écologie pour vieil enfant naïf. On va m'opposer le fameux « principe de réalité », et « la vraie vie, ce n'est pas ça », et « patin-couffin ».

Eh bien, moi, tout ça, je m'en désintéresse. Je suis une vieille chouette et tous ces discours qui se disent raisonnables me fatiguent. Ils ne sont là que pour protéger quelques faquins à rosette qui ne pensent qu'à me piquer mon oseille et ma liberté. J'ai décidé de tourner le dos à tous ces nodocéphales. Je sais que le monde est rempli de jolies personnes qui ne demandent qu'à y croire. Alors voilà, je revendique le droit de rêver et le besoin de faire de ce rêve une réalité. Et puisque la vie m'a offert une petite tribune, j'en profite pour te demander, ami lecteur, de me donner du bonheur en me la rendant plus jolie. Je sais que tu as déjà commencé ! Naturellement vôtre,

La Chouette



 **ecologomag.fr**  
La tribu des écologopratiques

**À TOUS LES LECTEURS DE L'ÉCOLOMAG**

**CONNAISSEZ-VOUS NOTRE NOUVEAU SITE ECOLOMAG.FR ?**

**VENEZ LE (RE)DÉCOUVRIR ET REJOIGNEZ LA TRIBU DES ÉCOLOPRATIQUES**

**+ DE 6 000 ARTICLES EN LIGNE !**

Un grand geste pour votre bien-être et votre santé

Marjolaine 2021+ Stand G15

 **LE TEMPLE DE LA VIE**

 **Filtres Douche**

 **Filtre sur évier**

 **Osmoseur domestique**

 **Eau dynamisée Vitalizer Plus**

 **Carages ondes de formes**

 **Ioniseur d'air (purificateur)**

\* Sous réserve des conditions sanitaires

www.letempledelavie.fr - contact@letempledelavie.fr - tél : 09 83 31 64 71

**CAPTEURS SOLAIRES À AIR**

fabriqués au Danemark depuis 1981 par **SOLARVENTI**

**UTILISEZ DE LA CHALEUR GRATUITE !**  
**VENTILEZ - DÉSHUMIDIFIEZ**  
**INDÉPENDANTS DU 230V - AUTONOMES**  
**AUCUNS FRAIS DE FONCTIONNEMENT**

www.captairsolaire.com  
solarventifrance@captairsolaire.com

 **CAPT' AIR SOLAIRE®** 06 33 87 77 95

Importateur - Distributeur exclusif **SOLARVENTI**  
68 r. de Jouvence 21000 DIJON accueil s/RDV

# Le chanvre dans tous ses états !



## BIOTANIE Sérums visage HYDRAMAT

Antioxydant, ce sérum visage purifie la peau, ce qui empêche les pores de s'obstruer tout en régulant le sébum. Ce sérum est riche en huile de graines de chanvre, actif star de la marque. Cocktail de nutriments pour hydrater la peau et renforcer sa barrière hydrolipidique, le chanvre est aussi anti-inflammatoire, cicatrisant, séborégulateur. Enfin, il améliore le teint, atténue les rougeurs... L'allié des peaux mixtes à grasses !

100 % d'ingrédients d'origine naturelle - 82,2 % des ingrédients sont issus de l'agriculture biologique - 87,2 % des ingrédients sont d'origine française

**Flacon pipette 15 ml - 27 €**

Disponible en magasins bio et sur [biotanie.fr](http://biotanie.fr)



© Davide Ragusa - unsplash.com

## CENTIFOLIA Huile végétale vierge biologique de chanvre

De par sa composition équilibrée en acides gras, cette huile végétale nourrit en profondeur et prévient de la déshydratation tous les types de peaux et de cheveux. Elle est également anti-âge, régénérante et revitalisante grâce à ses acides gras essentiels, qui luttent contre les effets des radicaux libres.

**Flacon de 100 ml - 8,30 €**

Disponible en magasins bio et sur [centifoliabio.fr](http://centifoliabio.fr)



## GAIIA Pain savon Marseille Le Canebière olive, coco & chanvre bio

Confectionné avec passion à Montélier, dans la Drôme, par les maîtres savonniers Philippe et Franck, ce pain de savon de Marseille pur olive bio est un soin surgras élaboré selon le principe de la SAPO-NIFICATION À FROID, afin de ne pas dénaturer les principes actifs végétaux qu'il contient. Il est coupé, adouci et tamponné à la main. Ce savon est naturellement très moussant grâce à l'ajout d'huile de coco. Il contient de l'huile végétale de chanvre, réputée pour redonner douceur et élasticité à la peau, revitaliser les peaux sèches et mures et lutter contre la déshydratation. Il lave tout en douceur, nourrit et protège les peaux les plus délicates.

**Pain de 100 g - 4,90 €**

Disponible en magasins bio et sur [gaiia-shop.com](http://gaiia-shop.com)



## CHANVRIA Crème mains certifiée bio

Un trio d'huile de chanvre biologique, issue de l'agriculture biologique du terroir de l'Aube, en Champagne, de glycérine végétale et de vitamine E. Riche en oméga 6 et oméga 3, l'huile de chanvre apporte douceur et hydratation à toutes les mains. Pénètre rapidement, sans laisser de film gras.

**Tube de 50 ml - 7,90 €**

Disponible en magasins bio et sur [chanvria.fr](http://chanvria.fr)



## BIJIN Papier matifiant thé vert et chanvre

La pulpe de feuilles de chanvre d'abaca, associée aux extraits de thé vert, absorbe les excès de sébum et transpiration afin de garder un teint frais toute la journée. Chaque feuille a une action rééquilibrante, afin d'éviter l'apparition d'imperfections.

**Carnet de 80 feuilles - 6,90 €**

Disponible sur en magasins bio et sur [bijin-shop.com](http://bijin-shop.com)



## DOUCEUR CERISE Lait corps à l'huile de chanvre

Ce lait corporel hydrate intensément la peau grâce à l'action de l'huile de chanvre qu'il contient. Nourrissant, protecteur et réparateur, ce lait maintient l'élasticité et la souplesse de la peau, en particulier celles des peaux sèches, et apporte également une hydratation intense des couches supérieures de l'épiderme. Associé à l'émulsion de l'eau de cerise, on obtient ici une belle texture, riche et onctueuse !

**Flacon airless recyclable de 200 ml - 24,60 €**

Disponible en magasins bio et sur [douceur-cerise.com](http://douceur-cerise.com)



© Getty Images

## BIOACTIF® Pastilles CBD Menthe verte

Véritable innovation, ces pastilles certifiées bio à la menthe verte et au CBD biologique sont obtenues par pressage à froid de poudres et d'extraits biologiques de végétaux. Sans sucres, elles sont certifiées sans pesticides ni colorants artificiels. Les pastilles diffusent le cannabinoïde de manière optimale dans l'organisme, ainsi qu'une sensation de fraîcheur sous le palais grâce à la menthe verte. Un remède naturel pour aider à lutter contre le stress, faciliter l'endormissement, diminuer l'inflammation, booster l'immunité et réguler l'homéostasie.

Il existe 2 versions (5 ou 10 mg) selon l'intensité désirée, pour se créer rapidement une bulle de bien-être.

**Sachet hermétique et refermable de 30 pastilles 5 mg - 15 € / 10 mg - 28 €**

Disponible en magasins bio et sur [bioactif.eu](http://bioactif.eu)



## AROMANDISE Pâte à tartiner des adultes Kinanja (kinako et chanvre)

Vegan, réduite en sucres et sans huile de palme, cette pâte à tartiner a tout pour plaire ! Elle est composée de kinako (graines de soja torréfiées et réduites en une poudre très fine) et de graines de chanvre. Elle est riche en protéines (12 %) et magnésium, en oméga 3 et oméga 6 (de manière équilibrée) et contient 9 acides aminés essentiels ! Cette richesse permet ainsi à cette pâte à tartiner de soutenir aussi bien les efforts physiques

que les fonctions cognitives. Elle possède un délicieux goût grillé, qui s'accorde parfaitement avec la douceur du cacao.

**Pot en verre de 200 g - 4,90 €**

Disponible en magasins bio et sur [aromandise.com](http://aromandise.com)



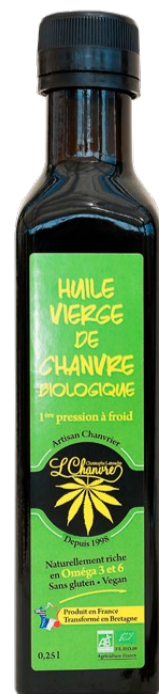
## L'Chanvre Huile de chanvre alimentaire biologique

De grande qualité à la fois nutritionnelle et gustative, cette huile est obtenue en pressant la graine de chanvre complète de façon mécanique et à froid. Elle possède un ratio parfait de 1/3 entre oméga 3 et oméga 6. Sa saveur naturelle et gourmande de noisette, pignon de pin lui permet de s'incorporer sur tous les plats chauds ou froids.

**Bouteille de 250 ml - 10,20 €**

**ou Bag-in-Box de 3 litres - 87,40 €**

Disponible sur [lchanvre.com](http://lchanvre.com)



## HELLO JOYA Infusion bio détente au chanvre

Si le chanvre est bien ici le premier ingrédient, cette infusion détente a été élaborée avec différentes plantes bio traditionnellement connues pour leurs vertus relaxantes (chanvre, mélisse, tilleul aubier, marjolaine, verveine, tilleul fleur, camomille matricaire, fenouil, lavande), de manière à obtenir une synergie à même d'apaiser le corps et l'esprit. Dès la première gorgée, ce sont les notes de chanvre qui dominent, puis s'entremêlent les notes délicates de fleurs sauvages. Cette association subtile livre un élégant équilibre entre rondeur et délicate amertume. Tisane d'une grande naturalité, elle dévoile à chaque instant tous ses bienfaits relaxants et décontractants.

**Sachet hermétique et refermable de 34 g - 6,90 €**

Disponible en magasins bio et sur [hello-joya.com](http://hello-joya.com)

