



MAGIC MIXTURES (NE) Simple homemade cosmetics

Les Mauvaises Herbes

**An updated and expanded edition of
the do-it-yourself cosmetic bible!**

224 pages

September 2021

Éditions de l'Homme

Rights of the previous edition sold to Russia

> 30 000 copies of the previous edition sold in French

The production of body-care products is booming. Drawing on various kinds of responsible consumption like locavorism, zero waste and minimalism, do-it-yourself is the perfect answer for those seeking alternative solutions to industrial products.

This bound and boxed reissue includes 40 extra pages, with new recipes added. On the menu: a pared-down graphic signature, new photos and updated existing recipes with even better-targeted natural ingredients. The book still contains recipes to make with ten or so basic ingredients (oil, wax, clay, baking soda, vinegar, etc.) with which you can produce butters, balms, exfoliants, cleansers, moisturizers, dry shampoos, and other products that could not be healthier. A chapter on natural personal care products, with recipes for toothpaste, deodorant, protective salve, sun lotion, and mosquito repellent completes the book.

STRONG POINTS

- A book that responds to today's demand for natural cosmetics, so you can reduce your ecological footprint and save money, an issue of great concern to the younger generation.
- A completely reedited text using non-gendered terminology.
- The friendly tone and look that make the blog so congenial are echoed in the book, making it familiar to readers.
- New, more plentiful photos, as well as a new visual signature add to the book's calming, warm impression.

Les Mauvaises Herbes is a women's cooperative blog born of a desire to inspire readers, both men and women, to consume in a healthier way. Founded four years ago by Marie Beaupré, Mariane Gaudreau and Audrey Woods, this blog is the largest French-language eco-friendly web platform and a reference (over 2 million page views on Facebook, 80,000 on Instagram, and more than 700,000 visitors). Les Mauvaises Herbes appear at all responsible consumption events (Montreal Zero Waste Festival and Montreal Vegan Festival), and have developed several partnerships with eco-friendly organizations and businesses, like the David Suzuki Foundation.

Huit plantes médicinales pour tes cosmétiques

 <p>ARNICA</p>	 <p>CALENDULA OU SOUCI</p>	<p>NOM SCIENTIFIQUE : Arnica chamissonis ou montana</p> <p>PROPRIÉTÉS ET USAGES : anti-inflammatoire, antiphlogistique, réparatrice. Les muscles endoloris et les peaux irritées l'adorent.</p> <p>PARTIES UTILISÉES : fleur, feuille et racine entières.</p>	<p>NOM SCIENTIFIQUE : Calendula officinalis</p> <p>PROPRIÉTÉS ET USAGES : anti-inflammatoire puissant, cicatrisant et adoucissant. Il est apprécié des peaux noires, des peaux sensibles (les bébés et les personnes âgées l'adorent) et réactives.</p> <p>PARTIE UTILISÉE : fleur (entière ou en poudre)</p>
<p>NOM SCIENTIFIQUE : Matricaria recutita</p> <p>PROPRIÉTÉS ET USAGES : anti-inflammatoire, apaisante et adoucissante. Elle est appréciée des peaux sensibles et réactives. Elle accentue les reflets plats des cheveux et est antipiculatoire.</p> <p>PARTIE UTILISÉE : fleur (entière ou en poudre)</p>	<p>NOM SCIENTIFIQUE : Althaea officinalis</p> <p>PROPRIÉTÉS ET USAGES : cicatrisante, adoucissante, émolliente et anti-inflammatoire. On l'aime autant dans les produits pour la peau que dans ceux pour les cheveux.</p> <p>PARTIES UTILISÉES : racine et fleur (entière ou en poudre)</p>		



LES SOINS DE LA PEAU



NETTOYER

huile nettoyante
À PERSONNALISER

On adore l'huile nettoyante pour nettoyer le visage en profondeur. Elle est aussi super efficace pour démaquiller, même le mascara résistant à l'eau!

INGRÉDIENTS	QUANTITÉ	CONSERVATION
30 ml (1/3 c. à soupe) ou 25 g d'huile végétale ou de macérat huileux au choix	environ 50 ml	6-12 mois
20 ml (4 c. à thé) ou 16 g d'huile de jojoba		
2,5 ml (1/2 c. à thé) ou 2,5 g d'huile de ricin (facultatif)		
3 gouttes de vitamine E (facultatif)		

PRÉPARATION
Verser tous les ingrédients dans la bouteille. Mettre le bouchon et agiter.

UTILISATION
Pour le visage : verser environ 2,5 ml (1/2 c. à thé) au creux de la main, puis appliquer sur le visage et masser délicatement la peau. Essuyer avec une débarbouillette mouillée à l'eau chaude.

Pour les yeux : ajouter un peu de produit à un tampon démaquillant lavable mouillé et appliquer sur les yeux en faisant des mouvements circulaires. Retirer le tampon démaquillant et frotter de nouveau les yeux pour éliminer les dernières impuretés.

ASTUCE MINIMALISTE
Pas envie de te casser le bécik avec une recette d'huile démaquillante ? Utilise simplement ton huile végétale préférée et hop ! dans le visage !



savon liquide au lait de coco

Cette recette est si simple qu'on est presque gênés de la partager. Ha ha ! Ce petit savon liquide est doux et nourrissant, et il sent merveilleusement bon.

INGRÉDIENTS	QUANTITÉ	CONSERVATION
190 ml (1/2 tasse) ou 190 g de savon de Castille	255 ml	6-12 mois
60 ml (1/4 tasse) ou 58 g de lait de coco		
5 ml (1 c. à thé) ou 11 g de glycérine végétale		
8 à 12 gouttes d'huiles essentielles au choix (facultatif)		
45 gouttes de conservateur Eco		

Bouteille à pompe stérile de 250 ml

PRÉPARATION
Dans un bol, mélanger tous les ingrédients. Transférer dans la bouteille et fermer.

UTILISATION
Mettre un peu de ce savon liquide dans le creux de la main ou sur un kaffa, puis frotter le corps. À noter que cette recette moussera peu.

ATTENTION
Ne pas mettre dans un contenant à pompe moussante, car le lait de coco n'est pas compatible avec ce mécanisme.

