

DÉODORANT TRANSPIRER SANS MICROPOLLUANTS

Transpirer, c'est naturel !

Cela permet à notre corps
de réguler sa température.

Déodorants et anti-transpirants sont devenus
une habitude pour la plupart d'entre nous.

Certains
composants
des déodorants
polluent nos
eaux



IDÉES REÇUES

“ La sueur
sent mauvais ”

VRAI ET FAUX !

La sueur fraîche
n'a pas d'odeur ; ce sont
les bactéries qui transforment
la sueur en molécules
malodorantes.

“ Déodorants
= Seule solution ”

FAUX !

Se laver après l'effort
limite les bactéries
et donc les mauvaises
odeurs.

“ Naturel = Respectueux
de l'environnement ”

PAS TOUJOURS !

Un produit dit « naturel »
peut contenir des ingrédients
controversés. Mieux vaut se
fier à des labels de confiance.

SOLUTIONS

- Je réduis mon usage de déodorant**
 - Se laver après l'effort pour éliminer la sueur et se sécher soigneusement
 - Vêtements en fibres naturelles : ils sont plus respirants et retiennent moins les odeurs
- Je choisis mieux**
 - Labels écologiques fiables :   
 - Repérer les substances suspectes pour l'environnement et la santé avant l'achat (*Que choisir cosmetic, Clean Beauty, Yuka, INCI beauty, Beat the microbead*)
 - Listes d'ingrédients courtes : 10 ingrédients maximum
- J'évite la pollution plastique**
 - Emballages constitués d'un matériau inerte : inox, verre
- Je teste le « fait maison »**
 - Économique, écologique, moins d'emballages !

RECETTE

www.ceseau.org

29g d'huile
ou beurre végétal

13g de cire d'abeille
(pas indispensable pour
un déodorant en pot)



15g d'arrow-root
ou fécule de maïs
(maïzena)



9 g de Bicarbonate
de soude

FACILE



Facultatif :
5 gouttes d'huile essentielle
aux propriétés anti-bactériennes :
palmarosa, menthe poivrée, tea-tree