



Les conseils lecture de notre guide

La littérature qui se propose de vous aider à faire vous-même est de plus en plus abondante. Comment bien choisir sans se noyer? On a demandé à Stéphanie deux ou trois conseils de lecture : Bien-être au naturel (Mon programme, santé, forme, beauté), de Julien Kaibeck, le créateur de la slow-cosmétique, « très bien pour débiter, très visuel et bien fait, avec des explications claires sur l'utilisation de chaque produit. Seul regret, peu de recettes ». Solar, 19, 90€ 216 p. Ma maison saine avec les huiles essentielles, pièce par pièce, par Jean-Charles Sommerard, « tout simple, efficace, pour les produits d'hygiène pour la maison ». Solar, guide broché, 11, 99€ Guide Terre vivante de la beauté au naturel, de Sylvie Hampikian, « un guide dédié aux cosmétiques avec beaucoup de recettes abordables, classées par soins du visage, du corps, du cheveu etc. » Terre vivante, 29, 90€ 320 p. Famille presque zéro déchet, ze guide, par Jérémie Pichon et Bénédicte Moret, Thierry Souccar éditions, 15€ 204 p.

Un hors-série à conserver

Le magazine 60 Millions de consommateurs sort ce mois-ci un hors-série dédié à l'entretien de la maison au naturel. Un guide complet et utile pour se lancer avec une présentation édifiante des produits d'entretien industriels à éviter, un glossaire des produits naturels avec leurs caractéristiques et un comparatif très utile qualité/prix entre les marques, agrémenté de 400 recettes, dont des très faciles. Une petite bible à conserver! 5, 90€, actuellement en kiosque. ■

