



# COSMÉTIQUE AU NATUREL

## L'air intérieur est plus pollué que l'air extérieur

**Pourquoi ?** L'environnement de notre logement est clos et nous passons 80% de notre temps à l'intérieur des bâtiments

## Une des pièces les plus polluées est la salle de bain

**D'où provient la pollution ?** De l'humidité dégagée, des produits d'entretien, du mobilier et des produits cosmétiques (143 substances indésirables)

## 16 produits cosmétiques utilisés par personne et par jour

Gel douche, shampoing, savon, crème, maquillage ... Ces polluants ont de nombreux impacts sur la santé car beaucoup d'entre eux sont des perturbateurs endocriniens et peuvent avoir des effets irritants, cancérigènes et toxiques.

## Quelles sont les solutions ?

Choisir des produits simples, à rincer, contenant le moins d'ingrédients possibles, avec des parfums et des ingrédients d'origine naturelle tout en respectant les dosages, les modes de conservation et en lisant les étiquettes.

**Être attentif au packaging :** aux illustrations, aux couleurs, au vocabulaire employé, au type d'emballage qui peuvent faire allusion à la nature sans pour autant que les ingrédients soient naturels

**Fabriquer ses produits ménagers soi-même : c'est simple, économique et écologique (retrouvez les fiches recettes dans votre espace client)**

## PRIVILÉGIER LES ÉCOLABELS



prevention@mcommemutuelle.com  
**ENGAGÉS ENSEMBLE POUR VOTRE SANTÉ**