



Bonjour

Dans ma dernière newsletter ([à relire ici](#)), je vous parlais de ma rencontre avec l'équipe et les produits *Flore de Saintonge* ainsi que de ma jubilation lorsque j'ai compris qu'il ne s'agissait pas de cosmétique, mais de nourriture.

En fait, avec la team Flore de Saintonge, nous étions collègues nourrisseurs en quelque sorte, car nous parlions bien de la même chose, nourrir la cellule, les organes et bien plus d'ailleurs.

Mais pour prendre la teneur de mon propos, il faut d'abord creuser un peu sur l'organe dont on parle ici : **la peau** !

Le saviez-vous ?

Oui la peau est **un organe à part entière** et il a quelques spécificités.

C'est l'organe le plus étendu et le plus lourd de notre corps avec une surface de 2 m² et un poids de 3 à 5 kg.

Constituée de plusieurs couches de cellules et protégée par deux éléments : un film lipidique qu'il faut éviter d'agresser et d'un microbiote très riche, avec son équilibre propre. D'où l'importance de **la qualité de votre nourriture** externe comme interne, car sont présents ici près de mille milliards de bactéries, micros champignons et acariens.

La peau se renouvelle en permanence depuis la couche la plus profonde, ancrée sur un tissu conjonctif qui la solidifie.

Ce dont la peau a besoin est simple dans le fond, la même chose que nos intestins, nos muscles et notre cerveau, des acides gras de qualité, des vitamines et des nutriments, des antioxydants et surtout une eau de qualité.

Mais je vous parlerai de tout ça dans ma prochaine lettre plus en détail...

Je voudrais finir en vous partageant une recette et un moment généré par ce travail en cours et ce focus sur la peau.

À Navoti, on vit ce qu'on écrit et vice et versa... alors suite à cette première newsletter, j'ai ressorti mes pots de macérats, et nous avons planifié avec Elodie une séance de travaux pratiques "extra professionnelle". Nous avons dans l'idée de vous proposer deux recettes originales mêlant macérat maison du jardin, quelques fonds de produits entamés de chez Navoti (anti gaspi) et de l'argile.



J'ai toujours été passionnée par le "fait maison" et les activités manuelles. Par exemple, je prépare moi-même les huiles pour la barbe de mon conjoint, Anthony, il faut dire qu'il y a matière à entretenir !



Je fais aussi mes masques capillaires, mon démêlant et mon dentifrice. Donc lorsque Matthieu m'a proposé une séance DIY pour partager quelques idées de recettes avec vous, j'ai immédiatement accepté.

J'avais à disposition de l'argile blanche et de l'argile rouge comme matières premières. De son côté, Matthieu avait des macérats huileux qu'il avait préparés l'année précédente, quelques produits Navoti déjà entamés, et bien sûr, l'idée !

Voici comment préparer le masque d'argile rouge pour le visage, idéal pour obtenir un teint éclatant et préparer la peau avant l'exposition au soleil.

Les ingrédients :

- 2 cuillères à soupe d'argile rouge,
- 1/2 cuillère à soupe de [zéolite](#)
- 15 gouttes de [cellfood](#),
- 4 c à soupe de macérât huileux, ici, c'est un macérat maison de bourrache et de sauge, mais sinon ceux de Flore de Saintonge aux [plantes fraîches](#) seraient super !

Mode opératoire :



Commencer par les ingrédients secs.



Puis le macérat huileux et le Cellfood.



Bien mélanger et mettre en pot.

Utilisable de suite, laisser poser le masque sur une peau légèrement humide 5 min avant de prendre une douche, bien rincer quand le moment est venu.

Conservation :

Comme ce produit ne contient pas d'eau, il va pouvoir se conserver pendant une quinzaine de jours.

Le petit plus de Matthieu :

Si vous possédez un [Cleanergy](#), utilisez le pour maximiser et potentialiser les effets de la préparation.

Une fois terminé, Matthieu a testé...



Si vous aimez préparer vos propres produits cosmétiques ou si vous avez des produits non utilisés que vous souhaitez valoriser pour éviter le gaspillage, consultez l'article complet pour découvrir d'autres recettes de baumes maison.

👉 Je veux d'autres recettes

À bientôt,

Navoti, artisan de votre bien-être !



Matthieu
TOUCAS

Matthieu TOUCAS
Conseiller nutrition
Logisticien



Élodie

Élodie REGNIER
Chargée webmarketing



NAVOTI
Copyright © 2023 NAVOTI SAS, Tous droits réservés.
Pour nous contacter : contact@navoti.info