

# Créative

## Green

ÉCOLO ▾ NATURE ▾ ASTUCIEUX ▾ RÉCUP' ▾ FUN!

# ZERO

# DÉCHET

# & 100% Récup

TOUT RELOOKER

TOUT CRÉER

Tout imaginer !



CUISINE

GARDEN FOCACCIA :  
C'EST BEAU, C'EST BON !

+ DE  
**100**  
IDÉES  
DIY &  
RÉCUP'



DÉGUISEMENT

2 COSTUMES D'INDIENS  
À RÉALISER SANS COUTURE



POUR LES PETITS

TOUT FAIRE  
EN CARTON, C'EST  
*un jeu d'enfants !*



COSMETO

MON SÉRUM  
*Éclat d'Or*  
POUR 1 € !

# 7

*idées de*  
**BROCHES**  
DIY uniques !

*Ca me plaît, je le fais*

Avec Créative, j'économise  
des MILLIERS D'EUROS !

*Pretty* **MERCERIE**

LA QUALITÉ AU SERVICE DE VOTRE CRÉATIVITÉ

TISSU - PATRON DE COUTURE - MERCERIE



[www.prettymercerie.com](http://www.prettymercerie.com)

LE DÉFI  
CRÉATIF #54  
*Jeu-concours*

# À GAGNER

## 10 FAST KNIT TROMSO - Box tricot bonnet

D'UNE VALEUR DE **34,90 €** (COULEURS AU CHOIX)



### Tricotez-moi

Tricotez-moi, la marque française de kits et laines 100 % naturelles, haut de gamme, vous propose de gagner l'une de ses Box Tricot. Avec le Fast Knit

Tromso, vous pourrez réaliser un joli bonnet, intemporel et chaud à tricoter en mohair et soie, disponible dans 14 jolies teintes.

Plus d'infos sur [www.tricotez-moi.com](http://www.tricotez-moi.com)

@tricotezmoiparis tricotezmoi

### THÈME DU CONCOURS :

Tricotez-nous votre plus bel accessoire (écharpe, bonnet, gant ...) pour passer tout l'hiver au chaud. Mettez-le en scène et prenez-le en photo. Attention, les photos doivent être des photos originales, sans retouche digitale ou numérique postérieure à la prise du cliché.

### COMMENT PARTICIPER ?

Envoyez-nous la photo de votre réalisation par e-mail uniquement, à l'adresse : [concours@creative-magazine.com](mailto:concours@creative-magazine.com) avant le 11 mars 2022 minuit, en précisant en objet LE DÉFI et en ajoutant un texte présentant votre réalisation. Vous pouvez envoyer jusqu'à 3 photos de la même réalisation sous différents angles. Pensez à indiquer vos coordonnées complètes (nom complet, adresse postale, téléphone, e-mail). Jeu gratuit sans obligation d'achat. Une seule participation par foyer (même nom, même adresse). Les projets seront jugés par la rédaction en tenant compte du respect du thème, de l'originalité et de l'esthétique de la réalisation. La rédaction procédera ensuite à la sélection des gagnants, qui seront contactés par notre équipe. La liste des gagnants sera également publiée dans le prochain numéro de Créative Green.

# Sommaire #54



06

## INTERVIEW

Marie Petit et sa transition en famille vers l'écologie et le DIY



10

## LA SLOW FASHION

Comment achetez-vous vos vêtements ?



12

## C'EST DE SAISON

Préparez votre allée



16

## DÉCRYPTAGE

Les nouvelles techniques de teinture végétale



20

## TECHNIQUE À LA UNE

Le rotin remis au goût du jour



24

## PLANET DIY

Des créations en papier venues de Suède

**30 DÉCO & PRATIQUE**  
Upcycling et créations pour enfants



**40 MODE & ACCESSOIRES**  
Bijoux, costumes et personnalisation



**50 BIEN-ÊTRE & COSMÉTO**  
Recettes et tendances du moment

**54 CUISINE CRÉATIVE**  
De la beauté dans votre cuisine



*l'Édito*

**En route vers le printemps !**

**R**espirez : vous avez fait la majeure partie du chemin vers les beaux jours ! Nous avons voulu célébrer le renouveau de la nature avec vous, à travers des créations qui évoquent la joie, le dynamisme... et aussi la douceur. Parce qu'il n'y a pas de saison pour se faire plaisir. Et comme la nouvelle génération est aussi partie prenante des lendemains qui chantent, vous trouverez aussi au fil des pages des idées à réaliser pour (et avec) eux. Oui, le loisir créatif, ça se partage, ça se transmet. Comme les bonnes idées et les sourires. Alors, un seul mot d'ordre : profitez. Aujourd'hui, demain, et tous les autres jours à venir. Et même si le froid fait encore des incursions, on ne lui en voudra pas : il nous donne des excuses pour rester à l'abri et pratiquer nos loisirs préférés...

*Mélanie De Coster*

CRÉATIVE N°54  
Février / Avril 2022



Une publication du groupe ID Presse  
Impasse de L'Espéron - Villa Miramar  
13960 Sausset Les Pins

Directeur de la publication  
David Côme

Directeur artistique  
Sergei Afanasiuk

Chefs de projets :  
Mélanie de Coster, Svitlana Grybko

A participé à ce numéro : Sabine Bertrand

Imprimé par / Printed by :  
Imprimerie Mordacq -  
Zone Industrielle du Petit Neufpré  
Rue de Constantinople - 62120 Aire-sur-la-Lys

Distribué par : MLP

Dépôt légal 22 septembre 2011  
Commission paritaire : En cours

Créative est édité par :  
Sarl ID Presse  
RCS Aix-en-Provence 421497665  
Prix métropole 5,90 €  
Trimestriel

«La reproduction, même partielle, des articles et illustrations parus dans « Créative » est interdite. Copyrights et tous droits réservés ID Presse. La rédaction n'est pas responsable des textes et photos communiqués. Sauf accord particulier, les manuscrits, photos et dessins adressés à la rédaction ne sont ni rendus ni renvoyés. Les indications de prix et d'adresses figurant dans les pages rédactionnelles sont données à titre d'information, sans aucun but publicitaire.»

# “ IL N’Y A RIEN DE PLUS GRATIFIANT QUE LE DIY ! ”

RENCONTRE AVEC MARIE PETIT,  
DE LES PETITS ÉCOLOS

Marie Petit, enseignante, partage son chemin vers la transition écologique à travers un blog et un compte instagram. Alors que son livre, *Colibri, et après ?*, est sorti il y a peu, elle nous raconte son cheminement.



## COMMENT L'ÉCOLOGIE EST ENTRÉE DANS VOTRE VIE ?

C'est une très bonne question, parce qu'il est important de se souvenir de ce qui nous a fait ouvrir les yeux. Des personnes m'ont transmis leur expérience, à un moment où l'écologie n'était pas intégrée dans ma vie. Ma sœur m'a ainsi fait comprendre qu'aller dans un fastfood en Guadeloupe au lieu de manger local n'avait aucun sens : on ne voyage pas à l'autre bout du monde pour retrouver ce que l'on connaît déjà. Et une amie vegan m'a démontré qu'elle était heureuse avec la manière dont elle vivait. C'est ce que je veux faire à travers mon livre : témoigner. Montrer qu'être une famille en transition implique beaucoup de joie. Avant, je mettais beaucoup d'énergie à chercher le bonheur, et j'ai dû comprendre qu'il ne se trouvait pas dans la consommation.

## PAR QUELLES ACTIONS AVEZ-VOUS COMMENCÉ ?

En tout premier, j'ai fait beaucoup de rencontres, de lectures. Et mon premier vrai geste a été d'aller dans un petit magasin pour faire mes courses, de quitter le supermarché. J'étais alors étudiante, je ne savais pas ce qui m'attendait. J'étais presque stressée d'y aller, intimidée de parler à des gens pour faire mes achats, ou simplement que l'on m'y dise bonjour. Et j'ai découvert que c'était beaucoup plus apaisant que les grandes surfaces. Au fur et à mesure de ma transition, je me suis rendu compte qu'il y avait de l'humanité derrière chaque geste.



Une semaine de repas préparée en deux heures

## VOUS PRATIQUÉZ AUSSI BEAUCOUP LE BATCHCOOKING, POURQUOI ?

C'est venu d'un constat : avec nos trois enfants, nous manquions de temps pour cuisiner, et les plats industriels nous écœuraient. Il fallait trouver un moyen pour retrouver du plaisir à manger, tout en étant alignés avec nos valeurs. La seule solution, c'était de cuisiner en famille le dimanche pour avancer sur le reste de la semaine. Maintenant, c'est devenu un moment que nos enfants attendent avec impatience et nous réclament. Ils participent, sont actifs, et cela les rend partie prenante de la « communauté familiale ».

## QUELLES ACTIONS PRÉCONISERIEZ-VOUS À QUELQU'UN QUI VEUT COMMENCER À FAIRE SA PART ?

De commencer par ce qui vous fait envie. L'écologie touche à tellement de pans de la vie que l'on peut commencer par ce que l'on veut.



Retrouvez Marie Petit sur son compte [@les\\_petits\\_ecolos](#) et découvrez son livre en page 64.

## VOUS PRATIQUÉZ AUSSI LE DIY...

Oui, il faut retrouver des techniques de base pour revenir à un peu d'autonomie. J'ai appris à coudre, par exemple, et je trouve complètement fou que ce ne soit plus enseigné aux jeunes. Je voulais apprendre la couture pour faire moins de déchet, pour mieux consommer, et au final, j'y découvre de la fierté. Il n'y a rien de plus gratifiant que le DIY : faire ses propres objets, son potager, ses conserves... On apprend, on réalise que l'on est capable de faire seul.

On a même fabriqué quasiment tous nos meubles, avec des palettes de récup. Nos objets ont une histoire, ce ne sont pas les mêmes que ceux qui sont partout ailleurs. Le DIY ramène un peu d'originalité dans nos vies, là où on a l'impression de devoir rentrer dans des cases. Le monde manque de créativité alors que c'est super intéressant de faire nous-mêmes des choses qui nous ressemblent. L'écologie, ce n'est pas juste faire du zéro déchet et se confronter à des règles, c'est aussi se retrouver soi-même, et la créativité en fait partie.

On nous promet des produits qui vont tout faire à notre place et finalement ils nous rendent dépendants. On ne voit plus l'intérêt de faire nous-mêmes le moindre effort. C'est dommage d'apprendre aux gens que moins ils vont en faire, plus ils seront heureux !

“ **Le DIY ramène un peu d'originalité dans nos vies** ”

## ET À QUELQU'UN QUI VEUT S'ENGAGER PLUS ?

De trouver une façon d'apporter de l'écologie dans son métier. Le travail occupe énormément de temps dans notre vie. Chacun peut aussi y faire sa part et semer de l'écologie là aussi, voire changer de travail s'il est contraire à certaines valeurs.

# POITIERS, UNE CHARTE ZÉRO DÉCHET POUR RÉCONCILIER ÉVÉNEMENTIEL ET DÉVELOPPEMENT DURABLE

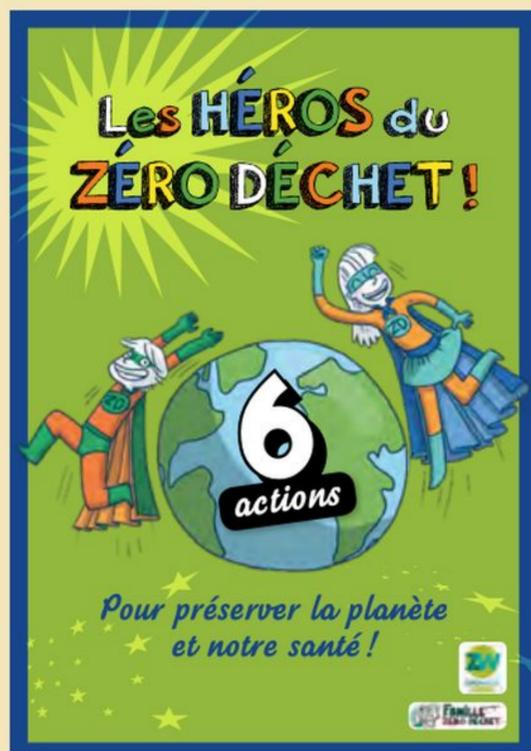
Dès le mois de janvier 2022, la municipalité de Poitiers veut mettre en place une charte de réduction des déchets pour l'organisation d'événements qui représentent une source majeure de pollution. Selon l'association Zero Waste France, une manifestation moyenne de 5 000 personnes générerait 2,5 tonnes de déchets. La mairie va donc élaborer une charte de bonnes pratiques destinée aux associations organisatrices d'événements. Parmi les pratiques vertueuses, on retrouve notamment le bannissement de contenants en plastique et leur remplacement par des alternatives réutilisables. Il est également recommandé de privilégier le vrac ou encore le prêt de matériel d'occasion entre associations.



## Livre enfants : LES HÉROS DU ZÉRO DÉCHET

«Les Héros du Zéro Déchet» est un livret pédagogique et illustré destiné aux enfants pour les sensibiliser aux impacts des déchets sur l'environnement et notre santé et présente 6 actions pour tendre vers le zéro déchet au quotidien !

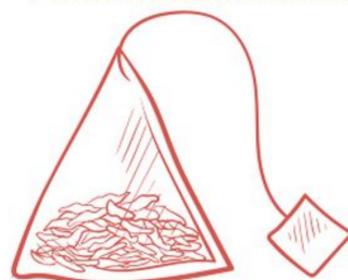
Guide téléchargeable gratuitement sur [www.zerowasteFrance.org/publication/livret-enfants-les-heros-du-zero-dechet](http://www.zerowasteFrance.org/publication/livret-enfants-les-heros-du-zero-dechet)



## GASPILLAGE : cinq déchets alimentaires à réutiliser dans le jardin

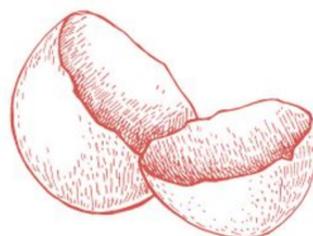
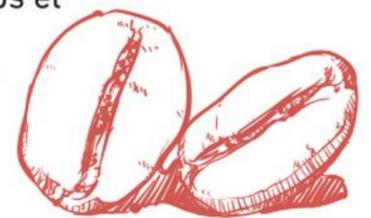
Certains déchets alimentaires peuvent avoir des fonctions tout aussi importantes dans le jardin sans forcément passer par l'étape du compostage.

**L'EAU DES PÂTES :** utilisée encore bouillante, elle peut servir de désherbant naturel pour éliminer les mauvaises herbes dans le jardin.



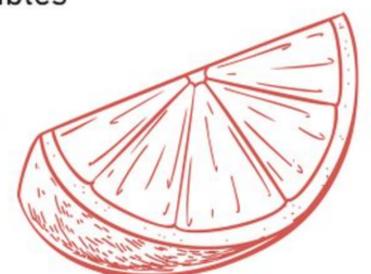
**LES SACHETS DE THÉ EN FIBRES NATURELLES :** une fois utilisés, ils peuvent être mis en terre directement ; leur capacité d'absorption de l'eau leur permet de conserver l'humidité de la terre plus longtemps et ainsi de nourrir les plantes

**LE MARC DE CAFÉ :** séché et dispersé autour des plantes, il peut servir à les renforcer directement en tant qu'engrais fertilisant.



**LES COQUILLES D'ŒUFS :** réduites en petits morceaux et dispersées autour des plantes, les coquilles peuvent servir de barrière protectrice contre les nuisibles du jardin, comme les limaces et les escargots.

**LES ÉCORCES D'ORANGES :** laisser infuser les écorces dans de l'eau chaude, puis pulvériser ce mélange directement sur les plantes une fois par mois pour lutter contre les pucerons.



## SE SÉPARER D'UN VÊTEMENT ... EN LE METTANT AU BON ENDROIT

Sur 517 000 tonnes de textiles produites en France en 2020, seules 39 % ont été collectées : si une partie de ces vêtements, chaussures et linges de maison est bien entendue portée et utilisée, une autre part reste oubliée dans les placards ou finie encore dans la poubelle du consommateur. Pour 3,7 kg de textiles collectés par personne en 2019, encore 7,7 kg par personne ont été jetés directement dans la poubelle noire. Autant de matières brûlées en incinérateur ou enfouies en décharge, à l'origine de pollutions importantes et qui n'auront pas réemployées ou partiellement récupérées via des processus de recyclage.



## Le SAVIEZ-VOUS ?

Les établissements de santé produisent 700 000 tonnes de déchets par an en France, et les blocs opératoires en génèrent 20 à 30%. Pour donner une image parlante, une intervention chirurgicale va produire les déchets d'une famille de 4 personnes en une semaine !



Source : [www.linfordurable.fr](http://www.linfordurable.fr)

## LA FIBRE SOLIDAIRE

Située à Venelles dans les Bouches du Rhône, la Fibre Solidaire est une structure d'insertion par l'activité économique. Sa mission première est de remettre sur le chemin de l'emploi durable des personnes en difficulté socioprofessionnelle. Pour ce faire, elle collecte des vêtements, chaussures, accessoires habillement et petits bibelots. Après tri et remise en état de ces produits, les articles sont vendus dans des



boutiques sur Aix-en-Provence et alentours, pour financer ses actions de réinsertion professionnelle. Moins de déchets, une économie locale renforcée, des ressources naturelles préservées, un avenir durable et solidaire, tels sont les enjeux de la Fibre Solidaire.

[www.lafibresolidaire.fr](http://www.lafibresolidaire.fr)

14, rue de La Touloubre- L4es  
Logissons-13770 VENELLES  
Tél : 04 42 54 61 14

La

S L O W

F A S H I O N

*prend la mode de vitesse*

Inspirée des mouvements slow, la slow fashion vous invite à revoir votre garde-robe sans perdre de temps. Ce pourrait bien être votre prochain geste écocitoyen.

**L**es vêtements, on ne va pas se mentir, on en a tous besoin. Mais on a parfois tendance à oublier un élément important : ils ont un impact sur l'environnement. Et même sur la vie humaine, au sens le plus strict du terme. Pour produire certaines tenues de fast fashion, des couturières à bas prix inhalent des résidus toxiques ou travaillent plus de 12 heures par jour ! Certains chiffres font mal à entendre.

### UNE PRISE DE CONSCIENCE NÉCESSAIRE

Face à ce constat, des stylistes ont commencé à s'inquiéter des impacts environnementaux et



La styliste Stella McCartney refuse l'usage de toute matière d'origine animale dans ses créations.

sociétaux de la mode dès les années 90. Giorgio Armani ou Stella McCartney en faisaient partie. Ce n'est pourtant qu'en 2007 que le terme « slow fashion » a vraiment fait son apparition. Il s'agit alors de repenser la mode, aussi bien au niveau de ses créateurs et fabricants, que du côté de ses consommateurs. Et il reste encore beaucoup de travail à faire : les tenues dites éthiques sont plus onéreuses que leurs équivalents en fast fashion, ce qui n'incite pas toujours à les privilégier. Résultat : près de 100 milliards de vêtements sont produits chaque année dans le monde... et 85 % d'entre eux finissent à la poubelle !

## COMMENT ADOPTER LA SLOW FASHION ?

Le mouvement slow fashion s'inscrit dans une démarche à la fois éthique et durable. Et cela ne consiste pas uniquement à éviter les t-shirts à 2 €, même s'ils sont très tentants.

Il faut :

- privilégier les basiques intemporels, qui ne se démoderont pas en deux mois
- penser à l'économie circulaire : seconde main, location... C'est déjà de la slow fashion, mais nettement plus abordable que certaines marques.
- décrypter les étiquettes : opter plutôt pour du fabriqué en France ou au Portugal, ainsi que pour des tissus GOTS ou Oeko-Tex
- préférer le coton bio au traditionnel... ou, mieux encore, s'intéresser aux matières recyclées. Plus l'impact environnemental est faible, mieux c'est
- limiter l'achat en ligne : tailles inadaptées et retours à l'expéditeur contribuent aussi bien à la pollution numérique qu'à celle des transports en camion.

L'un des autres aspects de la slow fashion, c'est également la production raisonnée. Alors, oui, les stocks partent vite, il y a parfois des



Une garde-robe capsule vous incite à posséder moins de vêtements. Mais juste ceux dont vous avez besoin et qui vous mettent en valeur.

## DES CHIFFRES QUI TUENT



**0,18 € VS 29 € :** Sur un t-shirt vendu 29 € en Europe, les ouvrières asiatiques touchent en moyenne seulement 0,18 €, malgré un temps de travail excédant souvent 12 heures par jour.



**80 € :** le salaire mensuel moyen d'une ouvrière du textile au Bangladesh... alors que le salaire vital est de 368 €.



**1,2 MILLIARD DE TONNES DE GAZ** à effet de serre. C'est le nombre de COV émis chaque année par le secteur du textile : un impact plus important que les vols internationaux et le trafic maritime réunis.

## DES EFFETS DÉLÉTÈRES POUR LA PLANÈTE

Chaque étape de la confection d'un vêtement (production des matières premières, transformation, transport...) entraîne pollution des eaux et des sols, mais aussi une importante consommation d'eau et d'énergie.

Ainsi, si vous vouliez boire la quantité d'eau nécessaire pour la fabrication d'un t-shirt et d'un jean classique, il vous faudrait... 13 ans ! Pensez-vous vraiment qu'ils valent ce prix pour votre environnement ?



Il existe des solutions plus respectueuses pour continuer à porter des jeans. Comme la démarche de la marque française 1083.

© 1083

précommandes nécessaires... Mais l'idée, c'est toujours d'éviter les déchets et, en tant que consommateur, de favoriser la qualité à la quantité. Ce peut être l'occasion d'opter pour une garde-robe capsule, certes peu étendue, mais adaptable à toutes les situations du quotidien. Et comportant, surtout, des tenues confortables et durables.

## ET CÔTÉ DIY ?

Vous vous en doutez, les petites mains couturières comme vous sont, par définition, déjà des adeptes de la slow fashion. Parce que vous ne produisez pas en grandes quantités, que vous allez souvent porter de nombreuses fois vos tenues préparées avec amour, et que vous en prenez soin. Vous pouvez aller encore plus loin, en cherchant toujours comment raccommo-der au mieux vos vêtements : un trou peut être une formidable opportunité créative ! Pensez aussi à l'upcycling, qui vous permettra de redonner une nouvelle vie à de vieux habits qui dormaient dans votre placard.

C'est de saison !

# Préparez

**Courage : vous êtes sur le bon chemin vers le printemps. Mais qu'en est-il de votre jardin ? Si vous en avez assez de marcher dans l'herbe et la terre boueuse, il est temps de faire un pas vers une nouvelle allée !**

## VOTRE ALLÉE

**U**ne allée est indispensable dans le jardin. Que ce soit pour marcher jusqu'à la porte d'entrée, pour atteindre le potager... ou juste pour décorer ! Il existe de nombreuses solutions pour avancer sur le projet de votre allée, mais celle qui vous mènera peut-être le plus loin sera celle qui sera constituée uniquement de matériaux de récupération. Ses avantages : elle n'est pas chère, elle favorise le recyclage et elle est vraiment personnalisée.

### UN VOYAGE VERS L'ÉTRANGER

Votre allée se limitera, en principe, à l'espace de votre jardin. Mais elle

puisera son inspiration dans des endroits bien plus lointains.

Ainsi, les tracés sinueux sont associés aux jardins à l'anglaise. Ils contournent les obstacles, suivent les pentes. Et incitent à la promenade.

Les pas japonais, eux, s'inspirent des jardins zen asiatiques. Vous ne poserez alors les éléments de votre allée qu'aux endroits où votre pied atterrira (comme une marelle mais plus adaptée à une marche tranquille).

Et les tracés bien droits rappellent plutôt les jardins à la française, comme ceux que l'on voit dans les châteaux. Ils peuvent être imposants et avoir beaucoup de caractère.



Voguez vers ailleurs juste avec quelques éléments de décoration supplémentaires.

## QUELS MATÉRIAUX DE RÉCUP POUR UNE ALLÉE ?

Certains matériaux semblent évidents à utiliser au jardin :

- **Du bois** : que ce soit avec des lames de palettes désossées et assemblées au sol, avec des rondins de bois de quelques centimètres d'épaisseur, ou même avec des broyats végétaux, le bois a évidemment sa place sur votre terrain. Vous pouvez les coller les uns aux autres ou les espacer façon pas japonais, en veillant à ce que les éléments ne dépassent du sol que d'un ou deux centimètres (pour ne pas trop s'y enfoncer avec les pluies). Le cas échéant, pensez aussi à les protéger avec un produit spécial bois extérieur.

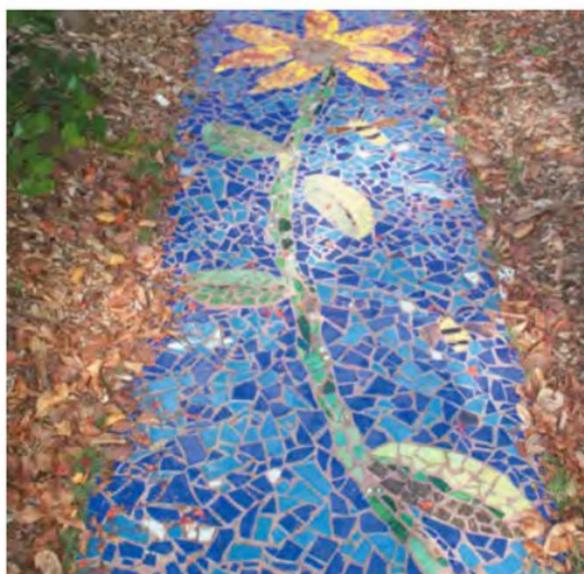


**VU SUR :**  
[domesticatednomad.blogspot.com](http://domesticatednomad.blogspot.com)

- **des tuiles et des briques** : les matériaux de construction sont prévus pour résister aux intempéries. En les brisant en petits morceaux (ou en récupérant ceux qui sont déjà abîmés pour les casser encore plus), vous aurez une allée qui ne craint pas la pluie.



- **des carrelages** : n'hésitez pas à contacter des fabricants de carrelage ou des carreleurs pour leur proposer de reprendre leurs tessons. Sans vous faire marcher, il paraît que cette matière chante quand on chemine dessus !



- **des bouteilles de verre** : retournez des bouteilles en verre et enfoncez-les dans le sol. Leurs fonds, circulaires mais presque plats, ressemblent à des pavés colorés. La seule limite : comme des pavés, ils peuvent être un peu glissants par temps humide.

**VU SUR**  
[pammiejoandfriends.blogspot.com](http://pammiejoandfriends.blogspot.com)



## *Ne chassez pas le naturel*

Si vos allées sont attaquées par la mousse, ou que quelques brins d'herbe s'invitent, ne cherchez pas systématiquement à les éliminer. Ils peuvent avoir beaucoup de charme et ajouter un cachet rustique à votre jardin.



- **des bouchons de plastique** : C'est toujours autant de plastique qui n'ira pas à la poubelle. En les



collectionnant puis en les mettant dans le sol, vous obtiendrez une fresque colorée, presque enfantine.

**VU SUR :** [idi-k-nam.ru](http://idi-k-nam.ru)

## Les bons conseils pour tracer sa voie

Vous allez commencer par délimiter au sol l'espace de votre allée. Déterminez d'abord les points de départ et d'arrivée. Effectuez ensuite votre choix entre un chemin rectiligne et un autre sinueux, plus agréable à l'œil mais moins direct : certains risquent quand même de couper à travers la pelouse quand ils seront pressés ! Sa largeur devra être d'environ 80 cm pour y circuler sans mettre les pieds dans l'herbe (et 1,20 m si vous souhaitez que deux personnes y marchent de front).



# Vos petites astuces DIY et Zéro Déchet



## À BAS LE CALCAIRE

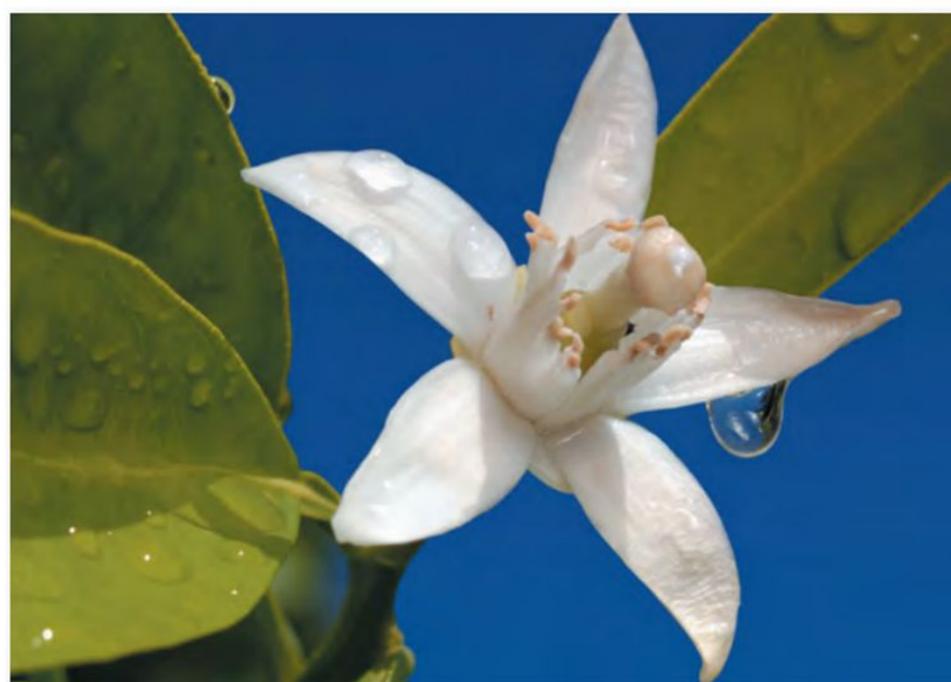
L'eau de ma ville est très calcaire. Je dois souvent utiliser du vinaigre dans ma bouilloire, par exemple. Mais l'odeur est très forte et, pour détartrer mes casseroles, je préfère y faire bouillir des épluchures de pommes de terre. Elles sont ainsi utiles avant de partir au compost, et le fond de mes ustensiles de cuisine est nickel !

NOÉMIE, VAUXRENARD (69)

## UNE HALEINE FRAÎCHE

La bouche de mon chien ne sent pas vraiment la rose. Et j'avoue que je n'ai pas envie de lui laver les dents, comme il faudrait sans doute le faire. Un ami dresseur m'a conseillé d'ajouter quelques feuilles de persil hachées à sa nourriture. Le persil est antimicrobien, et il aide donc à éliminer les germes sur ses dents. Et, en plus, il est bon pour sa santé !

MANON, RISCLE (32)



## DU LINGE QUI SENT BON

J'aime quand mes vêtements sentent le propre. Mais j'évite au maximum les parfums de synthèse. Et les huiles essentielles ne sont pas idéales non plus à libérer dans les eaux usées. Maintenant, j'utilise plutôt de l'eau de fleur d'oranger. J'en verse 10 ml dans le bac à adoucissant, et mes tenues sont délicatement parfumées.

JUSTINE, ABILLY (37)



## DES CHAUSSURES BRILLANTES

Le cirage ne sent pas toujours bon, et j'ai tendance à m'en mettre sur les doigts, ce que je déteste. Mon oncle m'a appris cette astuce : le remplacer par un mélange de 2 cuillères à soupe de crème fraîche et 2 cuillères à café d'huile de lin. Depuis, mes chaussures restent belles, et je ne suis plus jamais en train de chercher où j'ai pu ranger le cirage.

ALICIA, TORTEFONTAINE (62)

## JE FAIS MOI-MÊME



### 3 solutions pour : **NETTOYER SON MIROIR**

- 1 Je frotte la surface avec un sachet de thé infusé, puis j'essuie la glace.
- 2 J'utilise une pomme de terre : son amidon enlève les traces. Je n'ai plus qu'à passer un chiffon propre.
- 3 Pour éviter la buée dans la salle de bains, je frotte une tranche de concombre sur le miroir.

AURÉLIE, MYANS (73)



### MON PRODUIT VITRE

Je ne nettoie pas très souvent mes vitres. Mais quand je le fais, j'utilise systématiquement un mélange maison : je verse 25 cl d'eau déminéralisée et 15 cl de vinaigre blanc dans un vaporisateur. J'y ajoute ensuite quelques gouttes d'huile essentielle de citronnelle. L'odeur est agréable, elle repousse les moustiques, et elle possède aussi des propriétés désodorisantes et antiseptiques.

CLÉA, DUCLAIR (76)

### UN PRODUIT LESSIVE

En hiver, je me chauffe au bois, et j'ai toujours beaucoup de cendre qui s'accumule. J'en utilise pour le jardin, mais aussi pour mes vêtements. Je tamise ma cendre, puis je verse un volume de cendre pour deux volumes d'eau froide dans un seau. Je laisse ensuite macérer pendant 48 minimum, en remuant de temps en temps. Il ne me reste plus qu'à filtrer avec un tissu en versant dans ma bouteille, puis à utiliser comme toute lessive liquide.

SÉVERINE, FAMECHON (80)



## L'ASTUCE DU MOIS

### DE LA PEINTURE ARDOISE

Mes enfants me réclamaient de la peinture ardoise pour décorer leurs chambres. Mais elle est très chère. J'en ai préparé moi-même en mélangeant lentement une part de ciment sans sable avec deux parts de peinture de la couleur de leur choix. Il faut que la peinture de base soit assez liquide, parce qu'elle va épaissir avec le ciment. Mais le résultat en vaut la peine !

CLAIRE, GRAVELOOTE (57)



Envoyez-nous vos astuces avec une photo par e-mail à : [redaction@creative-magazine.com](mailto:redaction@creative-magazine.com) en précisant en objet "Vos petits trucs" et en indiquant vos coordonnées. Les meilleures seront publiées et l'auteur de l'astuce du mois recevra gratuitement le prochain numéro de Créative.

# La Teinture Végétale

## C'EST VERT ?

Les teintures à base de plantes sont très anciennes mais savent parfaitement se renouveler. Même sans jardin à votre disposition, vous pourrez avoir la main verte... ou rouge !

**L**es méthodes de teintures végétales sont certainement parmi les plus anciennes techniques utilisées pour ajouter un peu de couleurs à un tissu ou à une laine filée à la main. On en retrouve des traces dans des vêtements tissés datant de l'Égypte antique. Et il faut bien avouer que c'est plutôt agréable de prendre le temps de doser soi-même ses couleurs, puis de les manipuler sans craindre leurs effets chimiques.

Au fil des années, pourtant, de nouveaux procédés sont apparus pour faciliter le travail des coloristes amateurs. Tous n'étaient pas aussi naturels que les plantes. Mais ils avaient un avantage certain : il n'y avait pas besoin de broyer cinquante pétales pour obtenir quelques grammes de pigments. Rapidité, efficacité, c'est là que résidait leur attrait. Aujourd'hui, il existe une bonne nouvelle pour toutes celles qui veulent mettre de la couleur dans leur vie : les teintures végétales version moderne.

L'indigo est l'une des plus anciennes teintures végétales connues. Elle est aussi celle qui a la plus longue durée de vie.



## DES PLANTES POUR TOUTES LES TEINTES

Les premières molécules colorantes de synthèse datent des années 1850. C'est donc relativement récent. Surtout en se rappelant que, vers 2 000 avant J.-C., l'indigo, le safran, le carthame et la garance étaient déjà employés pour ajouter un peu de couleurs aux tissus.

Vous pouvez obtenir un véritable arc-en-ciel avec des plantes tinctoriales : rouge, rose, bleu, violet, jaune, orange, brun... Évidemment, tous les végétaux ne colorent pas de la même manière. Et tous ne se trouvent pas non plus à portée de main. Le principe même d'une teinture végétale maison serait donc de ne puiser dans la nature que ce dont vous avez véritablement besoin. Récolter plus, saccager les récoltes, serait contre-productif sur le long terme ! Vous ne faites que commencer votre chemin sur la route de la teinture végétale, et vous aurez peut-être envie de le suivre longtemps.

## DU PÉTROLE DANS VOS TEINTURES ?

Les teintures chimiques peuvent cacher de vilains produits dans leurs jolies couleurs. De nombreux colorants sont ainsi fabriqués à base de pétrole, et se composent de métaux lourds, de formaldéhyde et de chlore. Ce n'est donc pas vraiment la solution idéale pour la planète, pas plus que pour la santé. Les cours d'eau sont les premiers à être impactés lors de la fabrication des tissus : une étude révèle que **100 000 tonnes de colorants dérivés du pétrole** se déversent chaque année dans le système hydraulique.

Depuis 2007, la réglementation européenne REACH oblige les industriels à avoir recours à des techniques « moins polluantes » et à enregistrer les substances chimiques utilisées dans leurs activités teinturiers. Mais toutes n'ont pas encore été étudiées de près. D'ailleurs, nombre de grands fabricants les privilégient car les couleurs obtenues sont plus vives et plus compatibles avec des fibres synthétiques.

Et vous, vous préférez quoi ?



Les teintures naturelles sont peut-être moins vives... mais vous aideront à vivre mieux et plus longtemps !

## DE NOUVELLES TEINTURES À L'ANCIENNE

Comme vous l'avez déjà compris, la teinture végétale demande surtout une chose : des végétaux. Donc, si vous n'avez pas de jardin, que vous n'habitez pas à la campagne, et que vous n'avez pas envie de commander des plantes par internet, vous risquez jusqu'il y a peu de vous sentir un peu démunie face à cette technique.

Ce n'est maintenant plus un souci !

En effet, il existe de plus en plus de poudres déjà



Il n'y a pas de limite aux teintes que vous pouvez obtenir grâce aux plantes.

prêtes pour teindre vos tissus. Souvent vendues en sachets de 100 g, vous en trouverez dans de multiples teintes (et avec des végétaux venant parfois de contrées très lointaines). Ce sera l'occasion idéale pour tenter des expérimentations. Car c'est là l'un des autres attraits de cette technique : jouer au petit

chimiste et obtenir des résultats qui ne soient pas toujours identiques et standardisés ! Pour vous procurer ces mélanges, vous pourrez vous rendre sur les sites de Couleur Garance, Alysse Créations ou Michel Garcia, entre autres. Ils vous mettront des couleurs plein les yeux...

## LE PROCESSUS DE BASE DE LA TEINTURE

De manière générale, vous aurez toujours à suivre le même procédé :

- hacher ou broyer vos végétaux
- les faire tremper dans de l'eau (compter environ 25 g de plante par litre d'eau)
- Faire bouillir pendant 15 minutes à une heure (selon la couleur désirée)
- plonger le tissu dans l'eau et laisser frémir pendant 20 minutes à une heure
- laisser refroidir le tissu dans le liquide, puis le rincer, l'essorer,

Produit	Prix
Extrait de cèdre gris - 100g	9,00 €
Extrait de chlorophylle	28,00 €
Extrait de grenade - 100g	12,00 €
Extrait d'Arequier - 100g	18,00 €
Extrait de garance indienne - 100g	19,00 €
Tanins végétaux - 100g	14,00 €
Lac dye	20,00 €
Extrait de campêche - 100g	38,50 €



Procurez-vous des poudres ou des extraits végétaux pour gagner du temps !

# buttinette

« Des idées de loisirs créatifs à butiner »

Tout  
pour vos  
**loisirs  
créatifs**

♥ Un amour de fleurs...



IDÉE  
créative



Découvrez notre nouveau catalogue printemps & été 2022 !  
Feuilletez en ligne ou commandez votre exemplaire gratuit sur :

**www.buttinette.fr**

(disponible à partir de fin février)



TENDANCE À LA UNE



# LE ROTIN RENOUÉ

## AVEC LA TENDANCE

Furieusement « in » dans les années 60, le rotin était depuis resté en jachère. Mais c'était pour mieux revenir : il s'impose aujourd'hui, et pas uniquement en décoration.

### UN BRIN D'HISTOIRE

Retour vers le XIXe siècle. À l'époque, les contrées lointaines (et coloniales) attirent tous les intérêts. Il devient de bon ton de s'inspirer de leurs créations pour décorer et meubler son intérieur. Et c'est ainsi que les meubles en rotin, venus d'Asie, deviennent très recherchés. Tout le monde ne peut pourtant pas s'en offrir et il faut attendre les années 60 et un peu d'industrialisation pour qu'ils se

démocratisent. Peut-être un peu trop d'ailleurs : que celui qui n'a jamais vu un salon d'hiver en rotin se flagelle immédiatement avec quelques joncs.

Et maintenant ? Maintenant, le rotin redevient une matière qui compte. Tout d'abord pour son aspect naturel et chaleureux, qui se marie très bien avec les décorations scandinaves. Mais aussi dans de nombreux autres secteurs...



## 3 idées

### DE RÉALISATION

AVEC LES ANNÉES, LE ROTIN A GAGNÉ EN LÉGÈRETÉ. CES NOUVELLES CRÉATIONS ONT TOUT POUR VOUS SÉDUIRE.



### UN RANGEMENT POUR BIJOUX

Gardez enfin toutes vos boucles d'oreilles bien ordonnées. Un cercle de broderie maintiendra la feuille de cannage que vous accrocherez au mur.

**VU SUR :**  
[curbly.com](http://curbly.com)

## QUE PEUT-ON FAIRE AVEC DU ROTIN ?

La réponse pourrait être : tout. Ou presque. En effet, si le rotin est surtout connu pour ses meubles, vous pouvez aussi réaliser des paniers, des lampes et même des bijoux avec quelques brins finement tressés.

Car la vannerie peut se travailler à plat comme en hauteur. C'est vous qui décidez du relief que vous donnerez, ou pas, à vos créations.

Mieux encore : si l'idée d'entrecroiser des brins de rotin ne vous emballa pas, vous pourrez travailler directement avec du cannage pré-tissé. Il vous suffira de le découper le moment venu.



La vannerie est une forme de tissage. Mais elle est en relief...

## Comment manipuler le rotin ?

Généralement venu sous forme de couronne, le rotin peut sembler assez réticent à être tordu dans tous les sens. Faites-le tremper quelques minutes dans de l'eau tiède avant de le travailler, au fur et à mesure de votre avancée. Mais pas trop longtemps : sinon il va griser !

## DES KITS POUR VOUS INITIER

La preuve que la vannerie redevient tendance ? Vous trouverez en magasin non seulement du rotin, mais aussi des kits pour vous faire la main.

### POUR UN MIROIR

Les box Pause Moderne vous proposent un kit contenant tout le nécessaire pour créer un miroir simple et épuré.

*Pause moderne, 23 €*



### POUR LES OISEAUX

Le rotin est parfait pour l'extérieur. Et vous pourrez en profiter pour habiller votre jardin et faire habiter les oiseaux avec ce kit pour un nichoir.

*Les ateliers d'Isa, 25,50 €*



### POUR LES CRAYONS

Sur Etsy aussi, vous trouverez des kits pour vous initier à la vannerie. Commencez par de petits projets, comme ce pot à crayons, avant de vous lancer dans de plus grandes œuvres.

*WonderWeaverDesign, 36,70 €*



### UN VASE

Habillez un simple vase en verre grâce à quelques brins de rotin. Un par-dessus, un par-dessous... Imaginez vos propres motifs et montez jusqu'en haut pour un effet tout en transparence.

**VU SUR :**  
[lesbrindilles.com](http://lesbrindilles.com)



### DES BOUCLES D'OREILLE

Un petit cercle, quelques très fins brins de rotin, et tout le matériel nécessaire pour confectionner des boucles d'oreilles... Vous aurez un nouveau bijou en quelques minutes à peine.

**VU SUR :**  
[unventdemode.com](http://unventdemode.com)

# LES JOLIS PAPIERS

*de Hanna Nyman*

Depuis la Suède, Hanna Nyman découpe des petits papiers pour des créations tout en douceur et en poésie. Fleurs, masques et décorations remplissent son quotidien !



À découvrir :  
[www.backtopoetry.se](http://www.backtopoetry.se)  
@backtopoetry

## COMMENT AVEZ-VOUS COMMENCÉ À TRAVAILLER LE PAPIER ?

J'ai d'abord suivi des études d'art, et plus précisément j'ai une formation en textiles et art, que j'ai obtenu à l'université Konstfack à Stockholm, en Suède. C'est à cette époque que j'ai commencé à utiliser le papier. Cette matière me fascinait tellement plus que le tissu ! J'ai eu la chance d'avoir un enseignant merveilleux qui l'a vu et m'a vraiment encouragée à poursuivre dans cette voie. Ce qui est intéressant avec le papier, pour moi, c'est qu'il est possible de transformer un matériel simple et plat en quelque chose en volume. Et j'adore quand ce n'est pas parfait, avec des lignes droites : cette matière me surprend encore tellement souvent. La meilleure partie est bien sûr que je peux la travailler avec mes mains. Après l'université, j'ai commencé à travailler dans la mode comme illustratrice. J'ai continué à manipuler le papier sur le côté pendant très longtemps. Il y a seulement deux ans que j'ai décidé que le moment était venu de le faire à temps plein... et j'aime ça !



**«Avec le papier, il est possible de transformer un matériel simple et plat en quelque chose en volume»**

## OÙ TROUVEZ-VOUS L'INSPIRATION ?

Je commence souvent un projet en regardant les textures et les couleurs de différents papiers, ce qui m'inspire beaucoup. Parfois, ce sont des souvenirs qui me donnent des idées. Comme ceux de ma grand-mère : elle était fleuriste et je me rappelle être restée assise dans sa boutique quand j'étais enfant, juste pour contempler les fleurs et les couleurs, sentir leurs parfums... Ce souvenir me donne toujours beaucoup d'idées.

## POUVEZ-NOUS NOUS EN DIRE PLUS À PROPOS DE VOTRE CHEMIN DANS LES ARTS CRÉATIFS ?

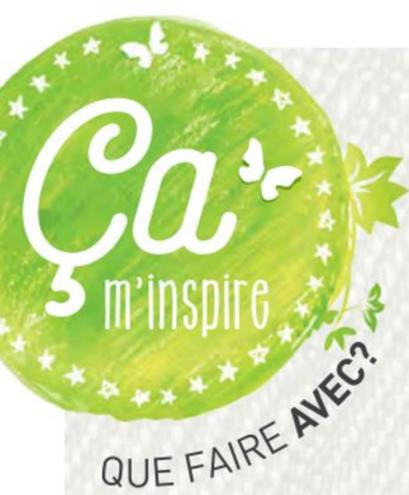
Je me suis intéressé aux arts et aux loisirs créatifs depuis mon plus jeune âge. Au lycée, j'étais convaincue que j'allais devenir designeuse de meubles. Je faisais beaucoup de constructions à partir de bois. Mais



à 18 ans, j'ai déménagé à Londres et commencé à étudier la mode, avant de revenir en Suède un an plus tard. J'ai eu ma propre petite, toute petite, entreprise pendant quelques années. Mais le fait de travailler des objets en trois dimensions me manquait. Donc j'ai commencé à étudier le design de produits, j'adorais construire des modèles, mais les programmes en 3D tuaient tout le plaisir pour moi. C'est là que j'ai intégré une école d'art. En un sens, peut-être que le papier est le parfait compromis entre le textile et le bois dont j'avais besoin.

## COMMENT VOTRE FAMILLE S'IMPLIQUE-T-ELLE DANS VOS CRÉATIONS ?

Ma famille me soutient beaucoup. Depuis que j'ai commencé à travailler à la maison l'an dernier, ils se sont formidablement adaptés au fait d'avoir des papiers un peu partout. Mes enfants adorent aussi s'asseoir dans mon studio pendant que je travaille, et faire leurs propres créations.



# UTILISER LE CARTON,

## *c'est un jeu d'enfants*

Les cartons ont plus d'un tour dans leur emballage. Cette fois, nous vous avons préparé une sélection uniquement pour les enfants. Sages ou pas sages, à vous de voir !



### UNE GUITARE

Vous connaissez la musique : les enfants sont souvent des stars en herbe. Pour accompagner leur show, offrez-leur des instruments à leur taille. Ajoutez-y quelques brins de ficelle qu'ils pourront pincer !

À RETROUVER SUR : [handmadecharlotte.com](http://handmadecharlotte.com)



### UNE PISTE D'ATTERRISSAGE

Une boîte de pizza, un peu de peinture noire, quelques traits de craie... Voilà de quoi faire décoller de joie vos stars de l'aviation !

À RETROUVER SUR : [mommodesign.com](http://mommodesign.com)



### COMME LES GRANDS

Les jeux d'imitation font toujours plaisir aux plus petits. Quand ils veulent mettre la main à la pâte, proposez-leur cette cuisinière en carton.

À RETROUVER SUR [pimpelwit.nl](http://pimpelwit.nl)

## UNE CABANE

Tout le monde a envie d'avoir son chez-soi. Même les enfants. Un peu de décoration suffit pour celui-ci, qui ravira les plus petits.

À RETROUVER SUR : [ukkonooa.blogspot.com](http://ukkonooa.blogspot.com)



## DES MAISONS

Les maisons de poupée ont toujours la cote auprès des enfants. Utilisez des boîtes à chaussures, de la peinture, du masking tape, des chutes de crochet...

À RETROUVER SUR : [instagram.com/lapetitemaison\\_vania/](https://www.instagram.com/lapetitemaison_vania/)



Vous pouvez même construire tout un village, et installer à l'intérieur de petits meubles faits maison.

À RETROUVER SUR [mermagblog.com](http://mermagblog.com)



## UN CHATEAU

Oyez, oyez... Il vous faudra récupérer beaucoup de cartons pour cette bâtisse digne des plus grands architectes. L'important est surtout d'assembler les différents éléments, comme pour un... jeu de construction !

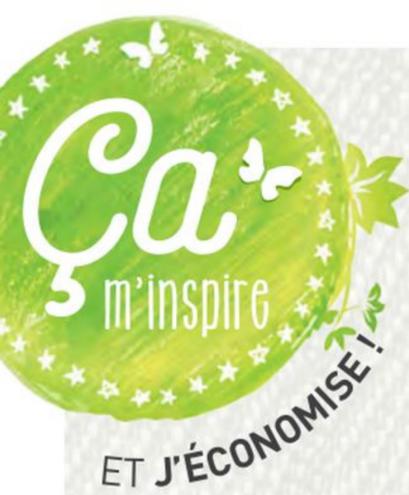
À RETROUVER SUR : [ramblingrenovators.ca](http://ramblingrenovators.ca)



## PIRATES !

Un chapeau de pirate, c'est toujours parfait pour partir à l'assaut de toutes les aventures. Un peu de peinture noire, et un crâne de mort à dessiner pour un succès assuré.

À RETROUVER SUR : [lifeandstyle.alexandalex.com](http://lifeandstyle.alexandalex.com)



# ÇA ME PLAÎT,

## *je le fais !*

J'ÉCONOMISE  
**2 409 €**

POURQUOI DÉPENSER DES FORTUNES  
QUAND VOUS POUVEZ FAIRE AUSSI  
BIEN VOUS-MÊME ?



*Je le fais...*  
**20€**

## LA JOAILLERIE À PORTÉE DE MAIN

Si vous ne pouvez pas vous offrir (ou vous faire offrir) les plus beaux bijoux présents sur le marché, faites-les vous-même ! Le modèle originel s'inscrit dans la gamme « haute fantaisie », et c'est peut-être la plus belle manière de le caractériser !

J'ÉCONOMISE  
**170 €**

*... ou je  
l'achète* **190 €**



Jonc Copacabana, chez Aurélie Bidermann

A retrouver sur : [leapilea.com](http://leapilea.com)



*Je le fais...*  
**15€**

A retrouver sur :  
[thefoxandtheknife.com](http://thefoxandtheknife.com)



*... ou je l'achète*  
**549 €**

Lampe à poser bonbon  
Ana kras chez Hay

## UNE LAMPE EN LAINE

La créatrice Ana Kras a remis au goût du jour les lampes en fil de laine des années 70. Donnez-leur à votre tour un coup de neuf en y ajoutant un peu de couleurs !

J'ÉCONOMISE

**534 €**

## UNE CONSOLE

Un meuble design, c'est bien. Un meuble design fait maison, c'est mieux. Construisez-le à la hauteur de votre choix pour voir votre décoration en grand !

J'ÉCONOMISE

**450 €**



*Je le fais...*  
**20€**

A retrouver sur :  
[www.feesmaison.com](http://www.feesmaison.com)



*... ou je l'achète*  
**470 €**

Staple de Taschide



*Je le fais...*  
**40€**

A retrouver sur : [diycandy.com](http://diycandy.com)



*... ou je l'achète*  
**1 295 €**

Larnaca coffee table

## UN SIMPLE BANC

Quelques planches, de la colle à bois et un peu de temps... C'est tout ce qu'il vous faut pour imiter ce banc, qui aura fière allure dans votre jardin.

J'ÉCONOMISE

**1 255 €**

ABONNEZ-VOUS AUSSI SUR NOTRE SITE : [www.creative-magazine.com](http://www.creative-magazine.com)

# OUI, JE M'ABONNE OU J'OFFRE UN ABONNEMENT !



OFFRE 6 NUMÉROS  
29,50 € AU LIEU DE ~~35,40 €~~

OFFRE 12  
NUMÉROS

54 €  
AU LIEU DE ~~70,80 €~~

> NE MANQUEZ PLUS AUCUN NUMÉRO

> JUSQU'À 23 % D'ÉCONOMIE SUR LE PRIX AU NUMÉRO (4,50 € au lieu de 5,90 €)

> 4 NUMÉROS PAR AN



À DÉCOUPER (OU À PHOTOCOPIER), À COMPLÉTER ET À RENVOYER SOUS ENVELOPPE AFFRANCHIE À :  
CRÉATIVE - SERVICE ABONNEMENT - 15, RUE DE MERY - 60420 MÉNÉVILLERS

Abonnement à Créative pour 6 numéros, je joins mon règlement de 29,50 €

Abonnement à Créative pour 12 numéros, je joins mon règlement de 54 €

Je m'abonne :

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

Code Postal .....

Ville .....

E-Mail .....

J'offre un abonnement à :

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

Code Postal .....

Ville .....

E-Mail .....

Signature obligatoire :

Je joins mon règlement par chèque à l'ordre de ID PRESSE (France uniquement)

Offre valable en France métropolitaine uniquement. Si vous êtes à l'étranger ou dans les DOM TOM, vous pouvez vous abonner sur notre site [www.creative-magazine.com](http://www.creative-magazine.com)

POUR NOUS CONTACTER :  
[abonnement@creative-magazine.com](mailto:abonnement@creative-magazine.com)  
ou 03 44 51 97 21

Offre valable jusqu'au 31 décembre 2022. Les délais d'acheminement de La Poste varient selon les régions et pays. Conformément à la loi Informatique et Libertés du 6/1/1978, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification quant aux informations vous concernant, que vous pouvez exercer librement auprès de ID Presse - Impasse de l'Espéron - Rés. Villa Miramar - 13960 Sausset-Les-Pins

# FLEURS SÉCHÉES ET FLEURS PRESSÉES

Points forts de la décoration intérieure



La  
beauté de la  
nature



Les deux nouvelles publications  
«Transformation - fleurs séchées» et  
«Transformation - fleurs pressées»  
sont de grandes inspirations.



Séchées ou pressées, la beauté  
et le caractère unique des fleurs  
et des plantes sont préservées.  
Les fleurs séchées naturelles ou  
aux couleurs vives sont la dernière  
tendance en matière de décoration  
intérieure moderne. Dans un vase  
en guise de décoration de table,  
dans des cloches décoratives ou  
attachées à de grandes couronnes  
sur des anneaux en bambou, elles  
mettent en valeur chaque pièce.  
Les nouvelles fleurs, plantes pres-  
sées de différentes variétés et  
couleurs, et les cinq Sets Rico  
Design, conviennent à la concep-  
tion Créative de divers objets de  
décoration.



FOLLOW US ON



# Un vase pour toutes les réunions

LES FLEURS CUEILLIES AU BORD DE LA ROUTE OU DANS LES CHAMPS SONT SOUVENT ENCHANTERESSES. ET QUOI DE MIEUX POUR UN TEL BOUQUET QU'UN VASE RÉALISÉ À PARTIR D'UNE BOUTEILLE EN VERRE ? SURTOUT SI VOUS LA TRANSFORMEZ.

## FOURNITURES

- Une bouteille
- Coupe-bouteille
- Pâte à modeler séchant à l'air
- Machine à pâte ou rouleau
- Papier émeri
- Vernis incolore
- Lunettes de sécurité et gants en tissu



coût  
5€



temps  
2H

Sur une idée de :

**Ina Mielkau**

de Ynas Design Blog

### 1# Coupez

Commencez par couper la bouteille à l'aide d'un coupe-bouteille. Il est indispensable de porter des gants et des lunettes de protection. Lissez ensuite les bords avec du papier émeri.



### 2# Étalez

Étalez la pâte à modeler avec la machine à pâte ou avec un rouleau (l'épaisseur sera plus uniforme avec une machine à pâte). De temps en temps, vérifiez la longueur afin que la masse s'allonge suffisamment pour entourer la bouteille à la fin.



### 3# Entourez

Mettez la pâte autour de la bouteille et pressez l'ensemble sur le dos, ainsi que sur le bord inférieur. Lissez un peu les bords.



### 4# Lissez

Pressez les morceaux qui se chevauchent et lissez le tout. Laissez sécher. Après 1-2 jours, lorsque la pâte à modeler est solide, vous pouvez retravailler les bords et lisser les surfaces et les irrégularités avec du papier émeri. Vous pouvez aussi appliquer une couche de vernis (facultatif).



CRÉATION DU LIVRE :

« Resteliebe Glas »  
(en allemand)

Auteur Ina Mielkau

Éditions Christophorus Verlag

# Upcycling



*Conseil :*  
Si vous le souhaitez,  
vous pouvez également  
décorer d'un motif sur  
toute la surface avant  
le séchage.

# Renard en feutrine

LAISSEZ ENTRER LES ANIMAUX DE LA FORÊT. CE JOLI RENARD EN FEUTRINE EST TELLEMENT SAGE QU'IL NE FERA DE MAL À PERSONNE. C'EST PROMIS : IL EST DOUX COMME UN AGNEAU.

## FOURNITURES

- Feutrine non extensible col. orange et blanc
- Fils à broder noir et blanc
- Fils à coudre assortis
- Chute de tissu pour l'écharpe (16cmx7cm)
- Rembourrage synthétique



7€



2H

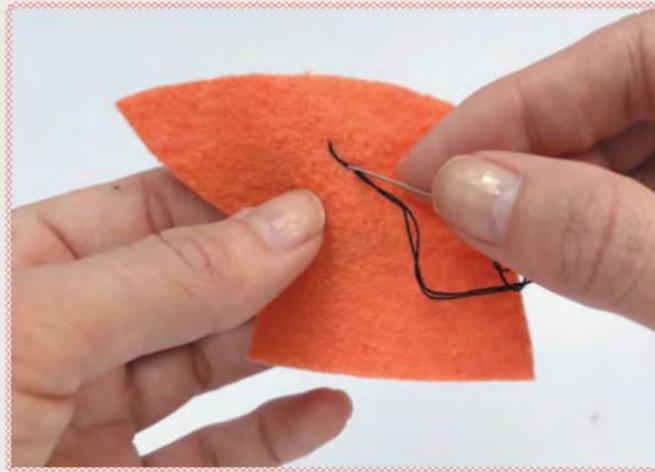
Sur une idée de :

**Anna Machul**

De Amuru Toys

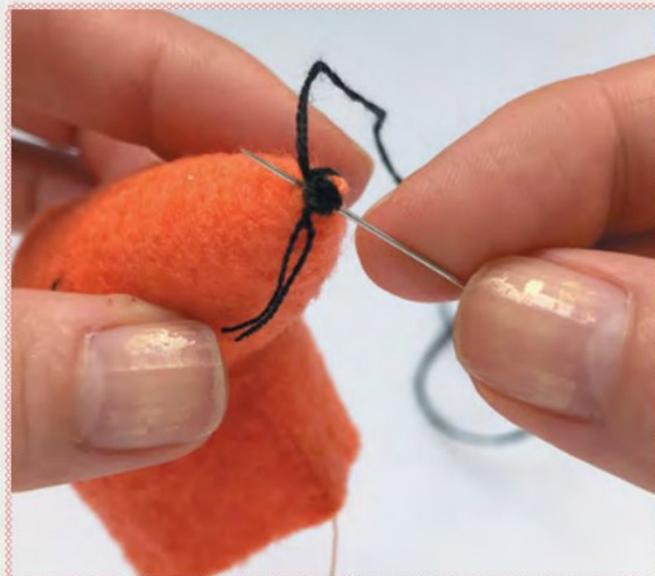
### 1# Gabarits

Téléchargez les gabarits sur le site [www.creative-magazine.com](http://www.creative-magazine.com). Découpez deux corps, une tête, quatre bras, quatre jambes, deux queues et deux oreillettes de feutre orange. Puis découpez un ventre de renard en feutrine blanche. Gardez les morceaux restants. Cousez les yeux sur la tête avec du fil à broder noir.



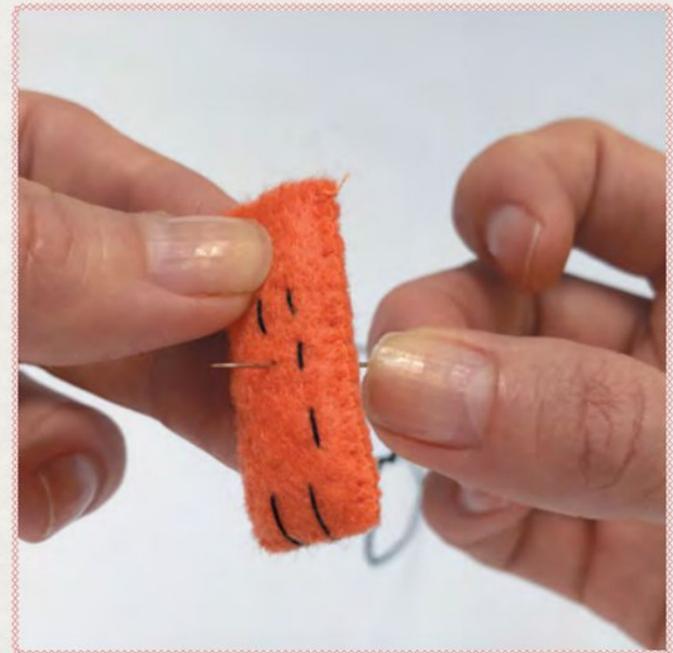
### 2# Tête

Cousez les deux têtes ensemble sur des bords extérieurs avec du fil à coudre assorti, en laissant une petite ouverture en bas. Essayez de faire des points aussi petits que possible. Bourrez fermement la tête avec du rembourrage. Cousez autour des bords supérieurs de chaque oreille, en laissant le bord inférieur brut. Cousez les oreilles sur la tête du renard le long du bord inférieur en utilisant les images comme un guide de positionnement. Pour le nez, utilisez deux brins de fil à broder noir. Faites plusieurs points superposés puis coupez les extrémités du fil le plus près possible du feutre.



### 3# Pattes

Associez les morceaux de jambes de renard et cousez sur les côtés et en bas avec le point de couverture, en laissant une petite ouverture en haut. Rembourrez les pattes en utilisant un peu moins de remplissage vers le haut. Avec un seul fil noir, brodez les griffes.



### 4# Corps

Épinglez les morceaux du corps du renard ensemble, cousez avec le point de couverture. Cousez les jambes à leurs places sur chaque coin du bas, et laissez le bord supérieur ouvert, puis rembourrez fermement le corps d'animal.

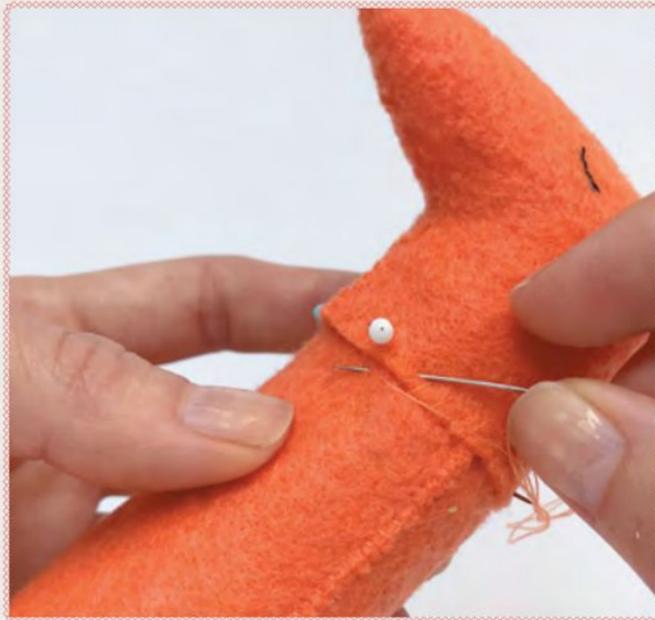


*Futrine*



### 5# Tête & Corps

Pour attacher la tête, positionnez-la sur le corps en la chevauchant d'environ 0,5 cm. Épinglez pour fixer, puis utilisez un point de surjet pour joindre les deux morceaux.



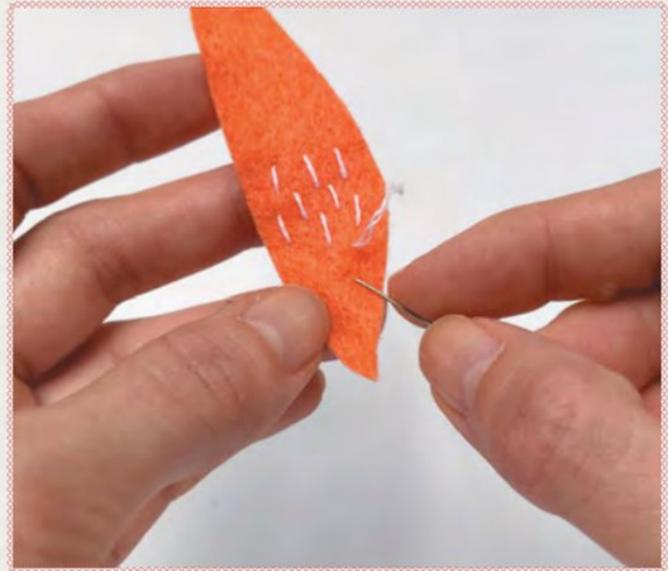
### 6# Ventre

Épinglez le ventre blanc du renard sur le devant du corps, en positionnant l'extrémité pointue directement sous le nez. Cousez au point de surjet avec un fil blanc.



### 7# Queue

Faites quelques points droits sur une pièce de queue en utilisant deux brins de fil à broder blanc. Placez les deux pièces de queue ensemble, faites les points de couverture autour des côtés, en laissant la petite partie ouverte. Rembourrez et cousez au dos du renard.

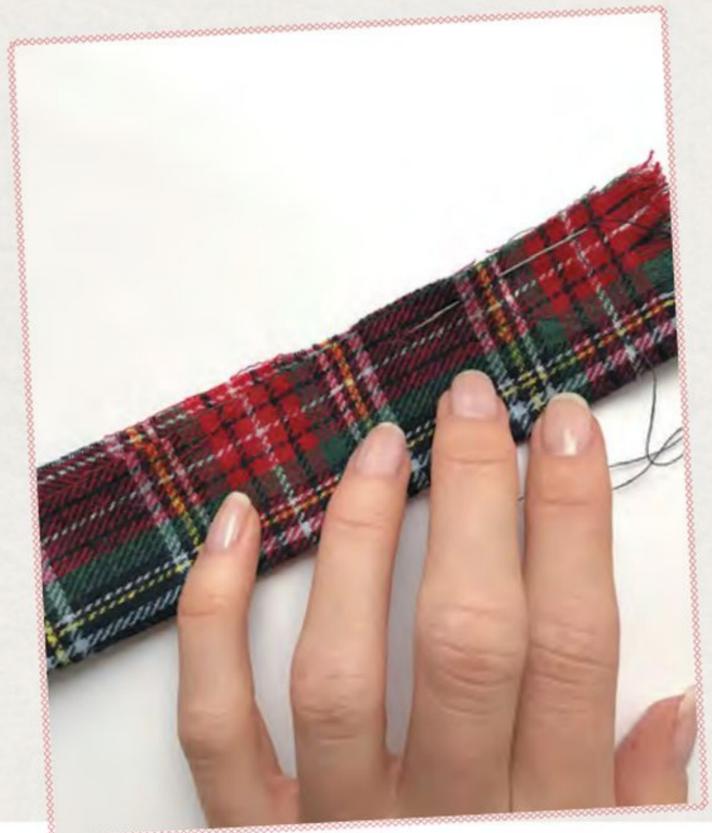


### 8# Bras

Travaillez les pièces des bras de la même manière, brodez les griffes au bout de la patte de chaque bras. Cousez les bras sur le corps de l'animal juste en dessous de la connexion tête-corps.

### 9# Finition

Découpez un morceau de tissu de 16 x 7 cm pour l'écharpe. Effilochez un peu les deux bords courts pour créer la frange. Ensuite, pliez le foulard en deux le long de la longueur, alignez les bords. Avec le point arrière et le fil assorti, cousez le long du bord en laissant une marge de couture de 0,5 cm. Puis enroulez l'écharpe autour du cou du renard. Faites quelques petits points de suture pour la maintenir.



# Cache-pot mural

METTEZ DE LA VERDURE DANS VOTRE INTÉRIEUR. CE JARDIN VERTICAL A PLUS D'UNE PLANTE DANS SON POT.

## FOURNITURES

- Bocal de conserve avec couvercle à clapet
- Ruban adhésif
- Crochet mural (dans l'idéal autoadhésif)
- Marqueur peinture brillante Edding 751



Difficulté



coût  
4€



temps  
30 MN

Sur une idée de :

**Edding**

[www.edding.com](http://www.edding.com)

## Réalisation

Imprimez les mots dans votre police préférée à la taille voulue. Scotchez le modèle à l'intérieur du bocal de manière à bien voir le texte à travers. Décalquez ensuite les contours au marqueur et coloriez les lettres. Vous pouvez aussi orner le mot de petits points très serrés autour des lettres.



Pour fixer les bocaux au mur, utilisez des vis adhésives pour éviter de percer les trous. Vissez-y votre crochet mural. Accrochez votre bocal au crochet par le clapet.



# La barbe, les Vikings!

CRÉE LA DÉCO DE TA CHAMBRE SUR LE THÈME DES VIKINGS ! QUI A DIT QUE LES TÊTES À COIFFER N'ÉTAIENT QUE POUR LES FILLES ? OU QUE LES VIKINGS NE PLAISAIENT QU'AUX GARÇONS ? VOICI UNE DÉCO QUI DEVRAIT RÉCONCILIER TOUT LE MONDE !

## FOURNITURES

- Laine de deux couleurs pour imiter des cheveux
- Gros feutre noir
- Un morceau de carton de format carré ou rectangulaire
- Cordon ou une ficelle (pour l'attache)
- Aiguille à laine
- Ciseaux
- Grosse aiguille à tricoter ou un tournevis cruciforme pointu
- Cutter

Retrouvez tout le matériel sur le site de I MAKE



difficulté



coût  
10€



temps  
1H

### CRÉATION DU LIVRE :

« Le grand livre des activités ré-créatives »

Auteur Héléna Zaïchik  
Éditions Albin Michel

### 1# Dessinez

Téléchargez les gabarits sur le site [www.creative-magazine.com](http://www.creative-magazine.com). Imprimez les deux modèles de Vikings. Décalquez-les sur un morceau de carton et repassez le dessin avec un gros feutre noir. En haut du carton, dessinez des spirales pour imiter la forme d'un drakkar, le bateau des Vikings. Découpez avec un cutter la partie haute et un grand arrondi en bas pour donner une jolie forme à l'écusson.



### 2# Percez

Avec une grosse aiguille à tricoter ou un tournevis, percez des trous à travers le carton à l'emplacement de la barbe du Viking et des cheveux de la femme viking, comme sur la photo.



### 3# Enfilez

Passez des brins de laine dans chacun des trous avec une aiguille à laine. Faites des nœuds au dos de carton pour les fixer. Commencez par le bas des visages, puis remontez. Pensez à faire des brins plus longs pour les cheveux du haut que pour ceux du bas.



### 4# Coiffez

Coiffez les deux Vikings selon votre goût. Pour terminer, faites deux trous dans la partie haute de l'écusson et glissez-y un cordon noué des deux côtés, pour accrocher la décoration.



*Avec les enfants*



# Ce n'est pas l'arbre qui va cacher la déco

On a tous besoin d'un peu de nature chez nous. Et si vous retourniez vers un bois un peu plus sauvage, un peu plus brut. Une décoration à base de troncs est décidément très branchée !



## Un banc

Ce banc a un côté très rustique. Poncez juste soigneusement l'assise pour éviter les échardes. Vous pouvez aussi la vernir et l'adoucir avec des coussins, pour encore plus de douceur.

À RETROUVER SUR : [thankfifi.com](http://thankfifi.com)



## Sous les verres

Une branche épaisse, un peu de vernis... et voilà plusieurs sous-verres qui ne demandent qu'à servir ! Vous pourrez aussi les peindre ou les décorer, si l'appétit vous en vient.

À RETROUVER SUR : [gardentherapy.ca](http://gardentherapy.ca)

## Jardins de cuisine

Mettez en valeur vos herbes aromatiques (et reconnaissez-les) en indiquant leurs noms sur des fines coupes de bois. Un anneau et un crochet métallique retiendront le pot en apesanteur.

À RETROUVER SUR : [gardentherapy.ca](http://gardentherapy.ca)



## Un pot

Si l'arbre ne va plus à la terre, c'est la terre qui viendra à l'arbre. Creusez un tronc pour y insérer un peu de terre et installez-y vos plantes préférées. Vous ne pourrez pas trouver de pot plus naturel.

À RETROUVER SUR : [apreslaflemme.fr](http://apreslaflemme.fr)



## Des tables d'appoint

On a toujours besoin d'une table ou deux en plus, surtout près du canapé. Poncez un (ou plusieurs) morceau(x) de tronc, peignez leur sommet de la teinte de votre choix, ajoutez-y des roulettes si vous voulez les déplacer... Et profitez !

À RETROUVER SUR : [idoitmyself.be](http://idoitmyself.be)

## Des tabourets

Pour les grands comme pour les petits, créez et décorez des tabourets un peu exotiques. Enlevez l'écorce avec un ciseau à bois, poncez puis peignez vos symboles sur vos bases.

À RETROUVER SUR : [movingtahiti.com](http://movingtahiti.com)



## Un présentoir

Pour déposer vos gâteaux et autres pâtisseries, superposez une large tranche de bois à un tronc bien solide. Utilisez de la colle à bois et voilà un arbre sucré qui n'a rien à envier aux érables canadiens !

À RETROUVER SUR : [oncewed.com](http://oncewed.com)

## Dans le salon

Un tronc n'est pas toujours uniquement circulaire. Plus près de ses racines, vous obtiendrez des formes plus larges, mais aussi plus impressionnantes. Vous n'aurez rien d'autre à faire que préparer le bois à votre convenance.

À RETROUVER SUR : [barbatrucetrecup.canalblog.com](http://barbatrucetrecup.canalblog.com)



# Diy upcycling couture : un tote-bag en recyclant ton vieux pull!

ET SI ON TRANSFORMAIT CE VIEUX PULL EN TOTE BAG BIEN PRATIQUE À UTILISER AU QUOTIDIEN ?

## FOURNITURES

- Un vieux pull
- Tissu pour la doublure 60 x 120 cm (utilisez une vieille nappe ou un vieux rideau, pour un projet couture 100 % upcyclé)
- Tissu type coton 50 x 100 cm
- Aiguille spécial jean
- Pincettes
- Épingles



coût  
0€



TEMPS  
1,5H

Sur une idée de :

**Sarah  
Dumas**

De TodoToutDoux blog

### 1# La coupe

Tracez 2 rectangles sur un papier quadrillé : le corps - 1 rectangle de 35 x 40 cm ; les anses - 1 rectangle de 55 x 5 cm. Les valeurs de couture de 1 cm sont comprises dans le patron. Découpez ainsi :

#### DANS LE PULL :

2 x le rectangle de 35 L x 40 H. Pensez à centrer les torsades ou motifs s'il y en a.

2 x le rectangle de 55 cm x 5 dans les manches du pull.

#### POUR LE RENFORT :

Afin d'éviter que le totebag ne se déforme avec le poids que vous mettrez à l'intérieur (étant donné que l'extérieur est fabriqué en maille tricotée), renforcez vos rectangles coupés dans le pull avec un vieux drap en coton (qui a de la tenue mais qui reste assez souple).

2 x le rectangle de 35 x 40 cm dans le tissu de renfort.



#### POUR LA DOUBLURE :

2 x le rectangle de 35 x 40 cm

2 x le rectangle de 5 x 55 cm (qui correspond aux anses)

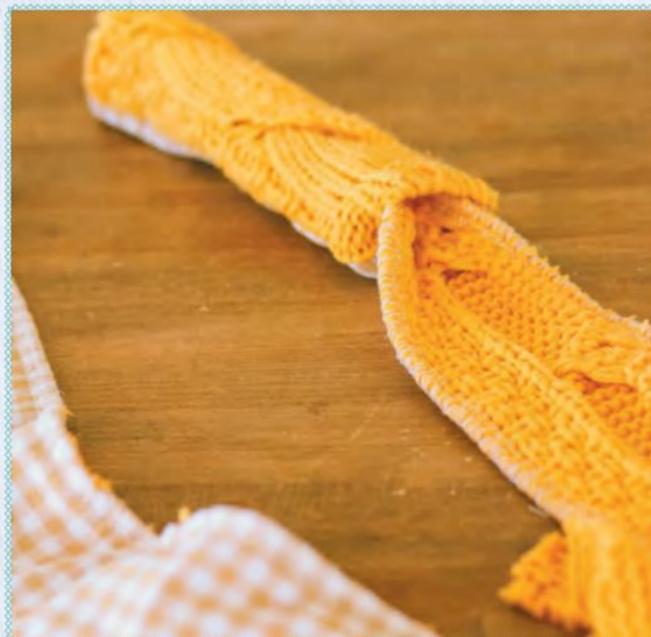
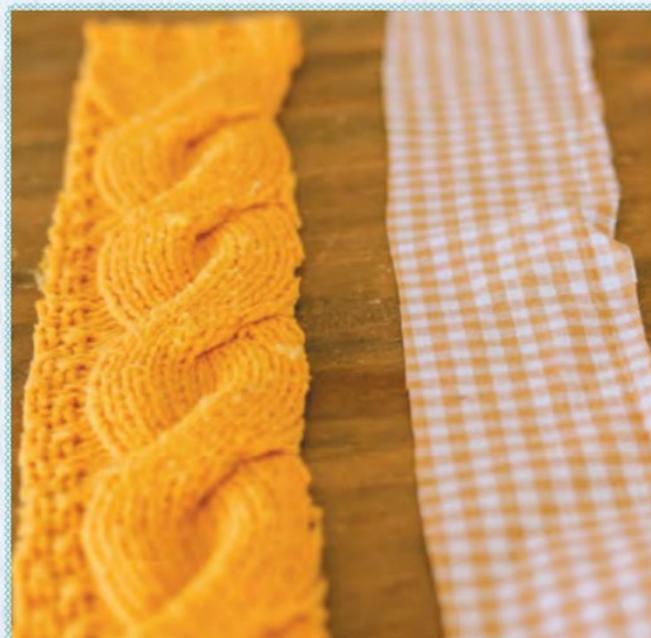


### 2# Renforcez

Renforcez les 2 pièces de pull découpées : placez un rectangle de pull sur un rectangle de renfort et épinglez les deux pièces. Surfilez tout le tour à machine. Faites de même pour les deux rectangles de pull.

### 3# Les anses

Prenez les 2 rectangles de 5 x 55 cm de pull. Surfilez ou zigaguez tout le tour. Assemblez-les ensuite endroit contre endroit avec les 2 pièces de 5 x 55 cm de doublure. Ne piquez que les grands côtés à 1 cm. Laissez une ouverture en haut et en bas pour retourner. Retournez et repassez délicatement (du côté de la doublure pour ne pas abîmer la partie pull).



Рéсуп



### 3# Assemblage

#### A) LA PARTIE EXTÉRIEURE :

Positionnez le dos et le devant des rectangles de pull endroit contre endroit. Utilisez des pinces. Piquez à 1 cm sur les 3 côtés. Retournez le totebag.

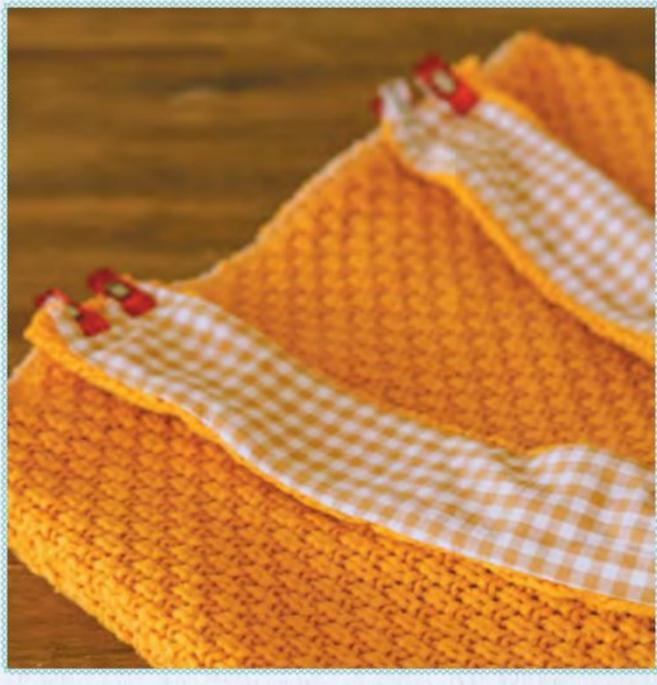


#### B) LA PARTIE DOUBLURE :

Positionnez le dos et le devant des rectangles de doublure endroit contre endroit. Piquez à 1 cm sur les 3 côtés, en laissant une ouverture de 16 cm sur le bas du tote-bag.. Cette étape est très importante pour pou-voir y retourner par la suite ! N'oubliez pas de faire un point d'arrêt au début et à la fin. Ne retournez pas la doublure sur l'endroit. Laissez-la sur l'envers.

#### C) FIXEZ TES ANSES :

Positionnez les anses du tote-bag endroit contre endroit sur les 2 faces du tote bag. Faites une piqûre de maintien.



#### D) L'EXTÉRIEUR AVEC LA DOUBLURE :

Placez le haut de ta doublure sur le haut de ton totebag pull extérieur endroit contre endroit. Positionnez bien avec des pinces en mettant les coutures côté bien en face les unes des autres. Les anses précédemment prépiquées sont prises en sandwich entre les 2 couches extérieures/doublure. Une fois que vous avez piqué tout le tour du haut du totebag, retournez votre travail grâce à l'ouverture précédemment laissée dans la doublure. Refermez l'ouverture laissée dans la doublure une fois que vous avez retourné le tote bag. Pour cela, vous pouvez soit faire une couture invisible à la main soit faire une couture à la machine. Re-passez votre travail sur l'envers... ET VOILÀ !



# Un t-shirt personnalisé

SI UNE IMAGE VOUS PLAÎT, RIEN DE PLUS FACILE QUE DE LA TRANSPOSER SUR VOTRE T-SHIRT. VOUS AVEZ JUSTE BESOIN DE TROUVER VOTRE VISUEL PRÉFÉRÉ !

## FOURNITURES

- 1 t-shirt clair
- 1 imprimante
- 1 feuille de papier transfert pour tissu (adapté à votre imprimante – laser ou jet d'encre)
- 1 fer à repasser



coût  
5€



TEMPS  
15 MN

## Réalisation

Choisissez votre dessin et retournez-le (surtout s'il comporte du texte) avec un logiciel de traitement d'image ou celui de votre imprimante.

Imprimez sur le papier transfert, puis découpez à 3 mm autour du motif.

Placez la feuille imprimée sur le vêtement, le motif contre le tissu (bien à plat).

Appliquez le fer à repasser à la plus haute température au centre du motif pendant 10 secondes, puis sur les contours du motif pendant 4 ou 5 secondes. N'utilisez pas la vapeur et repassez une seconde fois sur toute la surface. Laissez refroidir puis décollez doucement le papier.



# 2 idées de costume d'indien(ne) sans couture !

VOUS N'ÊTES PAS COUTURIÈRE MAIS VOUS AIMERIEZ TOUT DE MÊME RÉALISER UN COSTUME « FAIT MAISON » À VOS ENFANTS ? AUCUN SOUCI, IL EST TOUT À FAIT POSSIBLE DE CRÉER SANS SAVOIR COUDRE.

## FOURNITURES

- 1 t-shirt uni
- ciseaux
- suédine à franges marron et noire
- carton fin de récup
- du simili cuir menthe, moutarde, camel
- de la colle textile
- 1 pochoir motifs indiens
- 1 feutre textile noir

FACULTATIF : des strass / clous à griffes ou thermocollants, des perles...



coût  
15€



temps  
1,5H

Sur une idée de :

**I MAKE**

[www.i-make.com](http://www.i-make.com)

### 1# Des franges

Enlevez aux ciseaux la bande du bas, coupez tout autour, au-dessus de la couture. Coupez des franges de 5-6 cm de haut, tous les cm environ, tout autour du t-shirt.



### 2# Le simili cuir

Découpez les formes dans le simili cuir à l'aide des gabarits en carton : ici, des carrés de 4 cm de côté, qui seront recoupés dans leur moitié pour obtenir des triangles.



### 3# Les motifs

Mettez les triangles en place sur le t-shirt. Collez avec la colle textile. Appuyez bien pour faire prendre la colle, qui sera sèche en 1 h environ. Prévoyez de mettre un papier épais à l'intérieur, pour éviter de coller les 2 côtés du t-shirt ensemble si jamais la colle transperçait le textile. Vous pouvez aussi ajouter de petites touches de lumières avec des clous / strass, à fixer à la colle textile (ou au fer à repasser). Après, découpez la bonne longueur de suédine à franges, puis fixez les épaulettes à franges à la colle.



### 4# La suédine

Pour le costume de garçon, collez la suédine à franges autour des manches et pour former un col en V. N'oubliez pas le carton de protection entre les épaisseurs de tissu.



### 5# Le pochoir

Fixez votre pochoir en place avec un adhésif de masquage ou du masking tape. Marquez les traits principaux au feutre noir (contours).



### 6# Fixation du motif

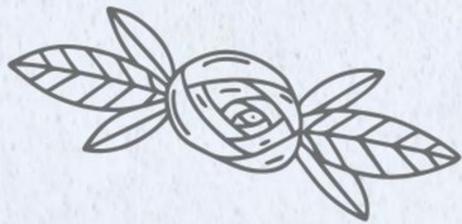
Enlevez le pochoir et coloriez certaines zones si vous le souhaitez. Laissez bien sécher avant de fixer le dessin au fer à repasser sur l'envers, sans vapeur : cela vous permettra de pouvoir laver le t-shirt, si besoin ! (Évitez de repasser les franges en suédine.) Vous pouvez ajouter des éléments décoratifs à griffes qui traversent le tissu pour se refermer au dos. Cela donnera un peu de relief à votre dessin !



*Déguisement*



# ACCROCHEZ-VOUS !



Une broche, c'est un accessoire intemporel. Quel que soit l'âge ou la tenue, chic ou décontractée, vous aurez toujours une bonne occasion pour en porter une !



## Chat alors !

Un morceau de tissu (ici du similicuir) contre un bout de carton en forme de tête de chat, quelques points de broderie et une épingle à nourrice... Voilà tout ce qu'il vous faut pour arborer fièrement cette broche.

À RETROUVER SUR : [kitbyklo.com](http://kitbyklo.com)



## En porcelaine

La porcelaine froide se modèle un peu comme de la pâte à modeler. Ce qui rend très facile la création de cette broche : ajoutez de la gouache à votre mélange, puis respectez les étapes de préparation. Un peu de paillettes, un support de broche collé au dos... et c'est tout.

À RETROUVER SUR : [happy-as-a-bee.com](http://happy-as-a-bee.com)

## C'est fou

Le plastique fou est parfait pour dessiner en grand et se retrouver avec une petite broche.

Collez un support de broche au dos, et c'est parti pour un accessoire de folie !

À RETROUVER SUR : [sofyaa.com](http://sofyaa.com)



## Transposition

Si vous préférez broder avec un cercle, transformez ensuite votre œuvre en utilisant du papier thermocollant au dos de votre canevas. Un peu de feutrine renforcera votre création avant de la porter.

À RETROUVER SUR : [dansmacachette.com](http://dansmacachette.com)



## En bois

Confectionnez vos broches en bois... mais sans devoir scier. Une fine planche de balsa qui se découpe au cutter, sur laquelle vous ajoutez un peu de peinture, voire du papier autocollant pailleté, suffit pour un modèle original.

À RETROUVER SUR : [lesmoustachoux.com](http://lesmoustachoux.com)

## En papier

Une broche en papier originale et facile à faire. Découpez des cercles à la perforatrice, pliez en deux ceux du haut, glissez les autres (coupés en deux) à l'intérieur. Fixez ensuite une épingle à nourrice au dos avec du masking tape.

À RETROUVER SUR : [miss-etc.com](http://miss-etc.com)



## Brodées

Pour ce modèle, choisissez votre motif et reportez-le sur un morceau de feutre. Brodez ses contours au point arrière avant de le remplir au passé plat. Collez un morceau de feutre fin au dos, avec une épingle à nourrice.

À RETROUVER SUR : [mesderniereslubies.com](http://mesderniereslubies.com)

# Broche cœur en cannetille

METTEZ UN PEU DE BRODERIE D'OR DANS VOTRE VIE. CET AUTRE NOM POUR LA CANNETILLE BRILLERA DE TOUT SON CŒUR SUR VOS VÊTEMENTS.

## FOURNITURES

- Sachet de 20 perles bronze nacrées (ici PureCrystal 5810 3 mm Bronze Pearl)
- Sachet de perles Miyuki Délicas 11/0 roses
- Support de broche 33 mm bronze
- Cannelille lisse 1 mm fuchsia, rose, doré
- Jaseron pour broderie 1 mm Dark Bronze x1m
- Suedine 21,5x21,5x0,8 cm Beige (ou feutrine)
- Colle pour tissu transparente
- Fil à coudre polyester rose
- Aiguilles à broder n° 10 x15



coût  
27 €



temps  
2H

Sur une idée de :

**Catherine Jaffrès**

Pour PERLES&CO

[www.perlesandco.com](http://www.perlesandco.com)

### 1# Patron

Dessinez un cœur asymétrique sur de la cartonnnette, puis reportez le patron sur de la feutrine bien tendue sur le tambour.



### 2# Pose

Posez le jaseron sur le trait dessiné en piquant l'aiguille de part et d'autre tous les cm. Tirez légèrement sur le ressort du jaseron pour bien épouser les contours.



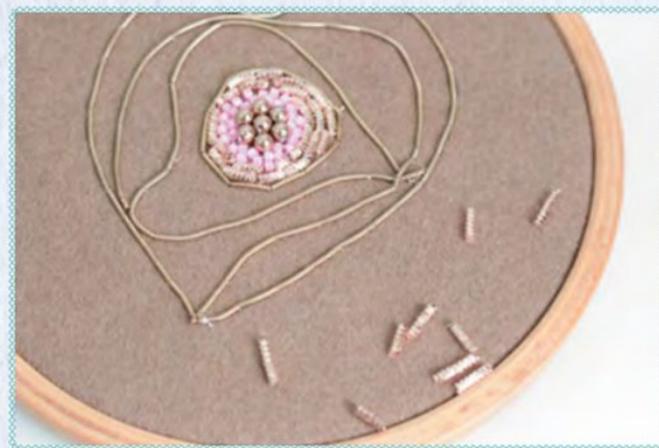
### 3# Délimitation

Délimitez, de la même façon, les zones à broder.



### 4# Broderie

Commencez à broder les perles rondes, les miyuki et la cannetille frisée coupée en petits morceaux et travaillée comme des perles (on passe l'aiguille à travers cette fois).



### 5# Variations

Continuez en variant cannetille frisée et lisse tout en coupant des segments de bonne largeur. Variez le sens pour plus de reflets.



### 5# Découpe

Une fois le cœur brodé, découpez soigneusement en laissant un bord de 2 mm.



Bijoux



# Sérum touche de lumière

PRÉPAREZ EN 5 MINUTES VOTRE SÉRUM ILLUMINATEUR AUX NACRES D'OR POUR SUBLIMER VOTRE TEINT !

## INGRÉDIENTS

- Balance (ou seringue 10 ml + Cuillère 5 ml)
- Emollient Coco glisse
- Nacre naturelle Éclat d'or
- Huile essentielle de Citron bio
- Entonnoir
- Flaçon 15 ml ou 30 ml + pipette
- Bol
- Mini-fouet

**Bienfaits :** Illuminateur, revitalisant

**Conservation :** 12 mois



1€



5 mn

Sur une idée de :

**Joli'Essence**

[www.joliessence.com](http://www.joliessence.com)

### 1# Préparez

Rassemblez les ingrédients et le matériel nécessaire.



### 2# Pesez

Versez 25 ml d'Émollient coco glisse dans le bol.



### 3# Dorez

Ajoutez 0,5 g de nacre Éclat d'or.



### 4# Parfumez

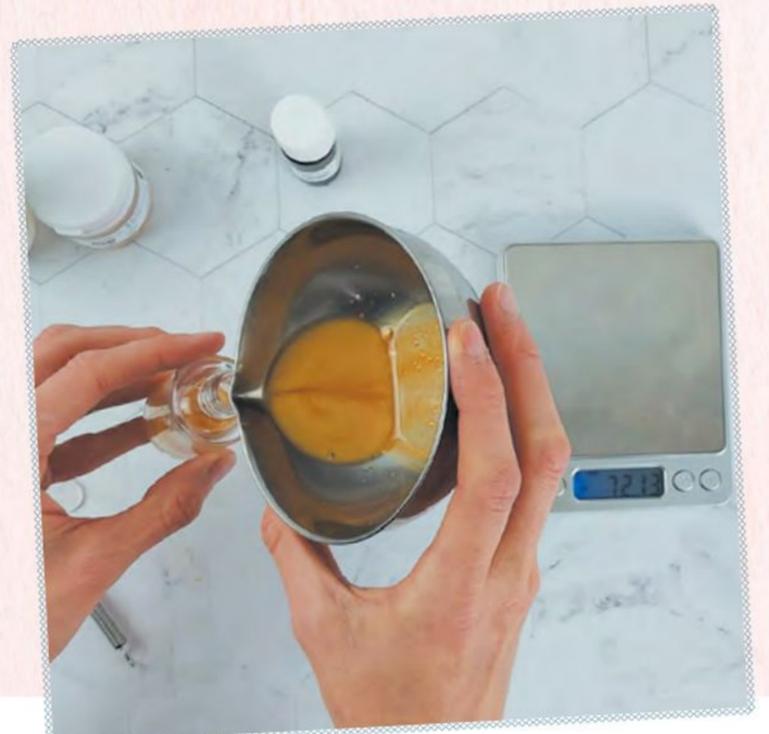
Intégrez 24 gouttes d'huile essentielle de Citron bio.



### 5# Mélangez

Mélangez vos ingrédients. Versez votre préparation dans un flacon sérum. Agitez bien avant utilisation.

Ne vous exposez pas au soleil après utilisation.



Enrichi en huile essentielle de Citron, il donne de l'éclat et illumine le teint pour une peau éclatante et subtilement nacrée. L'émollient coco glisse permet un toucher doux et sec dès l'application.

Utilisez directement sur le visage en tant que base de teint illuminatrice ou ajoutez quelques gouttes dans votre fond de teint pour apporter une légère touche d'éclat qui réveillera votre teint lors de vos soirées !

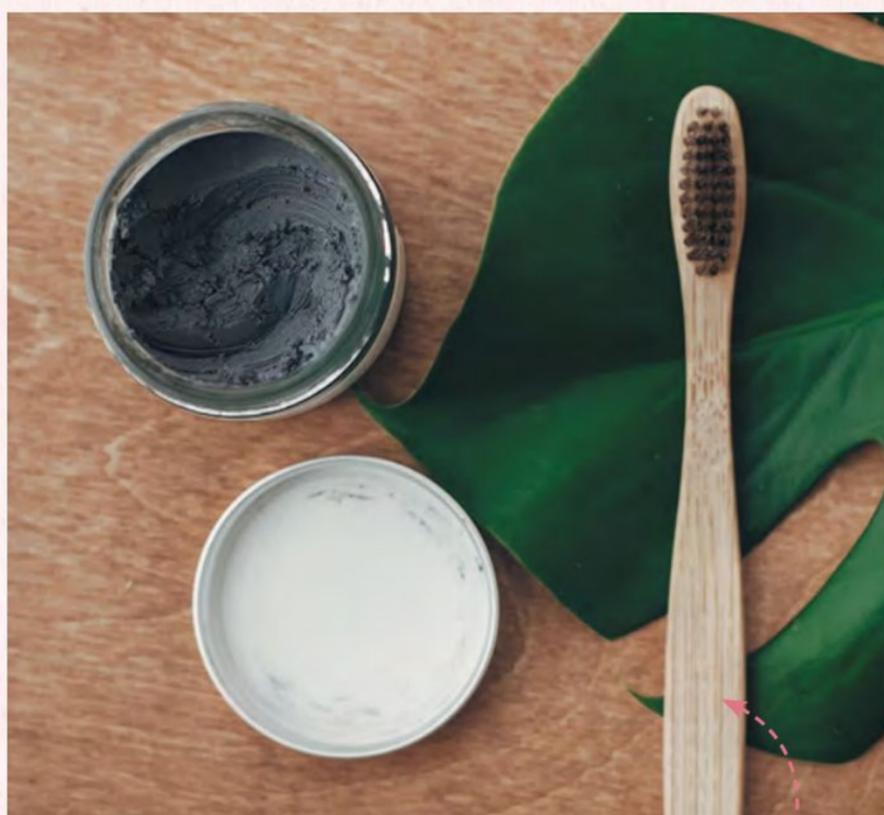
Recettes



# LES TENDANCES COSMÉTIQUES

## *maison à suivre*

Vous croyiez tout savoir sur les cosmétiques maison. Et pourtant, avez-vous déjà testé les recettes et astuces qui révolutionnent les salles de bain en ce moment ?



### Un masque fortifiant... pour vos cheveux

En Inde, de nombreuses poudres sont déjà utilisées pour nettoyer les cheveux (ils n'ont pas attendu l'essor du shampoing solide). En plus de nettoyer naturellement (grâce à la saponine qu'elles contiennent), ces poudres renforcent les cheveux.

#### **INGRÉDIENTS:**

- 10 gr de poudre de shikakai
- 10 gr de poudre d'amlà
- 35 gr d'eau hydrolat de romarin à verbénone (ou de l'eau minérale)

#### **Recette :**

Mélangez tous les ingrédients pour obtenir une pâte. Appliquez-la sur cheveux humides. Laissez poser 30 minutes avant de les laver. Ce masque redonnera de la vitalité à votre chevelure, et peut même être suivi d'un shampoing plus traditionnel.



### Pour nettoyer les dents

Cela peut sembler contre-productif, et pourtant le charbon est très efficace pour nettoyer vos quenottes. Oui, il est noir, mais il est aussi détoxifiant et purifiant, ainsi que légèrement abrasif. Il peut donc être très efficace en tant que dentifrice maison. voire un peu trop : utilisez-le seulement une fois par semaine, au risque de mettre l'émail de vos dents en péril.

#### **INGRÉDIENTS:**

- 1 cuillère à café d'argile blanche
- 1/2 cuillère à café d'hydrolat de menthe poivrée
- 1/2 cuillère à café de charbon végétal

#### **Recette :**

Mélangez tous les ingrédients. Voilà, c'est fini. Non, en vrai, après vous être frotté les dents avec cette mixture pendant plusieurs minutes, il est conseillé de rincer abondamment. Puis de relaver avec votre dentifrice habituel. Eh oui, des dents propres, cela se mérite !



## De l'aloé dans les cheveux

Vous connaissez déjà les bienfaits de l'aloé vera. En gel, il a encore d'autres usages. Chauffez entre vos mains une dose de gel d'aloé vera. Puis structurez vos mèches de cheveux avec. Laissez sécher à l'air libre ou au sèche-cheveux à basse température.

### Astuce :

Pour apporter un parfum naturel à votre gel, ajoutez-y quelques gouttes de l'huile essentielle de votre choix. Le bon dosage : 100 ml de gel et 15 gouttes d'huiles essentielles.



## Poudres et hydrolats

Un gommage maison, il n'y a rien de tel pour vous débarrasser des cellules mortes et donner un coup de fouet à la régénération de votre peau. La dernière technique en date s'appuie sur des poudres de plantes et des hydrolats pour améliorer votre beauté.

### INGRÉDIENTS:

- 1 cuil. à café de poudre de feuilles de sauge
- 1 cuil. à café d'hydrolat de rose

### Recette :

Mélangez pour obtenir une pâte très liquide. Utilisez en gommage pendant deux minutes. La sauge régule l'excès de sébum : idéale pour les peaux mixtes à grasses.

## LE SKINIMALISME, ÇA VOUS TENTE

La tendance phare pour la beauté en 2021, c'était le skimalisme. Cette routine repose sur trois principes simples :

- un yoga du visage, pour se détendre
- un maquillage naturel
- des soins pour la peau faits maison

À votre avis, cette tendance sera-t-elle toujours à l'ordre du jour en 2022 ?



# Un Jardin fleuri..

## À MANGER



ENTRE FLEURS COMESTIBLES ET DÉCOUPES SAVANTES DE FRUITS ET LÉGUMES, LES FOCACCIAS PRENNENT UN GOÛT DE GRAND AIR ET DE TABLEAU À DÉGUSTER. OUVREZ VOTRE ESPRIT (ET VOTRE APPÉTIT) !

**L**es focaccias constituent l'une des recettes de pain les plus simples qui soient. Un peu de farine, un peu de levure, beaucoup d'huile d'olive... Cette recette traditionnelle italienne pourrait déjà vous faire succomber dans son état naturel. Mais quand, en plus, elle régale autant les yeux que les papilles, elle devient tout de suite encore plus intéressante.

### Une tendance venue du net

C'est Terri Culetto, une boulangère américaine, qui a la première imaginé une garden focaccia. Son inspiration : le tableau *Les Tournesols* de Vincent Van Gogh.

Avec des olives et des tranches de poivrons, elle redessine les fleurs sur sa pâte à pain. La première fois, son idée passe presque inaperçue. Ne nous mentons pas : c'est le covid et l'attrait soudain qu'il a généré envers les pains maison qui a décidé du succès de cette technique. Depuis, c'est devenu un art, et un hashtag tendance sur Instagram. Cherchez #focacciagarden et préparez-vous à être éblouie !

### Comment décorer la focaccia ?

Commencez par définir le tableau que vous voulez représenter. Ce peut être un

simple bouquet de fleurs, un paysage plus élaboré, voire une reproduction d'un artiste connu, selon vos goûts.

Définissez ensuite ce que vous allez utiliser pour votre œuvre comestible : fleurs, graines, herbes, légumes... Tout ce qui se mange peut vous servir ! Terri Culetto conseille juste de tremper vos éléments dans de l'eau citronnée pour qu'ils conservent leurs couleurs lors de la cuisson.

Déposez-les sur votre pâte avant qu'elle n'ait trop levé, et appuyez légèrement pour les y enfoncer. C'est aussi simple que cela, et cet interlude culinaire peut même faire l'objet d'un atelier avec les enfants.



Enfoncez doucement vos ingrédients, afin qu'ils restent bien en place.

### Un garden scape encore plus rapide

Vous n'êtes même pas obligée de réaliser une pâte à focaccia pour vous initier à cette tendance : une pâte à pain toute prête, voire une pâte à pizza, pourra tout autant vous servir de toile de fond.

## QUELQUES INSPIRATIONS

### > BOUQUET FLEURI

Des tomates, des poivrons, des noix de pécan, des pistaches... N'hésitez pas à jouer avec les couleurs et les goûts pour créer votre tableau : c'est vous le peintre de ce jardin.

**VU SUR** [instagram.com/blondieandrye](https://www.instagram.com/blondieandrye)



### > COLORÉ

Utilisez des ingrédients de saison, et détournez-les de leur apparence première. Il s'agit d'un jeu après tout : vous avez le droit de vous amuser.

**VU SUR** [instagram.com/vineyardbaker](https://www.instagram.com/vineyardbaker)

### > UN VRAI JARDIN

Poussez encore plus loin le réalisme. Ici, des tiges de sauges en fleurs et des fleurs comestibles forment un tableau printanier et plein de douceur.

**VU SUR** [lacuisinecestsimple.com](https://www.lacuisinecestsimple.com)



## Recette de base de la focaccia

La focaccia traditionnelle doit reposer une nuit avant d'être travaillée et cuite. Cette version un peu plus rapide vous permettra de passer à table plus rapidement.

### INGRÉDIENTS :

- 500 g de farine T 45
- 8 g de sel
- 330 ml d'eau tiède
- 20 g de levure de boulanger
- 45 ml d'huile d'olive

### Recette :

Émiettez la levure dans 300 ml d'eau. Ajoutez la farine, 15 ml d'huile d'olive et le sel. Mélangez puis formez une boule, laissez reposer pendant 10 minutes.

Déposez la boule sur une plaque de cuisson couverte de papier sulfurisé, et laissez lever pendant 10 minutes supplémentaires.

Étalez-la délicatement avec un rouleau à pâtisserie, sans écraser les bulles d'air. Laissez reposer pendant 20 minutes.

Mélangez le reste d'eau et d'huile d'olive. Creusez des trous dans la pâte avec les doigts et versez-y cette préparation. Laissez à nouveau lever pendant 20 minutes.

Faites cuire dans un four préchauffé à 200 °C, pendant une vingtaine de minutes.



La focaccia originelle est bien dorée grâce à l'huile d'olive.

# Des macarons trop kawaiï

VOUS SAVEZ DÉJÀ PRÉPARER DES MACARONS ET VOUS VOULEZ FAIRE ENCORE MIEUX ? PERSONNALISEZ-LES AVEC UN LOOK KAWAÏ.

## INGRÉDIENTS

- Macarons
- Pâte à sucre : noire + blanche + rose
- Eau



Difficulté



coût  
1€



TEMPS  
30 MN

Sur une idée de :  
**Féerie Cake**  
[www.feeriecake.fr](http://www.feeriecake.fr)

### 1# Museau

Pour réaliser un museau, faites une boule de pâte à sucre blanche de la taille d'un petit pois. Collez-la sur un macaron avec un peu d'eau, aplatissez légèrement. Réalisez une empreinte ronde sur la pâte blanche avec un outil de modelage. Déposez par-dessus une boule noire de 2 à 3 millimètres de diamètre.



### 2# Les oreilles

Vous pouvez réaliser des oreilles, cheveux ou nœud de cheveux. Soyez libre de varier les formes ou les attitudes.



### 3# Les yeux

Pour les yeux, réalisez une boule noire. Puis, faites une ou deux empreintes afin d'y fixer des boules blanches d'un millimètre de diamètre.



### 4# Details

Dessinez les détails avec le feutre alimentaire (bouche, cils, sourcils...). On l'avait dit, trop kawaiï ces macarons !



### Conseil :

Les quantités utilisées étant minimales, vous pouvez aussi n'utiliser que de la pâte à sucre blanche et la colorer avec du colorant alimentaire selon vos souhaits.

Décoration



# TENDANCE

## Wrap Hack

DÉCOUVREZ LE WRAPHACK, (« HACK » = « DÉTOURNEMENT » EN ANGLAIS), QUI DEVIENDRA VITE UN INCONTOURNABLE DE VOS PRÉPARATIONS POUR L'APÉRO. CETTE TECHNIQUE FAIT ÉCHO AU PLIAGE DES FAMEUX SNACKS JAPONAIS À BASE D'ALGUES ET DE RIZ EN SÉPARANT LES INGRÉDIENTS GRÂCE AUX DIFFÉRENTS PLIS. RIEN DE BIEN SURPRENANT, VENANT DU PAYS DE L'ORIGAMI.

### WRAP AUX HARICOTS ROUGES



#### > INGRÉDIENTS

- Galettes type tortilla
- Fromage râpé
- Poivrons rouges coupés
- Avocat
- Pâte d'haricot rouge

#### > Réalisation

1# Divisez votre garniture en 4 petits tas bien séparés et bien répartis vers le centre de votre galette.

2# Pour pouvoir effectuer les plis, coupez en partant du centre vers l'extérieur et en séparant 2 petits tas de garnitures.

## Technique



3# Maintenant il n'y a plus qu'à replier les quartiers, les uns sur les autres et le tour est joué.

## VOYAGE AU MEXIQUE

Du poulet, de la sauce salsa, Guacamole et du cheddar, un wrap qui vous fera voyager au Mexique en une bouchée ! Vous pouvez servir ce wrap avec une salade fraîche et un peu de coriandre.



## LE WRAPHACK DE LA MER

Disposez dans votre premier quart de wrap une tranche de saumon fumé, dans le deuxième quart du chèvre crémeux, de l'avocat et quelques brocolis cuit à la vapeur. Toastez-le 2 minutes et régalez-vous.

# 6 idées

## QUE FAIRE AVEC DES ENDIVES ?

QUI SE CACHE DANS L'OBSCURITÉ POUR MIEUX POUSSER ET CHANGE DE NOM SELON LA RÉGION ? L'ENDIVE, PARDI (OU LE CHICON, POUR LES NORDISTES). CHANGEZ VOTRE VISION, ET VOTRE GOÛT, DE CE LÉGUME.

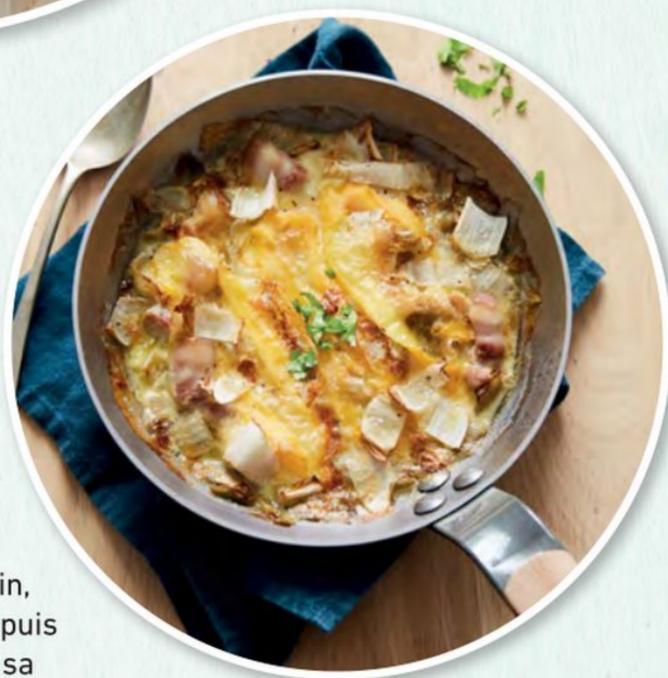
### > DES GAUFRES

Mélangez 4 œufs, 70 g de beurre fondu et 90 g de gouda râpé. Ajoutez 300 g de farine et 1 sachet de levure. Délayez avec 1/2 l de lait et laissez reposer 30 min. Hachez finement 4 endives et intégrez-les à la pâte. Faites cuire dans un gaufrier.



### VERSION TARTIFLETTE

Émincez 2 oignons et faites-les revenir avec un filet d'huile d'olive. Coupez 4 endives en rondelles épaisses. Ajoutez-les aux oignons et laissez étuver 1/4 d'h. Égouttez puis ajoutez 15 cl de crème fraîche et 5 cl de vin blanc. Versez dans un plat à gratin, déposez 150 de lardons dessus, puis 1 reblochon coupé en deux dans sa hauteur. Faites cuire 25 min. à 210 °C.



Que faire avec ?



## EN TORTILLA

Épluchez 500 g de pommes de terre et coupez-les en cubes. Faites-les revenir pendant 10 minutes dans une poêle chaude avec de l'huile d'olive. Émincez 4 endives et un oignon. Ajoutez-les aux pommes de terre, avec de l'ail et du persil, et faites cuire 10 minutes de plus. Dans un bol, mélangez 6 œufs avec 20 cl de crème fraîche, puis versez le mélange sur les légumes. Faites cuire 15 minutes de plus.



## > EN MILLEFEUILLES

Coupez 4 endives dans le sens de la largeur. Épluchez 2 grosses pommes de terre et coupez-les en fines lamelles. Disposez-les en rosaces en les alternant et en ajoutant du comté râpé entre chaque couche. Faites cuire 25 minutes à 180 °C.

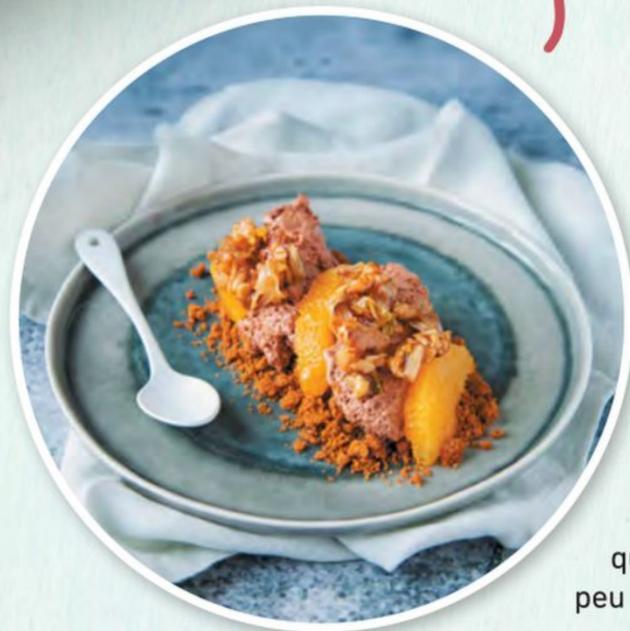
## > EN RÖSTIS

Faites cuire 400 g de pommes de terre. Émincez finement 4 endives et 1 oignon. Faites-les revenir à la poêle avec de l'ail et du cumin pendant 10 min. Écrasez les pommes de terre puis mélangez aux autres légumes. Ajoutez 1 œuf et 1 cuil. à soupe de fécule de maïs. Mélangez puis ajoutez 50 g de petits pois et 120 g de fromage râpé. Formez 4 boules, aplatissez-les et enfournez à 180 °C pendant 20 min.



## > AVEC UNE MOUSSE AU CHOCOLAT

Faites monter en neige 80 cl de liquide récupéré dans une boîte de pois chiche. Faites fondre 80 g de chocolat noir et mélangez le tout. Émiettez 75 g de spéculoos, émincez 4 endives en petits dés et concassez 16 cerneaux de noix. Faites caraméliser le tout avec 5 cuil. à soupe de sucre de canne blond. Versez sur une plaque recouverte de papier cuisson et laissez durcir. Découpez 1 orange en suprêmes. Déposez des spéculoos au centre d'une assiette, 2 quenelles de mousse au chocolat, intercalez avec 3 suprêmes d'orange et enfin un peu de mélange caramélisé.



Petites  
Emplettes  
DIY

## LAINES

Cara est une laine extra douce, idéale pour tricoter des pulls, gilets et débardeur ou des accessoires de mode. Bonus, elle est 100 % en cachemire recyclé. Pelote de 25 g.

**Cara Laine Cashemire recyclé, Tricotez-moi, 15,30 €**



## HAUTE COUTURE

Dans ce nouveau cours vidéo de couture, Marie-Laure, costumière et brodeuse, explore avec vous les techniques et finitions haute couture. Vous étudierez les assemblages, les ourlets, les détails en dentelle ou encore les fermetures. Retrouvez en ligne un cours vidéo de 5 h 15, un tchat pour échanger et poser des questions, et une explication détaillée des techniques haute couture par une professionnelle.

**Techniques et finitions haute couture niveau 2, Artesane, 44 €**



## SURJETEUSE

Ce nouveau modèle de surjeteuse de Husqvarna Viking a tout d'une grande, tout en restant très accessible. La machine a une capacité de 2, 3, 4 fils avec 16 points différents et permet un enfilage facile grâce à ses capots qui s'ouvrent pour offrir un accès complet à la zone du boucleur. À offrir aux passionné(e)s.

**Surjeteuse Amber™ S | 100,  
Husqvarnaviking, 449 €**



## SAVONS

Réalisez vous-même des petits savons à l'orange dans des moules ronds à l'image de rondelles d'orange. Vous trouverez tout le nécessaire pour réaliser vos 4 nouveaux savons dans le kit. Parfait pour un petit coup de boost rafraîchissant !

**Kit DIY - Fabriquer ses savons à l'orange, Pause Moderne, 23 €**

## KIMONO

Ce kimono est un super modèle pour débuter en couture. Il fera beaucoup d'effet dans des tissus épais comme un jacquard, un velours grosses côtes ou un drap de laine. Le modèle existe en version femme & enfant pour vous amuser à faire de jolis duos. Le coffret comprend la planche de patron à taille réelle, le livret explicatif et le pas-à-pas illustré.

**Duo Patrons Kimono Femme et Enfant : Oréo et Mini-Oréo, Super Bison, 32 €**



## PERLES

RICO DESIGN propose désormais des perles en bois colorées ou naturelles qui, avec leurs perforations extra larges (10 mm), sont parfaitement assorties aux fils de macramé épais. Avec 9 formes différentes elles sont disponibles en lot de 4 à 10 pièces, ou en 24 perles dans les couleurs différentes et assorties. Différentes formes et couleurs peuvent également être magnifiquement combinées.

**Les perles de macramé en bois multicolores, 24 pcs/ set, RICO DESIGN, 9,55€**

# LES NOUVEAUTÉS À LIRE !



## HOMEWEAR COCOONING. 11 MODÈLES CHICS ET CONFORTS

Envie de vêtements confortables sans rien céder sur l'élégance ? Ces modèles sont pour vous ! Clémentine, d'atelier Brizane, a imaginé 11 modèles à porter chez soi... ou pas ! Blouse à revers, pantalon large à plis, combinaison, surchemise... choisissez des tissus doux et réalisez vos propres versions de ces modèles cocooning. Coupes amples, étoffes souples, détails raffinés et féminins... tous les ingrédients sont là pour coudre les nouveaux indispensables de votre dressing.

Mango - 96 pages - 19,95 €



## LE GRAND LIVRE DES ACTIVITÉS RÉ-CRÉATIVES.

Dans cet ouvrage extrêmement riche, Hélène Zaïchik a imaginé 80 projets pour les enfants de 3 à 10 ans ! Faire sa première aquarelle, son premier tissage, fabriquer sa maison en carton, donner une seconde vie aux emballages, utiliser ce que la nature nous donne, c'est grandir en autonomie et constater que ça rend heureux. Voilà ce qu'Hélène a à cœur de transmettre aux artistes en herbe : l'audace de créer. Toutes les techniques créatives (cartonnage, tricot, papier mâché...) sont expliquées à hauteur d'enfant. Mais ses réalisations ludiques et esthétiques feront aussi envie aux parents et aux enseignants.

Albin Michel - 368 pages - 24,90 €



## COLIBRI ET APRÈS ? COMMENT L'ÉCOLOGIE A RÉVOLUTIONNÉ MA VIE.

Ce livre est à la fois le témoignage d'une transition écologique et un manifeste pour faire changer les choses ensemble. Son autrice, Marie Petit, est une trentenaire investie dans l'écologie. Maman de trois enfants, directrice d'école et enseignante, blogueuse et conférencière, elle a fait de l'écologie sa priorité, tant dans sa vie personnelle que professionnelle.

Éditions Leduc - 224 pages - 17 €



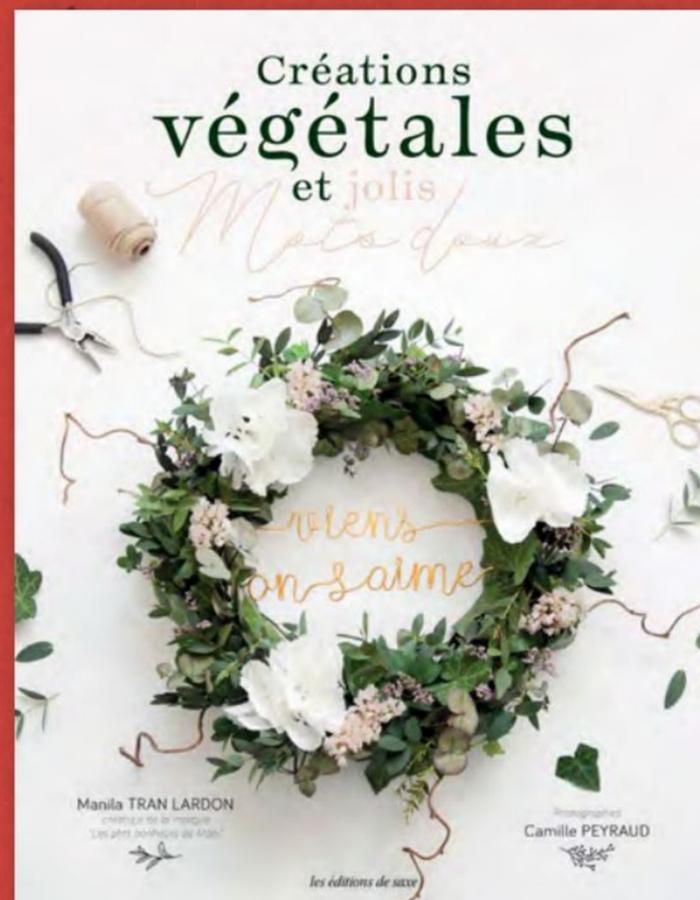
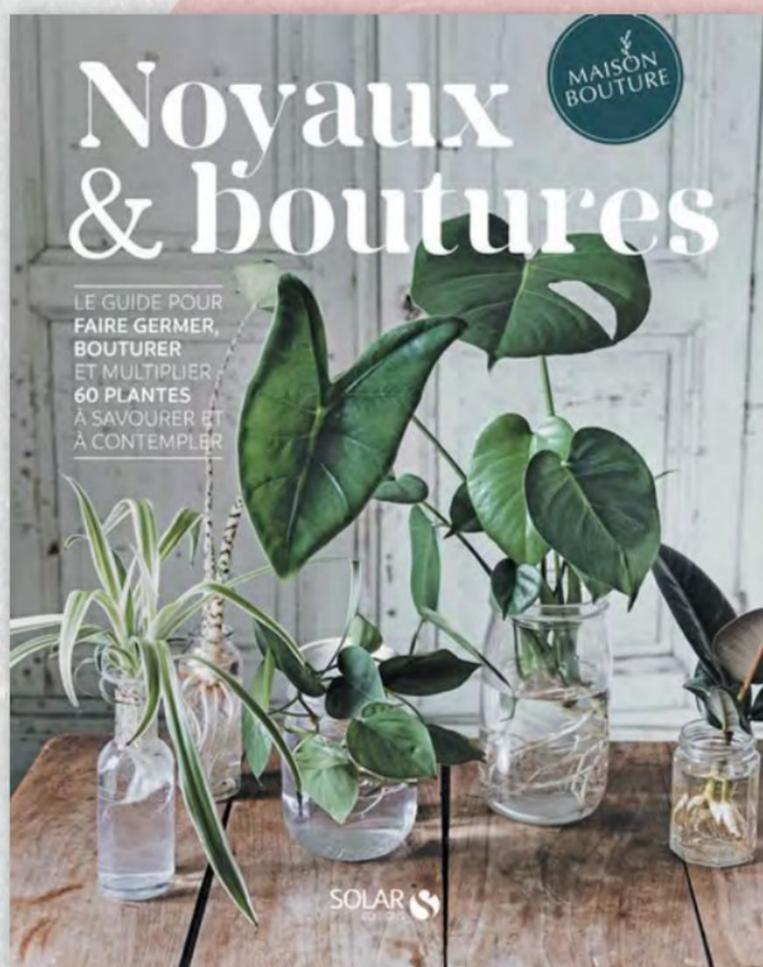
**Le témoignage-manifeste**  
de la créatrice du compte  
@les\_petits\_écolos\_  
pour faire changer les choses  
ensemble

LEDUC

## NOYAUX & BOUTURES

Découvrez ce guide pas-à-pas pour multiplier, faire germer graines, noyaux, pépins et rebuts végétaux et bouturer 60 jolies plantes d'intérieur, d'extérieur, aromatiques et comestibles pour un effet green déco, dans une démarche écolo, économique et de partage. Le livre se compose de 3 parties qui s'ouvrent sur des pas-à-pas très détaillés et en images, suivis d'une proposition de 60 plantes, et des conseils spécifiques qui s'y attachent pour les entretenir, les replanter et les multiplier à nouveau :

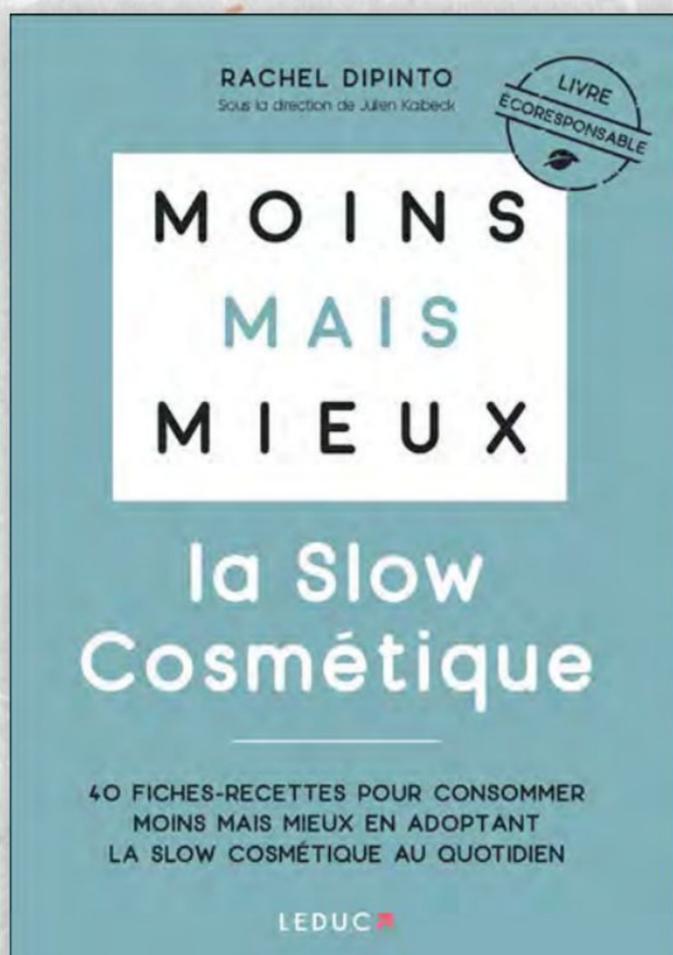
**SOLAR – 128 pages – 14,90 €**



## CRÉATIONS VÉGÉTALES ET JOLIS MOTS DOUX

Découvrez l'univers doux et poétique de Manila Tran Lardon, créatrice de la marque « Les ptits bonheurs de Mani ». Dans son livre DIY, elle vous invite à réaliser avec des végétaux et des fleurs de saison une vingtaine de projets décoratifs délicats, agrémentés de mots filaires inspirants et touchants. Vous allez craquer pour ces idées végétales faciles à réaliser et originales, parfaites pour décorer votre intérieur au fil des saisons et le transformer en un lieu unique.

**Les Éditions de Saxe – 128 pages – 19,90 €**



## MOINS MAIS MIEUX LA SLOW COSMÉTIQUE

Ce livre contient 40 fiches-recettes pour consommer moins mais mieux en adoptant la slow cosmétique au quotidien. Mais il explique aussi les origines du mouvement militant, ses quatre objectifs (écologique, sain, intelligent, raisonnable), ses ingrédients incontournables, etc. Retrouvez-y enfin 5 gestes pour prolonger l'expérience slow cosmétique : se protéger des UV, se mettre au zéro déchet, entretenir sa barbe, nourrir la peau des tout-petits, fabriquer son sérum antistress.

**Éditions Leduc - 160 pages – 14,90 €**

# NOS CONTRIBUTRICES

Découvrez l'univers de chaque créateur sur son site Internet.

Page  
30



UN VASE POUR TOUTES LES REUNIR

**Ina Mielkau**

> [ynas-design.blogspot.com](http://ynas-design.blogspot.com)  
@dynasdesign

Page  
32



RENARD EN FEUTRINE

**Anna Machul**

> [etsy.com/shop/AmuruToys](https://etsy.com/shop/AmuruToys)  
@amuru\_toys

Page  
40



UN TOTE BAG UPCYCLING COUTURE

**Sarah Dumas**

> [todotoutdoux.fr](http://todotoutdoux.fr)

Page  
48



BROCHE CŒUR EN CANNETILLE

**Catherine Jaffrès**

> [caticoud.wordpress.com](http://caticoud.wordpress.com)



# Ma jolie broderie d'automne



## GÉRALDINE L (60)

Mon cousin a donné naissance à un petit Eliot avant le début de l'automne. C'est le premier de sa génération et son arrivée est très émouvante pour toute notre grande famille ! J'ai voulu lui faire un petit cadeau de naissance pour décorer sa chambre sur des tons automnaux donc je lui ai brodé ce petit tambour à accrocher. Je l'ai offert en allant le rencontrer et féliciter ses parents, je crois que mon cadeau a plu !

## MARTINE S (31)

Voici ma réponse au défi du dernier numéro : mon écharpe grise était un peu classique. J'ai donc brodé deux bandes pour l'égayer un peu.



## LAURENCE B (BELGIQUE)

Appliqué sur un mini patchwork aux teintes chaudes, chaque petit panneau mesure 14x15 cm. Associées à des glands et des citrouilles en tissu, ces broderies apportent une touche de saison à mon intérieur.



Leur petit format permet de les glisser sous d'anciens globes. Je vous remercie pour l'organisation de ce concours ainsi que pour les bonnes idées que vous partagez dans votre revue.

Gagnent chacune un cours en ligne d'une valeur de 49 €

offert par ARTESANE

[www.artesane.com](http://www.artesane.com)

VOUS POUVEZ VOIR PLUS DES RÉALISATIONS  
DE CE DÉFI SUR NOTRE PAGE FACEBOOK :



PARTICIPEZ À NOTRE  
NOUVEAU DÉFI  
CRÉATIF EN PAGE 3



llll  
**Nouvelle  
formule !**



CRÉATIVE ENCORE PLUS *Green*

+ d'astuces, de tutos et d'idées  
Récup, Zéro Déchet et Nature !



4 COSMÉTOS MAISON  
IMMANQUABLES



DES MACARONS TROP KAWAÏ



VOS PETITES ASTUCES  
DIY & ZÉRO DÉCHET



LES SECRETS ANCESTRAUX DES  
TEINTURES VÉGÉTALES



JE RÉALISE UNE BROCHE  
EN CANNETILLE



PERSONNALISEZ VOUS-MÊME  
VOS TEE-SHIRTS



SLOW FASHION :  
LES BONS RÉFLEXES



MES PETITS RENARDS  
EN FEUTRINE

BEL/LUX : 6,50 € - DOM/S : 6,60 € - ESP/  
PORT. CONT./IT : 6,90 € - CH : 9,50 ChF -  
CAN : 9,50 \$ cad - MAR : 70 mad

L 16452 - 54 - F: 5,90 € - RD

