



## La Check List pour un shopping Slow

### Le mouvement Slow Cosmétique vous aide à décrypter les produits :

- ▶ **Repérez la liste INCI** sur l'emballage avant d'acheter. Les ingrédients sont cités dans leur ordre décroissant. Intéressez-vous d'abord aux 5 premiers ingrédients (= environ 70% de la formule). Vous y trouvez un composé synthétique ou pétrochimique ? Éliminez !
- ▶ **Pas envie de vous tartiner de pétrole ?**  
**Évitez les huiles minérales !** Un bilan écologique désastreux et elles n'apportent rien à la peau : Paraffinum liquidum, Cera microcristallina, Mineral Oil, Petrolatum...
- ▶ **Peau sensible ?**  
**Évitez les ingrédients irritants, les parfums synthétiques, les alcools et alcools gras :** BHT, Triclosan, Lanolin, Methyl / Propyl / Caprylyl -alcohol, Alcool cétylique ou stéarique, terminaisons en -eth et Sodium laureth sulfate, Methyl- ou X- isothiazolinone, Parfum...
- ▶ **Écolo comme nous ?**  
**Évitez les ingrédients polluants et les silicones :** diméthicone, cyclohexasiloxane... + terminaisons en -one ou -oxane, EDTA, -ylphenol, PEG, PPG,...
- ▶ **Envie d'un produit sain et doux ?**  
**Certains ingrédients sont polémiques pour la santé ou l'environnement :** Methyl-, Ethyl- et Butylparaben, ainsi que Phenoxyethanol (perturbateurs endocriniens), Formol-, Quaternium-15, DMDM Hydantoin, Benzophenone...
- ▶ **Envie de vous libérer du brainwashing cosmétique ?**  
**Militez avec nous :** rdv sur [slow-cosmetique.org](http://slow-cosmetique.org)  
**Shopping engagé :** [slow-cosmetique.com](http://slow-cosmetique.com)