

GLAMOUR®

1,80€
SEULEMENT

N°61 AVRIL 09 www.glamour.com

5^e ANNIVERSAIRE

Numéro
exceptionnel!

T 06120 - 61 - F: 1,80 €



VIVE MA
NOUVELLE VIE
GLAMOUR!

+ROCK+CRÉATIVE+SOLIDAIRE 156 PAGES POUR L'INVENTER

Le **B.A.-BA** de la vie baba

Esprit récup', yaourtières et graines à gogo... Il plane sur nos
maisons un petit parfum de Larzac. PAR ELVIRA MASSON

1 JUST DO IT (YOURSELF)!

Prononcez « di aïe why » et comprenez « Do it yourself », « faites-le vous-même ». Dans les années 00, on a appris à offrir un nouveau départ dans la vie à notre chaise de brocante avec un petit pot de « Charleston Gray » Farrow & Ball. Maintenant, on passe à la vitesse supérieure, le bricolage. Le but ? Economiser de l'argent, gagner en autonomie et en estime de soi (« c'est moi qui l'ai fait »). Les ateliers bricolage du BHV et de Leroy Merlin sont fréquentés à 50 % par des femmes avides de découvrir les secrets du colmatage d'une fuite, de la fabrication du tadelakt marocain ou juste curieuses d'apprendre à poser une prise en économisant les cent euros de déplacement de l'électricien. Dans le même temps, les cours de cuisine explosent (L'atelier des Chefs compte désormais 70 salariés et s'exporte à Dubaï, Atelierdeschefs.com). Et le cadeau DIY (un joli bocal de citrons confits, une nappe ancienne en lin teintée avec des pigments naturels...) montre qu'en plus de savoir faire des choses de ses mains, on n'est pas une consommatrice bête et méchante.

2 BIO, C'EST BIEN. LOCAL, C'EST TOP.

On se surprend à regarder avec suspicion ceux de nos amis qui consomment des aliments produits dans un rayon de plus de 100 km. « Il vient d'où, ce raisin ? Ce n'est pourtant pas la saison du raisin ! Je suis sûre qu'il a été produit en Afrique du Sud... » Abonnée à une Amap (Association pour le maintien

d'une agriculture paysanne, <http://alliancepec.free.fr>), on va chercher notre panier de légumes hebdomadaire. Lors des dîners, les questions brûlantes surgissent : « Refuser d'acheter des haricots verts du Kenya est-il vraiment une bonne idée ? Qu'en pensent les Kényans ? Acheter à tout prix des tomates françaises, n'est-ce pas

absurde quand celles de Toscane ont mille fois plus de goût ? » Et dire qu'on se moquait de nos copines un peu écolo-terroristes il y a cinq ans... Côté déco, on privilégie les bois français écocertifiés et on boycotte les essences exotiques, sauf celles labellisées FSC (plus d'infos sur greenpeace.org/france ou sur wwf.fr).

© Marlin Bruno



Simple, baba et funky, la ligne de tricots Wool and The Gang.



3 VIVE LES MÈMÉS COOL

Comme on est une fille cool, on n'a pas peur de passer pour une mémé en revendiquant notre goût pour des plaisirs inoffensifs et ancestraux. Dernière tendance lourde : l'addiction à la tisane. On s'échange les bonnes recettes (« tu as essayé le jus de citron vert bio + ginseng râpé dans deux litres d'eau bouillante ? Ça te booste, un truc de malade ! ») et les bonnes adresses. Pas besoin de chercher un dealer, les grandes surfaces proposent maintenant des fleurs de mauve ou des feuilles de thym bio en vrac (gamme Jardin Bio'logique par exemple, env. 2 €). Et voilà qu'on siffle mug sur mug en se faisant une petite laine. Car la deuxième tendance de fond, c'est le knitting. On tricote des choses simples, du genre grosse écharpe. Pour se motiver, on force chez Colette acheter le pack (recyclé) Wool and The Gang, la bonne idée de Nadège Winter : de la jolie laine péruvienne issue du commerce équitable, des aiguilles et des patrons (sac clutch, bonnet, gilet... à partir de 69 € sur Woolandthegang.com et Colette.fr). Côté bien-être, on discute thérapies douces et jeûnes, et on se repent de toutes les fois où on s'est moqué de notre copine accro à son acupuncteur. Enfin, pour la maison, on investit dans un diffuseur d'huiles essentielles pour parfumer la maison (par exemple, le diffuseur humidificateur Plume, 79,95 €, resonances.fr) parce que les bougies chimiques, on n'est plus trop sûre.

4 ON JOUE À LA DÎNETTE

L'idée, c'est d'avoir toujours à portée de main de quoi se faire une dînette home made, une frustration de citadine sans doute. On range les appareils gadgets (pierrade, gaufrier, machine à raclette...). Et on investit dans des instruments qui nous promettent une indépendance alimentaire autant qu'une vertu nutritionnelle. Les yaourtières

(plusieurs modèles, de 50 à 70 € chez Seb et Moulinex) connaissent ainsi un retour en grâce, les machines à pain trônent dans les cuisines, à côté des livres de recettes ad hoc. Quant aux germoirs (Croq'Punch de Lima, env. 20 €, sur Naturatable.com), ils cartonnent. On fait germer des graines de radis noir achetées dans les épiceries bio, du lin parce qu'il est riche en omega 3,

du haricot mungo mais aussi de l'ail, de la moutarde... On en met systématiquement une poignée dans la salade. Côté cave, on a toujours quelques bouteilles de vin nature, dont on vide les fonds dans un vinaigrier (vinaigrier en grès de 4 litres, 54 € chez Dehillerin, 01 42 36 53 13). « Le vinaigre de vin rouge fait maison a un goût dément, tu comprends. » ■