

1

POUR TON CÉLIBAT, UN CANARD SANS PHTALATES, TU CHOISIRAS !

La plupart de ces objets de plaisir sont en plastique et peuvent donc laisser en toi quelques phtalates. Non, ce n'est pas un insecte mais une des molécules chimiques qui risque de perturber ton système hormonal et de le dérégler (causant cancer, diabète ou baisse de la fertilité entre autres).

Tu fais comment alors ?

- Tu optes pour des alternatives aux plastiques (Bois, verre, bambou, inox....)
- Tu vérifies sur l'étiquette qu'il n'y pas de phtalates



2

POUR HYDRATER TA PEAU SI DOUCE, UNE CRÈME SANS NANOPARTICULES, TU UTILISERAS !

Pour favoriser la pénétration des crèmes, les industriels ont inventé les nanoparticules. Ce sont des particules infiniment petites qui pénètrent très bien les cellules de ton corps mais pas forcément là où ça fait du bien. Elles sont suspectées de favoriser l'apparition de tumeurs et cancers.

Tu fais comment alors ?

- Tu suis le logo Cosmebio
- Tu te méfies surtout des crèmes solaires, crèmes antirides et fonds de teint
- Tu utilises l'application et le site Noteo



3

POUR TES ÉCHANGES LANGOUREUX, DE TES NEURONES, TON SMARTPHONE TU ÉLOIGNERAS !

De nombreux médecins sont de plus en plus inquiets de l'impact des ondes électromagnétiques sur ton cerveau comme sur ton sexe !

Tu fais comment alors ?

- Tu utilises au max ton kit main libre
- Tu éloignes ton téléphone de ton utérus ou de tes testicules
- Tu éteins ton téléphone la nuit ou l'éloignes à plus de deux mètres



4

POUR TON PREMIER DATE, NI OGM NI PESTICIDES, DANS TON ASSIETTE TU NE METTRAS !

Si aujourd'hui en France on ne peut pas cultiver d'OGM en plein champ, le bétail dont est issue notre viande peut être nourri aux OGM (Organismes Génétiquement Modifiés). Or 99% des OGM agricoles ont été inventés pour produire ou tolérer des pesticides : ils ont un impact sur ta santé, alors évite les !

Tu fais comment alors ?

- Tu choisis des produits labellisés Agriculture Biologique
- Tu limites ta consommation de viande



5

TON PARTENAIRE, DANS UNE CHAMBRE SAINE, TU ALLONGERAS !

10 fois plus pollué que l'air extérieur, ton air intérieur est altéré par de nombreux Composés Organiques Volatiles (COV) qui s'échappent de ta literie, de tes meubles, tes vêtements, etc.

Tu fais comment alors ?

- Tu aères 10 min avant de te coucher avec lui ou elle
- Tu utilises de la literie écologique labellisée
- Tu optes pour des peintures et vernis éco-labellisés



6

DES PRÉLIMINAIRES CULINAIRES SANS ADDITIFS ALIMENTAIRES, TU FERAS !

De nombreux produits alimentaires sont composés de colorants synthétiques, d'édulcorants, d'exhausteurs de goût : ces substances peuvent avoir des conséquences néfastes sur ta santé.

Tu fais comment alors ?

- Tu manges autant que possible des produits biologiques

- Tu télécharges l'application Noteo



7

UNE PÉNÉTRATION SANS PERTURBATEURS ENDOCRINIENS, TU TESTERAS !

Certains lubrifiants sont encore victimes de la présence de parabène et de nonylphénol. Ces molécules appartiennent à la famille des perturbateurs endocriniens... à l'origine de cancers, d'obésité et de baisse de la fertilité entre autres. Un véritable cocktail explosif entre tes cuisses !

Tu fais comment alors ?

- Tu suis ce logo pour choisir ton lubrifiant



Les 7 commandements de L'ÉCO-ORGASME

Retrouve plus d'informations et tous nos conseils sur www.generationscobayes.org