

## vie privée mieux-être

Claire Keim  
en pleine nature,  
habillée par Les  
Fées de Bengale.

### Votre premier geste écolo le matin ?

Ouvrir les volets que j'ai fermés la nuit pour garder la chaleur.

### Prenez-vous des bains ?

Je n'ai pas de baignoire chez moi, mais j'avoue que je saute dans celles des hôtels avec un doux sentiment de culpabilité et beaucoup de mousse...

### Triez-vous vos déchets ?

C'est la base. C'est contraignant au début, puis ça devient un jeu.

### Éteignez-vous la lumière en sortant ?

Oui. J'ai même un interrupteur central qui éteint tout d'un coup.

### Vous mangez bio ou local ?

Local et de saison, bio si possible. Je privilégie les labels AOC, Label Rouge, AB, et les produits certifiés...

### Le geste anti-écolo qui vous révolte le plus ?

Le fait de jeter des papiers par terre parce que « tout le monde le fait... » Le pire ? La famille qui pique-nique en pleine nature et qui abandonne ses déchets.

### Avez-vous changé votre mode de consommation ?

Je choisis des appareils ménagers catégorie A, je ne craque plus pour un kilo de cerises au mois de décembre, j'ai dit adieu à l'huile de palme, très méchante pour la santé et pour la planète... Au quotidien, je me réfère au « coach courses » de [www.defipourlaterre.org](http://www.defipourlaterre.org) pour m'aiguiller.

### Quel type de produits ménagers utilisez-vous ?

Vinaigre, bicarbonate et pierre d'argent ! Mais pas seulement... j'avoue.

### Être écolo sans tomber dans l'intégrisme, est-ce possible ?

Je me pose souvent la question. Certaines actions ou campagnes-chocs me font du bien, même si je préfère rester pacifique... Je suis tantôt optimiste et indulgente, tantôt ivre de rage et désespérée.

### Qu'est-ce qui n'est pas vert en vous ?

Beaucoup trop de choses encore ! Notamment le fait que je doive

souvent me déplacer en avion, que j'utilise des lingettes en voyage, que je suis une fille, donc que je craque parfois pour des objets dont je n'ai pas besoin...

### Comment vous déplacez-vous ?

En voiture car, en province, j'en ai besoin, mais j'attends avec impatience que les constructeurs développent des voitures propres et fiables.

### Votre objet bio fétiche ?

Mon panier de courses, tellement plus sympa qu'un sac en plastique, même recyclable.

### Utilisez-vous des cosmétiques bio ?

Oui, plein ! Du kajal, qui fait de beaux yeux fumés, un masque à l'argile Cattier, des crèmes Sanoflore pour un peu tout, un pain d'Alep, une pierre d'alun, les essences de fleurs du Dr. Bach... Enfin, jamais de coton, mais des disques en molleton de chanvre lavables et réutilisables.

## LA VIE EN VERT DE CLAIRE KEIM

### SES B.A. GREEN

- ✓ Elle est la marraine d'une association de défense du grand requin blanc ainsi que d'une association qui protège la tortue d'Hermann, dans le massif des Maures.
- ✓ Elle est engagée auprès de la FNH (Fondation Nicolas Hulot) depuis longtemps.
- ✓ Elle soutient aussi Sea Shepherd, qui sauve des baleines dans l'Antarctique...

A 32 ans, l'actrice-chanteuse, militante écolo de la première heure, devient animatrice sur Ushuaïa TV\*. La jeune maman d'Uhaina, 7 mois, nous fait partager son quotidien green.

### Depuis quand êtes-vous soucieuse de l'environnement ?

Depuis toujours ! Encore plus depuis une quinzaine d'années, car je réalise que la nature change, que certains animaux ou certaines plantes ont disparu... Je comprends mal que l'on dissocie l'avenir de la planète et l'avenir de l'homme.

### Quel a été le déclic ?

En m'initiant à la plongée, ma mère a mis en marche chez moi le mécanisme « émerveillement, donc envie de protéger ». Les émissions de Nicolas Hulot ont compté aussi.

### SON INTERNET ÉCOLO

- ✓ [ECOLOINFO.COM](http://ECOLOINFO.COM)
- ✓ [WWW.MESCOURSESPOURLAPLANETE.COM](http://WWW.MESCOURSESPOURLAPLANETE.COM)
- ✓ [WWW.TERRA-ECONOMICA.INFO](http://WWW.TERRA-ECONOMICA.INFO)
- ✓ [WWW.FONDATION-NICOLAS-HULOT.ORG](http://WWW.FONDATION-NICOLAS-HULOT.ORG)

### Iriez-vous jusqu'à vous habiller bio ?

Bien sûr ! Notamment chez Les Fées de Bengale, Veja pour les baskets, Vanessa Bruno pour sa gamme éthique. Dans mon émission, j'ai tenu à être habillée le plus écolo possible.

### Un bol d'air frais, où ?

Phare du Créac'h, à Ouessant...

### Le lieu qui booste votre âme écolo ?

Pour me booster du bon côté, la forêt sous toutes ses formes : amazonienne, picarde, autrichienne, papouasienne. Et, du mauvais, Thilafushi aux Maldives, ravissante île poubelle...

INTERVIEW DE NATHALIE DUPUIS

\* Elle présente « Passage au vert », un rendez-vous citoyen sur l'art de vivre écolo.