

Déodorant

Matériel et ingrédients :

- un pot en verre avec un couvercle
- une casserole
- un bol
- un fouet
- 100 g d'huile de coco vierge
- 10 g de cire d'abeille
- 60 g de bicarbonate alimentaire
- 40 g de fécule de maïs
- 20 gouttes d'huiles essentielles : 4 gouttes de palmarosa (lutte contre les odeurs de transpiration), 4 gouttes de lavande fine (cicatrisante, apaisante), 4 gouttes de sauge sclarée (régule la transpiration excessive), 4 gouttes de tea- tree (antibactérienne), 4 gouttes de menthe poivrée (rafraichissante)

Recette :

Faire fondre dans le bol au bain-marie la cire d'abeille et l'huile de coco.

Verser le mélange fondu dans le pot en verre, ajouter le bicarbonate puis mélanger vigoureusement. Ajouter la fécule et mélanger encore. Pour finir ajouter les huiles essentielles, mélanger de nouveau.

Laisser refroidir 24 h au frigo, le mélange va se figer.

Utilisation :

A appliquer sur les aisselles au doigt ou à l'aide d'une petite spatule en bois.

Attention : Ne pas utiliser les huiles essentielles pour les femmes enceintes et les enfants de moins de 3 ans.

Produits de soin

Sous la douche, utilisez votre **savon et shampoing solide** ! Ils durent plus longtemps et coûtent moins cher que les flacons de gel douche et de shampoing industriels. Selon le type de cheveux, le choix de shampoing solide diffère. Comme pour les shampoings liquides, quelques essais seront nécessaires pour trouver celui qui vous convient.

186 millions de flacons de gel douche et 174 millions de flacons de shampoings sont vendus en France chaque année, puis ils sont jetés...

Faites votre **démêlant pour cheveux**: verser dans un flacon vide, 2 cuillères à soupe de gel d'Aloé vera et 2 cuillères à café d'huile de jojoba (ou d'huile de ricin ou d'amande douce), secouer pour mélanger, c'est prêt ! Après vous être lavé les cheveux, appliquez le **démêlant** sur vos longueurs et travailler vos cheveux pour les démêler. Rincer.

Vous pouvez également vous en servir de soin en laissant poser quelques minutes la préparation.

Utilisez un **oriculi pour le nettoyage de vos oreilles** ! Un oriculi est un petit outil réutilisable avec une tige d'une longueur de 10 cm environ et qui présente un embout incurvé pour enlever le cérumen à l'entrée de l'oreille. Le cure-oreille est lavable et empêche la formation de bouchon.

Chaque année dans le monde, plus de 25 milliards de cotons tiges sont jetés...

Utilisez des **cotons à démaquiller lavables**. Une fois votre coton lavable utilisé, ne vous trompez pas, jetez le dans la machine à laver le linge et non la poubelle !

Au cours de sa vie, une femme va utiliser une quantité de cotons à démaquiller équivalente à une pièce de 10 m² remplie du sol au plafond...

Fabriquez votre **gel hydratant pour les mains** : verser dans un flacon vide, 1 à 2 cuillère(s) à café (5 à 10ml selon le besoin) d'huile d'olive (ou d'argan ou de noyaux d'abricot), 2 cuillères à soupe (30ml) de gel d'aloé vera de qualité, 6 gouttes d'huile essentielle de lavande vraie ou de petit grain bigarade (feuille d'oranger), mélangez vigoureusement en secouant le flacon. Appliquez cette crème onctueuse sur vos mains puis massez. Vous pouvez garder ce mélange pendant trois mois en agitant de temps en temps, c'est-à-dire la durée de conservation du gel d'aloé vera utilisé (inutile d'ajouter des conservateurs car celui-ci est déjà stabilisé en tant que produit cosmétique).

Pour un **gel pour les mains au pouvoir antibactérien**, remplacez l'huile essentielle de lavande vraie ou de petit grain bigarade par 10 gouttes d'huiles essentielles de tea-tree (antibactérien, antiviral) et 10 gouttes d'huiles essentielles de lavande (parfum + antibactérien). Pour un gel antibactérien au plus fort pouvoir désinfectant, vous pouvez ajouter (10 à 15ml) d'alcool à 70 ° ou 90°. **Attention, ce gel antibactérien n'est pas efficace contre le corona virus. Privilégiez le lavage des mains au savon. Les gels antibactériens sont à utiliser lorsqu'il n'est pas possible de se laver les mains au savon.**