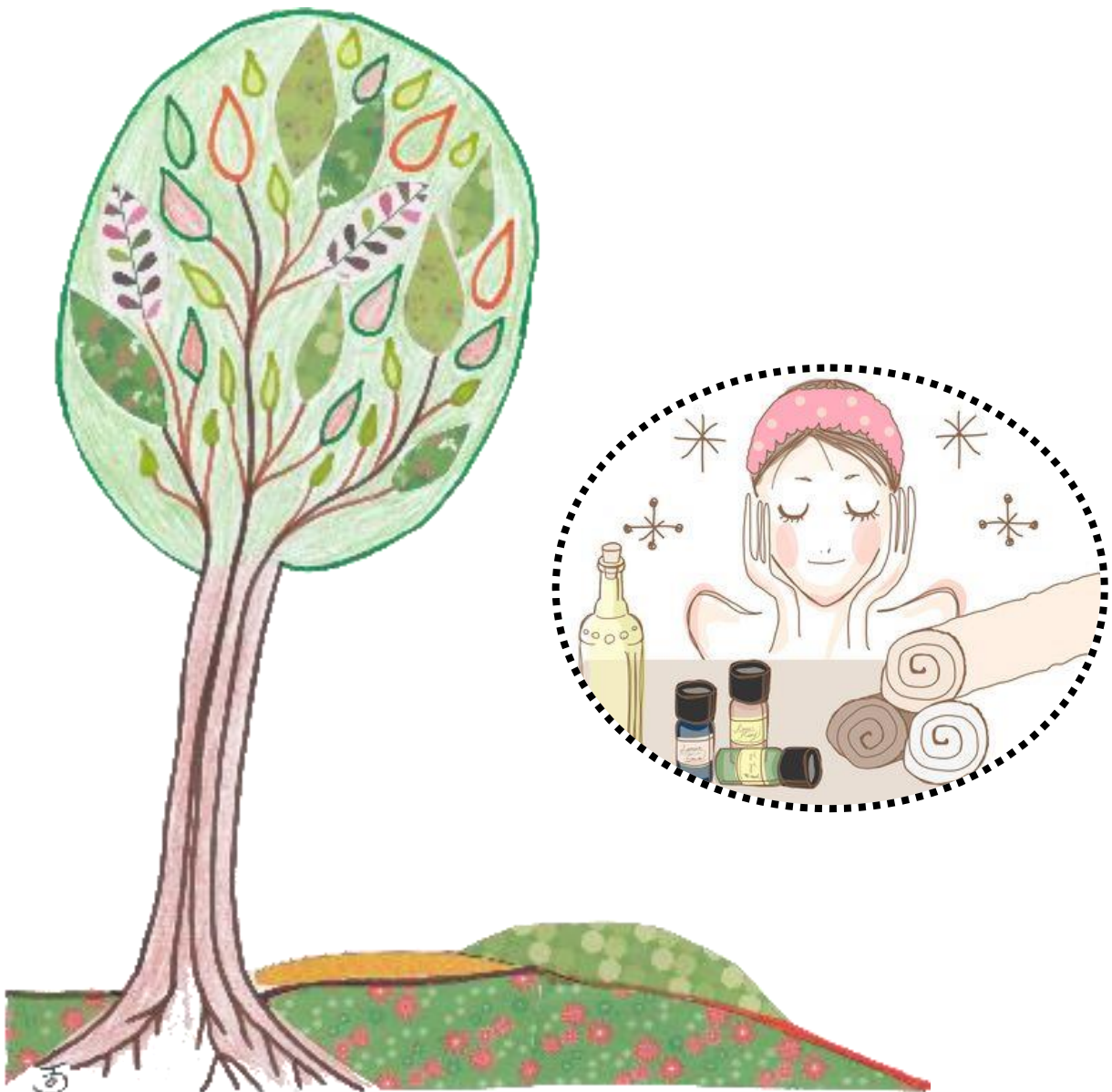


NOS COSMÉTIQUES « MAISON »



DANS LE CADRE DU MOIS DE LA TRANSITION POUR BOUILLON ET SES VILLAGES - 15 OCTOBRE 2019

Pourquoi allez-vous aimer la slow cosmétique ?

De nos jours, plus de 80 % des produits cosmétiques dans les rayons sont trompeurs. Certains se présentent à nous comme naturels alors qu'ils sont bourrés d'ingrédients synthétiques. D'autres nous promettent monts et merveilles, mais ils contiennent **des ingrédients polémiques pour la santé ou l'environnement**. C'est effrayant, mais plus de 60 % des cosmétiques contiennent des substances soupçonnées d'être des **perturbateurs endocriniens**. Toutes les marques connues sont concernées et il est assez difficile de distinguer le vrai du faux.

On n'aime pas être pris pour des pigeons.

La slow cosmétique rappelle de quoi notre peau a besoin :

- Un bon nettoyage
- De l'hydratation
- Et une bonne protection contre les agressions et le temps qui passe.

On prend le temps de se pauser et d'agir pour son bien être et celui de notre planète. Moins de récipients, des produits sains et un moindre coût.

Attention ! Quand vous préparer un produit cosmétique qui contient des huiles essentielles, vérifiez toujours que vous n'êtes pas allergique ! Pour cela, faites un test sur votre bras ou votre poignet.

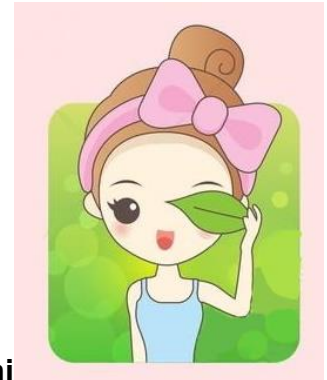


Démaquillant à l'huile végétale

- ◆ Humidifier une petite éponge à démaquiller avec de l'eau.
- ◆ Essorer.
- ◆ Imbiber avec une HV.
- ◆ Passer soigneusement le coton gorgé d'huile sur le visage, les yeux et la bouche maquillés.

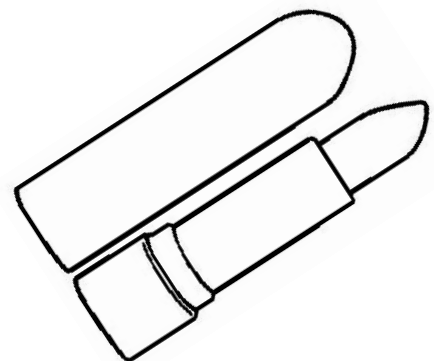
Choix de votre huile végétale

- ◆ Amande douce: peau sèche.
- ◆ Noyau d'abricot: teint terne, Peau sèche.
- ◆ Macadamia : peau sèche, mixte ou grasse. Manque de toni
- ◆ Sésame: Peau atone.
- ◆ Noisette: Peau atone, mixte ou Grasse. Manque de tonicité.
- ◆ Jojoba: acné, peau grasse ou sèche (adulte ou bébé), eczéma, psoriasis. Premières Rides.
- ◆ Argan: Peau sèche ou irritée. Peau mature, rides.



Gommage de vos lèvres

Prendre 1 coton-tige,
Mettre du miel puis saupoudrer de sucre fin.
Frotter doucement vos lèvres.



Baume pour les lèvres au beurre de karité

- 1 C à S de karité (bio)
- 1/2 C à café de miel (1 grosse goutte).
- 1 goutte de géranium rosa.

Laisser au frigo 24h.

Baume pour les lèvres au beurre de cacao :

Fondre } 3 g de beurre de cacao rapé
 } 3 g d'huile de jojoba ou olive ou noisette.
 } 1,5 g de cire d'abeille (paillettes).

Ajouter 1 goutte d'HE poivre noir, menthe poivrée, géranium rosat.

Baume pour les lèvres Sabine

1 c à c beurre de karité

1 c à c huile de coco

1 c à c huile végétal jojoba

Et 1 goutte HE ciste ou geranium rosa ou menthe poivrée ou patchouli ou jasmin.

Gommage doux pour le visage



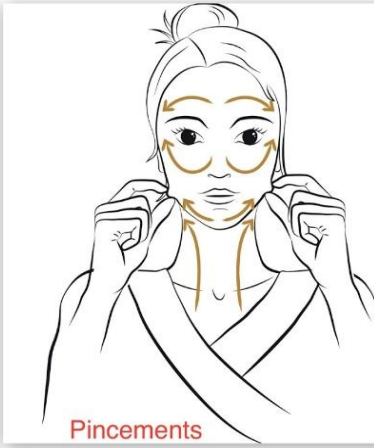
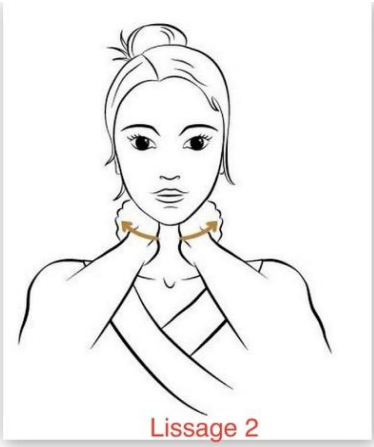
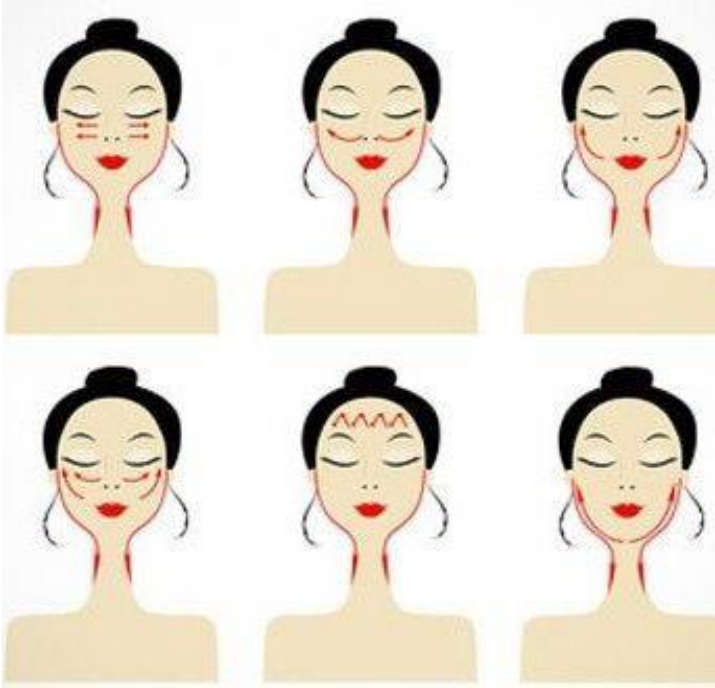
- 1 C à S de sucre très fin.
- 1 C à S d'huile végétale au choix.
- Facultatif (2 gouttes d'HE de citron ou de pamplemousse pour parfumer et augmenter le pouvoir nettoyant.
- Masser délicatement le mélange obtenu sur le visage humide en mouvement circulaire, du milieu du visage vers l'extérieur.
- Si le mélange vous semble trop abrasif, ajouter un peu d'HV ou un peu d'eau chaude avec le bout des doigts. Rincer abondamment à l'eau tiède avant de sécher à la serviette.

Sérum hydratant visage

- 3 C à S d'huile de JOJOBA
- 1 grosse C à S d'huile de noisette ou d'abricot.
- 5 gouttes d'HE au choix :
 - * Lavande vraie
 - * Lavandin
 - * Romarin verbénone
 - * Niaouli
 - * Géranium
 - * Palmarosa (notre choix)



Profitez en pour un petit massage.



Soins anti-couperose (jour et nuit)

1. **Démaquillant doux à l'HV :** amande douce ou abricot
Rincer avec lingette lavable en bambou, si possible imbibée d'eau hamamélis.
2. **Hydrolat d'hamamélis astringent :** (ou HE de ciste, hélíchryse italienne, camomille).
Vaporisez sur visage.
3. **Matin et soir,** appliquez ce soin : 50 ml
 - 15 gouttes d'HE d'hélíchryse immortelle et de ciste
 - 10 gouttes d'HE de matricaire et de camomille noble
 - 10 ml d'HV de calophyle, de chanvre, d'arnica.
 - Finissez pour obtenir les 50 ml avec de l'aloé vera pur.
Refermez, agitez ! (6 mois, si possible au frigo).

Crème hydratante

Ingrédients :

- 17 ml de gel d'aloé véra
- 3 ml d'huile végétale de chanvre ou carotte ou argan
- Ajouter 1 pincée d'amidon de maïs (épaississant).
- Ajouter 10 gouttes d'HE de géranium rosat ou de ciste.

Mode opératoire :

Simplement peser et mettre directement les ingrédients dans 1 flacon en verre (ou à défaut en plastique) avec un embout type spray et secouer, c'est prêt.

Propriétés des ingrédients :

- Gel d'aloé vera : peau et cheveux. Riche en mucilages et polysaccharides (hydratant et apaisant)
- HV de carote : riche en pro vit. A (B carotène). Anti-oxydant puissant. Préparation au bronzage et soin après soleil. Antirides et soin acné.
- HE ciste ladanifère : cicatrisation, régénération cellulaire, tonique, astringente, peaux hyper sèches, ridées, couperosées.

UNIQUEMENT VOIE CUTANEE ET DILUEE.

Sel rose d'Himalaya pour le bain

Le sel rose d'Himalaya se vend sous la forme de gros cristaux en magasin bio.

A cet effet, il peut être utilisé dans un bain relaxant et fournir encore d'autres bienfaits à votre organisme.

Verser une cuillère à soupe dans votre bain, à température ambiante. Puis relaxez-vous environ 15 Min.

Ce type de bain permet d'améliorer La circulation sanguine, afin de prévenir les jambes lourdes, les crampes musculaires.

Vous pouvez aussi l'utiliser pour un bain de pieds pour décongestionner les gonflements dus à une séance de sport ou à la chaleur estivale.

En exfoliant:

Mélanger dans un bol 2 C à S de sel soigneusement pilé avec 5 gouttes d'HE de citron, d'orange et de romarin. Versez le tout dans un pot puis massez-vous avec la préparation sous la douche.



Masque pour cheveux secs

Ingrédients :

- 1 avocat
- 3 cuillères à soupe de crème
- 1 jaune d'œuf

Mixer votre avocat avec la crème et le jaune d'œuf. Laisser poser sous une serviette pendant 20 minutes.

Shampooing pour cheveux gris ou blanc

Ingrédients:

- 1 dose de shampooing neutre, doux, sans sulfate.
- 2 gouttes d'HE de camomille allemande

Ajouter à votre shampooing l'HE de camomille allemande. Pas de panique pour changement de couleur. Appliquer le mélange et rincer.

Masque pour cheveux argent

- 1 c à s. d'hydrolat de camomille allemande.
- 1 c à s. de vodka non odoriférante.
- 1 c à c. de glycerine végétale.
- 1 jaune d'œuf.
- 1 c à s. d'huile d'argan et 1 à s. de miel liquide.

Déodorant maison :

Ingrédients :

- 10 gr huile de coco
- 8 gr bicarbonate alimentaire
- 5 gr de fécule
- 4 gouttes d' H.E. de palma rosa
Eventuellement 4 gouttes d'H.E lavande fine.

Marche à suivre :

1. Faire fondre l'huile de coco.
2. Ajouter le bicarbonate, la fécule et l'huile essentielle.
3. Mélanger. (conserver au frigo).

Vertus des ingrédients :

- Huile de coco : hydratante, nourrissante, réparatrice.
- Bicarbonate de sodium : apaise et adoucit la peau, assainit, assèche et diminue l'inflammation.
- Fécule de maïs : hydrate, purifie et adoucit.
- HE de palma rosa : assainit, purifie, tonifie, régénère la peau.

Déodorant douceur à l'aloë vera

Récupérez roll-on en verre ou plastique (50 ml). Nettoyer avec alcool.

Ingrédients :

- 30 ml de gel d'aloë vera
- 10 ml d'hydrolat hamamélis ou rose
- 8 ml d'huile de noyaux d'abricot
- 1 bonne pincée de bicarbonate de soude
- 25 gouttes mélange 2 ou 3 HE au choix : pt grain bigaride, citron, orange douce, lavande vraie, lavandin super, ravinsara, laurier noble, ylang-ylang

Mode opératoire :

Versez les ingrédients dans le flacon, agitez !