



- Fabrique tes propres produits cosmétiques et d'entretien -

Et si tu profitais de cette période pour fabriquer tes produits du quotidien ? En fabriquant des produits pour la maison ou bien en prévoyant pour le camp cet été, tu fais un geste pour la planète en réduisant tes déchets et en utilisant moins de produits chimiques ! Tu vas voir, pas besoin d'être un grand chimiste pour fabriquer tout ça, c'est même très amusant !

Attention, certains produits sont tout de même à manipuler avec précaution, nous te conseillons de réaliser ces recettes avec tes parents.

Remarque : Les ingrédients nécessaires aux différentes recettes se trouvent en général en magasin bio. En ces temps particuliers, ces derniers ne sont pas forcément ouverts ; la plupart des produits sont disponibles en grande surface et/ou en pharmacie (à part peut-être ceux pour le shampoing). Tu peux également les trouver en ligne sur des sites comme « Aroma Zone ».

1) Savon



<https://www.youtube.com/watch?v=JSq2NXzrtPY>

Il te faut :

- 500g d'huile d'olive
- 170g d'eau
- 65g de cristaux de soude
- Des petits moules à gâteau, ou le fond d'une brique de lait ou de jus découpée
- 1 mixeur plongeant
- Quelques gouttes d'huile essentielles pour le parfum si tu le souhaites

Verse les cristaux de soude dans l'eau. Attention, cela va produire un petit dégagement de vapeur car le mélange va monter tout seul à 90°. Ne touche pas le récipient pendant cette étape et laisse ensuite refroidir pendant une vingtaine de minutes. Verse ensuite ce mélange sur l'huile d'olive, et mixe le tout. Si tu le souhaites, rajoute les huiles essentielles puis mixe encore pendant une minute. Verse ensuite le mélange dans ton moule.

Attention : il faut du temps pour que le savon fige. Laisse-le refroidir une semaine avant de le démouler, puis encore 4 semaines avant de l'utiliser !



2) Déodorant :



Dans un bol, verse l'huile de coco, le bicarbonate, la fécule et la cire.

Place le bol bain-marie dans une casserole remplie d'eau lorsque celle-ci est frémissante. Fais chauffer à feu doux. Laisse fondre pendant quelques minutes et mélange délicatement jusqu'à obtenir une préparation homogène. Hors du feu, ajoute l'huile essentielle et mélange. Place la préparation dans un petit pot ou récipient. Mets le déodorant au réfrigérateur pendant 1 heure.

Il te faut :

- 35g d'huile de coco
- 33g de bicarbonate de soude
- 20g de fécule de maïs
- 17g de cire végétale ou de cire d'abeille
- 25 gouttes d'huile essentielle de palmarosa

Utilisation : applique le déodorant directement sur les aisselles. En cas de fortes chaleurs, le déodorant risque de fondre, car il majoritairement composé d'huile de coco. Dans ce cas, tu peux le conserver au frigo, ou bien l'utiliser comme une crème.

3) Dentifrice

→ Option 1 : Dentifrice girofle menthe



Il te faut :

- 3 clous de girofle
- 2 cuillères à soupe d'argile en poudre
- 1 cuillère à soupe de bicarbonate de soude
- 2 gouttes d'huile essentielle de menthe

Ecrase les clous de girofle à l'aide d'un pilon ou avec le dos d'une cuillère, et ne garde que la poudre. Mélange-la avec l'argile et le bicarbonate. Ajoute un peu d'eau pour former une pâte et incorpore l'huile essentielle.

Conserve ton dentifrice dans un petit pot fermé. Si le mélange durcit, tu peux rajouter de l'eau.

→ Option 2 : Dentifrice coco aloe vera



Il te faut :

- 1 cuillère à café d'huile de coco
- 1 cuillère à café de gel d'aloé vera
- 1 pincée d'argile en poudre

Mélange l'huile de coco avec le gel d'aloé vera, et ajoute de l'argile en fonction de la consistance que tu souhaites obtenir. C'est tout !





4) Shampoing solide

Verse le SCI délicatement dans un bol, car il est très volatile. Ajoute la poudre de Shikakaï, l'huile de coco et l'huile de ricin. Place le bol au bain marie dans une casserole remplie d'eau, lorsque l'eau est frémissante. Fais chauffer et laisse pendant 2 à 3 minutes maximum. Mélange délicatement jusqu'à obtenir un mélange homogène.

Hors du feu, ajoute l'hydrolat, la glycérine et les huiles essentielles.

Place la préparation dans le moule et tapoter légèrement avec le doigt sur le dessus du shampoing afin que celui-ci ait un aspect lisse.

Puis mets-le au réfrigérateur pendant 1h et attends au moins 48h avant de l'utiliser.

Il te faut :

- 40g de tensioactif SCI
- 30g de poudre de Shikakaï
- 15g d'huile de coco
- 10g d'hydrolat d'ylang-ylang (ou autre eau florale)
- 5g d'huile végétale de ricin
- 40 gouttes d'huile essentielle (ylang ylang par exemple)
- 4g de glycérine végétale
- 1 petit moule (type moule à gâteau individuel)



5) Lessive

Il te faut :

- 100g de copeaux de savon de Marseille
- 2L d'eau chaude
- 1L d'eau froide
- 3 cuillères à soupe de bicarbonate de soude
- 20 gouttes d'huile essentielle de lavande pour parfumer (facultatif)
- 1 seau
- 1 entonnoir
- 1 mixeur plongeant
- 1 bidon vide de 3L

Râpe le savon de Marseille à l'aide d'une râpe à fromage si tu n'as pas directement des copeaux.

Place les copeaux dans le seau et verse par-dessus les 2L d'eau chaude. Mélange avec une cuillère en bois. Incorpore le bicarbonate de soude et mélange à nouveau.

Laisse reposer pendant 24h. La lessive va se gélifier et créer un bloc de savon, ne t'inquiète pas, c'est normal ! Ajoute 1L d'eau froide et mélange. Mixe bien l'ensemble jusqu'à obtenir un mélange homogène et ajoute les huiles essentielles si tu le souhaites. Verse ta lessive dans le bidon à l'aide d'un entonnoir.

Utilisation : cette lessive s'utilise comme une lessive classique du commerce, 1 bouchon suffit pour chaque lessive. Avant chaque utilisation, agite vigoureusement le bidon pour homogénéiser la lessive.



6) Liquide vaisselle



Attention : il est préférable de manipuler ces ingrédients avec des gants, ils peuvent être irritants pour la peau (surtout les cristaux de soude).

Mets tous les ingrédients dans la bassine. Verser ensuite l'eau bouillante et mélange bien à l'aide d'un fouet, pour que tout se dissolve parfaitement. Laisse refroidir pendant une heure ou deux puis verse à l'aide d'un entonnoir dans le flacon. Si tu le souhaites, tu peux ajouter quelques gouttes d'huile essentielle pour que cela sente bon !

Remarque : ce liquide mousse moins que ceux qu'on trouve en supermarché, mais il est tout aussi efficace !

Il te faut :

- 2 cuillères à café de bicarbonate de soude
- 3 cuillères à café de savon noir en pâte mou
- 3 cuillères à soupe de cristaux de soude
- 1L d'eau bouillante
- 1 bassine ou un seau pour mélanger le tout
- 1 ancien flacon vide de liquide vaisselle

7) Pastilles pour le lave-vaisselle



Il te faut :

- 1 verre de gros sel de mer
- 1 verre de cristaux de soude
- 1 verre de bicarbonate
- 1 verre d'acide citrique
- 1 bac à glaçons

Attention : il est préférable de manipuler ces ingrédients avec des gants, ils peuvent être irritants pour la peau (surtout les cristaux de soude et l'acide citrique).

Mélange tous les éléments et ajoute l'acide citrique en dernier. Attends que cela mousse. Si jamais cela ne mousse pas, ajoute délicatement un tout petit peu d'eau.

Lorsque cela a terminé de mousser, remplis le bac à glaçons avec le mélange et tasse bien.

Laisse sécher quelques heures avant de démouler.

Conseil d'utilisation : tu peux mettre régulièrement du vinaigre blanc dans la partie liquide de rinçage de ton lave-vaisselle, afin de dégraisser les tuyaux.

