

## UNE MAISON SAIN ET DES SOINS DU CORPS AU NATUREL

A l'heure du confinement, c'est le grand ménage de printemps dans la maison ! Et puisqu'on a davantage de temps pour expérimenter, pourquoi ne pas se lancer aussi dans la fabrication de cosmétiques écologiques et économiques.

**Les produits d'entretien...** Trouvez dans votre placard de quoi réaliser quelques recettes rapides et faciles à faire, écologiques et économiques !



Fabriquez votre nettoyant multi-usage facile et rapide

🕒 3 min

👍 91

La fabrication de ce produit est très simple et nécessite que peu d'ingrédients, de l'eau chaude, des cristaux de soude et du savon noir. L'animatrice de cet atelier est claire. Cependant, on ne connaît pas l'intérêt d'utiliser tel ingrédient plutôt qu'un autre. Les cristaux de soude sont un bon désinfectant naturel, ils dégraissent et nettoient. Le savon noir, composé d'huile de lin et de glycérine, entièrement biodégradable, dégraisse et détache toutes sortes de surfaces. Reste que le produit est efficace (attention à certaines surfaces fragiles comme le marbre ou l'innox) et économique. On peut toutefois doubler d'emblée les doses, 250 ml étant vite utilisés en nettoyage multi-usage.



### Fabriquez des pastilles écologiques pour les toilettes

🕒 6 min

👍 138

La fabrication des pastilles pour les toilettes est assez ludique, avec son aspect « petit chimiste en herbe » et notamment la réaction mousseuse. Elle nécessite davantage d'ingrédients, mais on peut se les procurer assez facilement. L'animatrice donne des explications sur les propriétés de tous les produits (acide citrique, bicarbonate de soude, cristaux de soude, percarbonate de soude et huile essentielle de tea tree). C'est efficace, notamment sur les dépôts de calcaire.



### Fabriquez facilement votre lessive en poudre

🕒 9 min

👍 118

Recette assez simple (savon de Marseille, cristaux de soude, bicarbonate de soude et percarbonate de soude), mais il n'est pas aisé de trouver du savon de Marseille vert en ces temps de confinement, bien qu'encore une fois, l'animatrice explique et justifie ses choix. Petite astuce pour l'adoucissant avec du vinaigre aromatisé filtré.

**Les produits cosmétiques...**Maîtrisez la composition de vos produits de beauté, et n'utilisez plus les produits industriels qui contiennent paraben et autres facteurs cancérigènes.



Réalisez votre liniment, lotion hydratante et nettoyante

⌚ 6 min

👍 128



Réalisez votre baume à lèvres, sain et économique

⌚ 6 min



Fabriquez votre déodorant écologique et économique

⌚ 7 min

👍 99

Les ingrédients pour fabriquer les produits de beauté sont plus onéreux que ceux des produits ménagers. Toutefois, certains ingrédients comme l'huile d'olive ou la fécule de maïs restent à des prix raisonnables, et cela se justifie au regard de la multitude de composants potentiellement toxiques qu'on retrouve dans les produits industriels. Les autres ingrédients se trouvent assez facilement, notamment dans les boutiques bio, et si on est déjà habitué à utiliser les huiles essentielles, on peut déjà avoir la plupart des composants sous la main. Par contre, ça se complique un peu si on ne possède pas une balance précise (au gramme près). D'autant que les quantités sont exprimées tantôt en grammes, en ml ou en cuillères. Pour certains, il faut la calculette !



Les produits ménagers...



... les produits cosmétiques.