

## Crème hydratante pour les mains



Moyen


🕒 15 min

### Ingrédients :

- 45 ml d'huile d'olive ou de tournesol
- 10 grammes de cire d'abeille en copaux
- (optionnel) : 5 goûtes de conservateur antioxydant (vitamine E ou CO2)
- 10 gouttes d'huile essentielle de bigaradier
- 10 gouttes d'huile essentielle de lavande vraie
- 10 gouttes d'huiles essentielle de citron



### Recette :



1 Verser l'huile et la cire d'abeille dans un bol. Placez le bol au bain-marie m d'eau frémissante maintenue à ébullition et remuez régulièrement au

La Case Quand toute la cire est fondue et que le bol est limpide et homogène, retirez le bol du bain-marie.

3 Hors du feu, ajoutez les huiles essentielles.

4 Laissez tiédir en tournant régulièrement jusqu'à l'obtention d'une crème épaisse et homogène.

5 Transvaser dans un pot à l'aide d'une spatule ou d'une cuillère. C'est prêt !

6 Comme il ne contient pas d'eau, ce baume peut se garder plusieurs mois sans conservateur s'il est fait à base d'huile d'olive. Avec d'autres huiles, il est préférable d'y ajouter un conservateur antioxydant.

7 Appliquez une ou deux fois par jour sur vos mains et faites pénétrer en massant.

## *Lait hydratant peau sèche*



Facile

🕒 5 min



### Ingrédients :

- 50g gel d'aloès
- 50 ml huile de tournesol
- 5 goûtes conservateur antioxydant (vitamine E)
- 20 gouttes d'huile essentielle de lavande vraie
- 20 goûtes d'huile essentielle de petit-grain bigaradier

➤ Mélanger tous les ingrédients

## *Baume à lèvres*

●○○ Facile

🕒 5 min



### Ingrédients :

- 1 cuillère à soupe de beurre de karité
- 2 goûtes de conservateur (vitamine E)
- (optionnel) : 5 goûtes de conservateur antioxydant (vitamine E ou CO2)
- 3 goûtes d'huile essentielle de camomille romaine
- 3 goûtes d'huile essentielle de petit grain bigardier

### Recette :

- ① Faire fondre le beurre de karité au bain marie.
- ② Hors du feu, ajoutez le conservateur et les huiles essentielles en continuant de mélanger.
- ③ Verser immédiatement dans un petit pot.

## *Dentifrice*

●○○ Facile

🕒 5 min



### Ingrédients :

- 1 cuillère à soupe bicarbonate de soude
- 3 cuillères à soupe d'argile blanche
- 5 goûtes d'huile essentielle de menthe ou de citron

### Recette :

- ① Mélanger le bicarbonate de soude et l'argile blanche.
- ② Ajouter un peu d'eau jusqu'à obtenir la consistance idéale.
- ③ Ajouter l'huile essentielle de votre choix.

## *Déodorant*



Moyen

🕒 15 min



### Ingrédients :

- 40 g d'huile de coco
- 10g de cire d'abeille
- 30g de bicarbonate de soude
- 20g d'arrow-root (ou à défaut féculé de maïs)
- 1 à 3 huiles essentielles au choix : palmarosa, lavande fine, sauge sclarée, tea tree ou menthe poivrée.

### Recette :

- 1 Faire fondre l'huile de coco et la cire d'abeille au bain-marie, mélanger et verser dans un pot hermétique, propre et désinfecté.
- 2 Ajouter petit à petit le bicarbonate de soude et l'arrow-root en mélangeant vigoureusement pour éliminer tous les grumeaux.
- 3 Ajouter les huiles essentielles et mélanger à nouveau. Refermer le pot et le placer 10 minutes au réfrigérateur pour solidifier le mélange.

## *Soin piqure de moustiques*

●○○ Facile

🕒 5-10 min

### Ingrédients :

- 1 noisette de gel d'aloès
- 1 goûte d'huile essentielle de menthe poivrée
- 1 goûte de tansie annuelle ou de citronnelle de Java

➤ Mélanger tous les ingrédients



## *Soin piqure de guêpe, abeille, taon, araignée*

●○○ Facile

🕒 5-10 min

### Ingrédients :

- 1 noisette de gel d'aloès
- 1 goûte d'huile essentielle de tansie annuelle
- 1 goûte d'huile de lavande aspic ou camomille romaine

➤ Mélanger tous les ingrédients

