



LES RECETTES

Le Déodorant

Mélanger 15 ml (1 grosse cuillère à soupe) de gel aloe Vera de bonne qualité avec 5 ml (1 cuillère à café) d'hydrolat d'hamamélis ou de rose, 1 grosse pincée de bicarbonate de soude alimentaire. Si vous souhaitez un parfum vous pouvez ajouter à ce mélange une huile essentielle (5 à 12 gouttes maximum) qui sera mélangé avec de l'huile végétale de noyau d'abricot par exemple.

Se conserve à température quelques semaines.

Ustensiles et produits pour cette recette :

- 1 roll on de 15 ml dans lequel l'hydrolat a été versé.
- 1 flacon de gel aloe Vera pour réaliser les 2 recettes
- 1 pot contenant du bicarbonate de soude alimentaire
- 1 seringue pour doser l'aloé Vera

Le lait nettoyant pour le visage

Mélanger dans un récipient type bouteille d'eau minérale ou de préférence bouteille en verre (contenant du jus de fruit) 12 cuillerées à soupe d'aloé Vera avec 10 cuillerées à soupe de lait entier bio. Rajouter si vous le souhaitez quelques gouttes d'huiles essentielles de niaouli ou de lavandin. Secouer fortement ce mélange à conserver au frais 3 semaines.

Ustensiles et produits pour cette recette :

- 1 flacon de gel aloe Vera
- 1 petite bouteille en verre (ou en plastique) à vous procurer à la maison
- Du lait entier bio à acheter

Conseils et précautions d'emploi :

Les huiles essentielles se mélangent dans de meilleures conditions avec les huiles végétales. Attention elles sont à utiliser avec beaucoup de précaution en petites quantités. Totalement déconseillées pour les femmes enceintes. C'est pourquoi le Comité de Sensibilisation les utilise très peu dans ses propositions de recettes de cosmétiques ou produits ménagers.

Les hydrolats de fleurs sont des eaux florales. C'est le même produit avec deux appellations différentes.

Tous vos ustensiles nécessaires aux recettes (bol en verre ou céramique, fouet, contenant) doivent être nettoyés avec de l'alcool ménager au préalable.

Propriétés des

L'aloé Vera est :

- Excellent hydratant pour les couches supérieures de la peau
- Il apporte à la peau les vitamines et oligo-éléments essentiels à son élasticité
- Réparateur cutané, il stimule la réparation de la peau et prend soin des peaux sujettes à rougeurs.
- Apaisant, il soulage les peaux sujettes à irritations et démangeaisons.
- Purifiant, il possède une activité assainissant qui lui permettant de réaliser des produits nettoyants.
- Il est réputé pour atténuer les taches brunes et retarder leur apparition sur les mains et le visage

L'hydrolat d'hamamélis est astringent, tonique et purifiant et aide à prévenir la transpiration et les mauvaises odeurs.

Le bicarbonate de soude pour la peau est asséchant, antiseptique, anti-inflammatoire et limite la sécrétion de sébum.

Pour suivre notre actualité et nos actions :

www.preventiondepistagecancers12.fr



Comité de sensibilisation



FAITES UN DON !