

Sommaire

Se lancer dans la cosmétique maison	6
Précautions	7
Cosmétique végétane	8
Les ingrédients	14
Recette de base : la base lavante	16

COSMÉTIQUES POUR LE VISAGE

Soin contour des yeux	18
Sérum toutes peaux à l'aloë vera	20
Baume à lèvres	22
Masque apaisant	24
Crème bonne mine teintée	26
Soin du barbu	28
Soin après-rasage	30
Soin biphasé	32
Lait démaquillant	34
Élixir de nuit	36
Gommage tout doux	38

COSMÉTIQUES POUR LE CORPS

Gommage corporel	40
Savon végétal	42
Crème de douche	44
Baume à tout faire	46
Déodorant crème	48
Crème réparatrice	50
Crème pour les mains	52
Cérat Galien végétal	54
Huile de massage relaxante	56
Douche 3 en 1 pour Monsieur	58
À la douche les lutins !	60

COSMÉTIQUES POUR LES CHEVEUX

Shampooing crème toutes chevelures	62
Shampooing solide	64
Shampooing pour les lutins	66
Après-shampooing cheveux normaux	68
Soin réparateur	70
Masque minute pour la pousse	72



CRÈME BONNE MINE TEINTÉE

DIFFICULTÉ :   | CONSERVATION : 3 mois

Cette crème vous apportera une mine radieuse par sa richesse en ingrédients idéaux pour le teint, et par sa légère coloration.

Ingrédients pour 30 g

Mélange d'oxydes 3 %	0,9 g
Colorants :	
Oxyde rose	
Oxyde brun clair	
Oxyde jaune	
Oxyde de zinc	
Eau déminéralisée 64,2 %	19,3 g
Glycérine végétale 5 %	1,5 g
Huile végétale de carotte 10 %	3 g
Huile végétale d'abricot 10 %	3 g
Olivem 6 %	1,8 g
Actif concentré	
Éclat et Lumière 1 %	0,3 g
Conservateur Cosgard 0,8 %	0,24 g

Matériel

Petit bol en verre ou en inox
Balance de précision
Mini fouet
Spatule

Contenant : privilégiez autant que possible un contenant de type « airless » afin de protéger au maximum votre cosmétique.

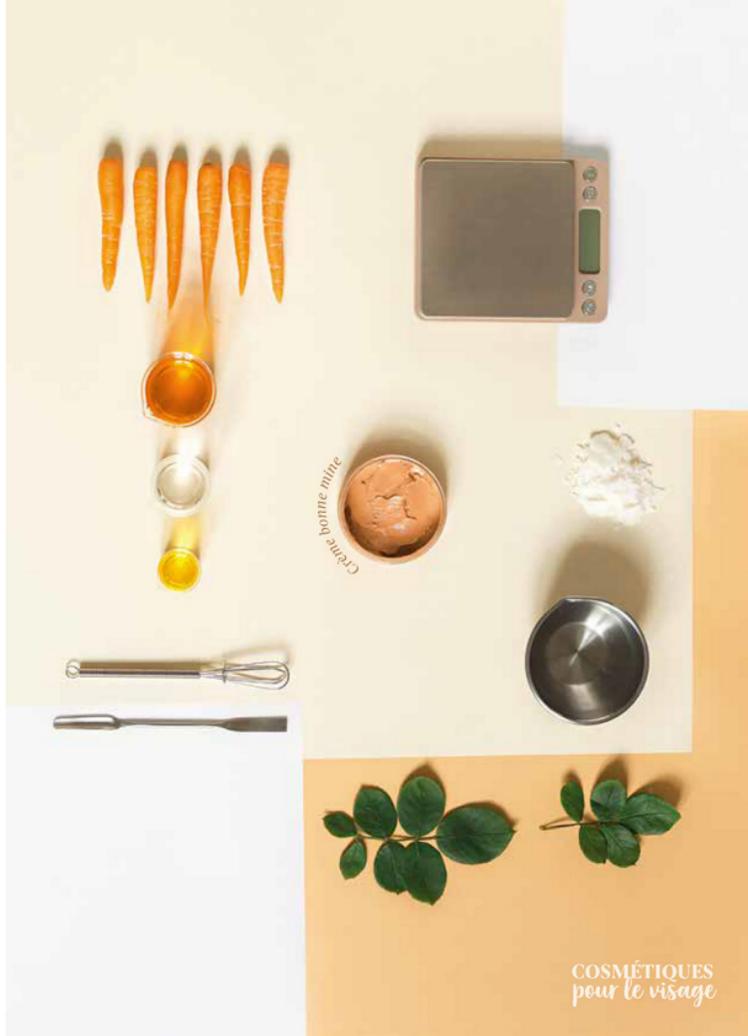
Fabrication

Nettoyez soigneusement votre matériel et désinfectez-le.

Mélangez les différents oxydes jusqu'à obtenir une couleur proche de votre carnation. Ajoutez l'eau et la glycérine. Ajoutez ensuite les huiles végétales et l'Olivem. Placez au bain-marie. À fonte totale de l'Olivem, agitez avec votre mini-fouet. À froid, ajoutez votre actif, ainsi que le conservateur. Mélangez soigneusement.

Utilisation

Appliquez le matin en remplacement de votre crème de jour !



HUILE DE MASSAGE RELAXANTE

DIFFICULTÉ :  | CONSERVATION : 6 mois

Rien de tel qu'un bon massage pour se relaxer.

Le macérat d'arnica et les huiles essentielles permettent de détendre à la fois le corps et l'esprit.

Ingrédients pour 50 g

Huile de macadamia 60 %	30 g
Macérat d'arnica 38 %	19 g
Huile essentielle de petit grain bigarade 1%	0,5 g <i>soit environ 14 gouttes</i>
Huile essentielle d'orange douce 1%	0,5 g <i>soit environ 14 gouttes</i>

Matériel

Petit bol en verre ou en inox
Balance de précision
Mini fouet
Spatule
Contenant : bouteille

Fabrication

Nettoyez soigneusement votre matériel et désinfectez-le.

À froid, mélangez votre huile de macadamia et le macérat d'arnica. Ajoutez les huiles essentielles. Mélangez.
Mettez dans votre contenant.

Utilisation

Faites chauffer l'huile dans vos mains et appliquez. Pratiquez un massage léger pour profiter au mieux de ce moment de détente.

