

# LE DENTIFRICE MAISON

## Les ingrédients

- 2 cs d'argile blanche ou verte surfine
- ½ cc de bicarbonate de soude alimentaire
- 1 verre d'eau
- 2 gouttes d'huile essentielle au choix (menthe, citron ou tea tree)



## Les ustensiles

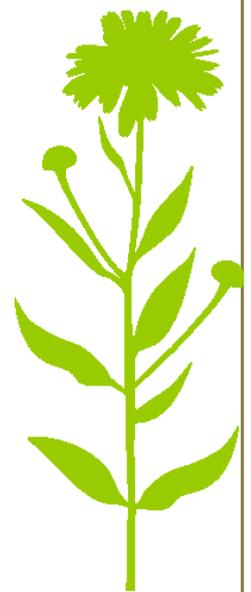
- Une cuillère / un fouet
- Un récipient hermétique
- Un bol



1. Dans un bol mélanger l'**argile blanche ou verte surfine** (c'est un abrasif doux, elle est assainissante, elle neutralise l'acidité et épaisse la pâte de dentifrice) avec le **bicarbonate de soude** (abrasif doux il nettoie les dents, il les blanchit et il neutralise l'acidité de la bouche et les bactéries). Pour rendre le mélange un peu moins abrasif il est possible de passer le tout au mortier.

2. Ajouter l'**eau** progressivement en remuant jusqu'à obtenir une pâte lisse semblable à celle du dentifrice habituel.

3. Puis ajouter **2 gouttes d'huile essentielle** au choix. La menthe est un incontournable et apporte une haleine agréable et fraîche, le citron est aussi intéressant pour la bonne haleine. Quant au tea tree c'est un antibactérien.



Attention si vous avez des enfants de moins de 6 ans ne pas utiliser d'huiles essentielles mais vous pouvez leur ajouter quelques gouttes d'arômes (naturels si possible).

# LE DENTIFRICE MAISON

## Les ingrédients

- 2 cs d'argile blanche ou verte surfine
- ½ cc de bicarbonate de soude alimentaire
- 1 verre d'eau
- 2 gouttes d'huile essentielle au choix (menthe, citron ou tea tree)



## Les ustensiles

- Une cuillère / un fouet
- Un récipient hermétique
- Un bol



1. Dans un bol mélanger l'**argile blanche ou verte surfine** (c'est un abrasif doux, elle est assainissante, elle neutralise l'acidité et épaisse la pâte de dentifrice) avec le **bicarbonate de soude** (abrasif doux il nettoie les dents, il les blanchit et il neutralise l'acidité de la bouche et les bactéries). Pour rendre le mélange un peu moins abrasif il est possible de passer le tout au mortier.

2. Ajouter l'**eau** progressivement en remuant jusqu'à obtenir une pâte lisse semblable à celle du dentifrice habituel.

3. Puis ajouter **2 gouttes d'huile essentielle** au choix. La menthe est un incontournable et apporte une haleine agréable et fraîche, le citron est aussi intéressant pour la bonne haleine. Quant au tea tree c'est un antibactérien.



Attention si vous avez des enfants de moins de 6 ans ne pas utiliser d'huiles essentielles mais vous pouvez leur ajouter quelques gouttes d'arômes (naturels si possible).

# Conditions de réalisation des recettes de cosmétique "Maison"

## HYGIÈNE IRRÉPROCHABLE EN 3 POINTS

Tous les produits cosmétiques contenant une phase aqueuse sont très sensibles aux pollutions par des bactéries et des champignons. Il est donc indispensable de respecter une hygiène parfaite dans la confection des préparations "maison" contenant de l'eau et/ou des hydrolats, notamment en respectant ces quelques règles :

**1 - Lavez-vous soigneusement les mains avant de commencer votre préparation cosmétique.**

Afin de minimiser les contacts avec la crème ou le lait, nous vous conseillons l'utilisation des flacons pompes aux pots.

**2 - Désinfectez systématiquement les ustensiles et contenants allant être utilisés :** soit en les passant 10 minutes à l'eau bouillante puis en les séchant soigneusement avec un linge propre, soit en les rinçant à l'alcool de pharmacie puis en les laissant sécher à l'air libre.

**3 - Conservez votre préparation au frais et utilisez-la dans un délai d'un mois.**

Utilisez des "conservateurs naturels" comme l'extrait de pépins de pamplemousse ou certaines huiles essentielles.

Soyez attentif : si vous observez un changement d'odeur ou d'aspect, n'utilisez plus le produit.

## PRECAUTIONS GENERALES A PRENDRE

- La confection de crèmes ou baumes nécessite parfois des chauffes importantes de certaines phases ou matières premières. Les précautions d'usage doivent être respectées pour éviter brûlures et projections. Il est conseillé de porter gants et lunettes de protection.
- Vos ingrédients et produits finis doivent être soigneusement étiquetés et tenus hors de portée des enfants.
- Dans le cas où vos préparations contiennent de l'alcool, soyez très prudent lors de sa manipulation. En cas de contact avec les yeux, rincez abondamment et longuement à l'eau. L'alcool est fortement inflammable : manipulez l'alcool loin de toute flamme et de toute source incandescente. L'alcool peut-être irritant pour les voies respiratoires : manipulez l'alcool dans un local aéré.
- Certains ingrédients peuvent présenter un risque d'allergie chez des personnes sensibles : faites toujours un test préalable de 48H dans le pli du coude pour vérifier qu'aucune réaction n'apparaît avant d'utiliser vos produits.
- Ces recettes sont des exemples d'utilisation. Ces illustrations ne sauraient en aucun cas engager notre responsabilité.

# Conditions de réalisation des recettes de cosmétique "Maison"

## HYGIÈNE IRRÉPROCHABLE EN 3 POINTS

Tous les produits cosmétiques contenant une phase aqueuse sont très sensibles aux pollutions par des bactéries et des champignons. Il est donc indispensable de respecter une hygiène parfaite dans la confection des préparations "maison" contenant de l'eau et/ou des hydrolats, notamment en respectant ces quelques règles :

**1 - Lavez-vous soigneusement les mains avant de commencer votre préparation cosmétique.**

Afin de minimiser les contacts avec la crème ou le lait, nous vous conseillons l'utilisation des flacons pompes aux pots.

**2 - Désinfectez systématiquement les ustensiles et contenants allant être utilisés :** soit en les passant 10 minutes à l'eau bouillante puis en les séchant soigneusement avec un linge propre, soit en les rinçant à l'alcool de pharmacie puis en les laissant sécher à l'air libre.

**3 - Conservez votre préparation au frais et utilisez-la dans un délai d'un mois.**

Utilisez des "conservateurs naturels" comme l'extrait de pépins de pamplemousse ou certaines huiles essentielles.

Soyez attentif : si vous observez un changement d'odeur ou d'aspect, n'utilisez plus le produit.

## PRECAUTIONS GENERALES A PRENDRE

- La confection de crèmes ou baumes nécessite parfois des chauffes importantes de certaines phases ou matières premières. Les précautions d'usage doivent être respectées pour éviter brûlures et projections. Il est conseillé de porter gants et lunettes de protection.
- Vos ingrédients et produits finis doivent être soigneusement étiquetés et tenus hors de portée des enfants.
- Dans le cas où vos préparations contiennent de l'alcool, soyez très prudent lors de sa manipulation. En cas de contact avec les yeux, rincez abondamment et longuement à l'eau. L'alcool est fortement inflammable : manipulez l'alcool loin de toute flamme et de toute source incandescente. L'alcool peut-être irritant pour les voies respiratoires : manipulez l'alcool dans un local aéré.
- Certains ingrédients peuvent présenter un risque d'allergie chez des personnes sensibles : faites toujours un test préalable de 48H dans le pli du coude pour vérifier qu'aucune réaction n'apparaît avant d'utiliser vos produits.
- Ces recettes sont des exemples d'utilisation. Ces illustrations ne sauraient en aucun cas engager notre responsabilité.