

LE SAVON EXFOLIANT AU MARC DE CAFE

Les ingrédients

- 20g de savon solide (savon de Marseille, d'Alep ...)
- Une cuillère à café de marc de café
- Des fragrances ou colorants naturels si désirés.



Les ustensiles

- Une cuillère / un fouet
- Une casserole
- Une balance
- Un économe
- Un moule en silicone



1. Dans une vieille casserole râper à l'aide d'une râpe ou d'un économe **20g de savon solide**.

2. Faire chauffer le savon à feu très doux. Attention ne pas le faire fondre totalement sinon il sera trop liquide et lors du séchage tous les grains vont se retrouver au fond du savon uniquement. Certains savons nécessitent l'ajout d'eau pour se liquéfier.

3. Quand le savon devient pâteux bien le mélanger pour obtenir une consistance homogène.

4. Ajouter le **marc de café**.

5. On peut à ce moment ajouter quelques gouttes **de fragrances ou de colorants naturels**.

6. Mélanger jusqu'à obtention d'un mélange homogène.

7. Couler la préparation dans un moule en silicone et laisser refroidir.



LE SAVON EXFOLIANT AU MARC DE CAFE

Les ingrédients

- 20g de savon solide (savon de Marseille, d'Alep ...)
- Une cuillère à café de marc de café
- Des fragrances ou colorants naturels si désirés.



Les ustensiles

- Une cuillère / un fouet
- Une casserole
- Une balance
- Un économe
- Un moule en silicone



1. Dans une vieille casserole râper à l'aide d'une râpe ou d'un économe **20g de savon solide**.

2. Faire chauffer le savon à feu très doux. Attention ne pas le faire fondre totalement sinon il sera trop liquide et lors du séchage tous les grains vont se retrouver au fond du savon uniquement. Certains savons nécessitent l'ajout d'eau pour se liquéfier.

3. Quand le savon devient pâteux bien le mélanger pour obtenir une consistance homogène.

4. Ajouter le **marc de café**.

5. On peut à ce moment ajouter quelques gouttes **de fragrances ou de colorants naturels**.

6. Mélanger jusqu'à obtention d'un mélange homogène.

7. Couler la préparation dans un moule en silicone et laisser refroidir.



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.

Conseils tirés du site Aroma-zone

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.

Conseils tirés du site Aroma-zone