



LA RECETTE DU LINIMENT

Cette recette vous est proposée par Camille



Afin d'économiser le papier, vous pouvez scanner et enregistrer ce document à l'aide de votre téléphone

INGRÉDIENTS

- 100 ml d'eau de chaux (mélange filtré de chaux - poudre calcaire - et d'eau que l'on peut acheter en pharmacie ou en magasin bio - Bien sûr, cela n'a RIEN A VOIR avec la chaux vive (non, vous ne pourrez pas vous en servir pour vous débarrasser de votre belle-mère), c'est donc sans danger pour la peau)
- 100 ml(*) huile d'olive bio (ou huile d'amande douce, ou huile de noyau d'abricot, ou huile de tournesol), première pression à froid . Attention toutefois, l'huile d'amande douce peut être comédogène (provoquer des points noirs) et l'huile de noyau d'abricot peut être allergène.
- 5 gr de cire d'abeille (elle est facultative. Elle sert à stabiliser le liniment pour qu'il ne se déphase pas. Si vous n'en mettez pas, il faudra simplement bien secouer votre liniment avant chaque usage). La cire d'abeille se trouve en magasin bio en petites «pastilles» dans des sachets papier. On la trouve aussi facilement chez un producteur de miel (sur les marchés ou en boutique), en petite plaquette (souvent pour faire les bougies)... Sans emballage et en petite quantité, donc zéro gaspillage

()Concernant les quantités indiquées : rappelez-vous que l'important, c'est simplement de faire moitié eaux de chaux/moitié huile végétale*

PRÉPARATION

- Dans un petit récipient, faire fondre au bain marie la cire dans l'huile
- Hors du feu, ajoutez l'eau de chaux en mélangeant avec un fouet désinfecté au préalable
- Si vous en faites une quantité importante, vous pouvez ajouter 5 gouttes d'EPP (Extrait de pépin de pamplemousse) qui est un conservateur naturel.
- Passer au mixeur ou mettre en bouteille et secouer très fort
- Transvasez votre liniment dans un pot désinfecté au préalable (passé à l'eau bouillante pendant 10 minutes ou à l'alcool à 70°). Vous pouvez noter la date de fabrication sur une petite étiquette pour vous souvenir

Normalement, votre liniment maison peut tenir quelques mois sans conservateur, si tous vos ustensiles ont bien été désinfectés, selon la chaleur extérieure, etc. Si vous avez un doute, dans un premier temps, ne pas faire une grosse quantité pour voir l'utilisation qu'on en a...

Ce liniment sert aux fesses de bébé, à le débarbouiller, à hydrater les peaux atopiques, voire enduire les croûtes de lait pour qu'elles sèchent plus facilement. Une fois les fesses de bébé nettoyées avec ce liniment, vous pouvez lui passer un peu d'hydrolat apaisant (camomille, fleur d'oranger, lavande, eau de rose) pour parfaire sa toilette

Il peut également servir de démaquillant pour maman (selon le type de peau), d'huile de massage pour maman (et papa), et peut même être utilisé pour les peaux ayant de l'eczéma.

Autre solution, si vous ne voulez pas vous embêter à fabriquer votre liniment maison : laver les fesses de votre bébé à l'eau + savon de Marseille avec des lingettes lavables ou un gant, bien sécher, et passer un peu d'huile après (huile d'olive, huile de calendula, voire beurre de karité).

ENGAGEZ-VOUS POUR LE DÉVELOPPEMENT D'UNE SOCIÉTÉ ZÉRO DÉCHET, ZÉRO GASPILLAGE

NOS MISSIONS

L'association Zéro Déchet Touraine est née en Janvier 2017 de la volonté d'un groupe de personnes souhaitant échanger leurs bonnes pratiques du Zéro Déchet, zéro gaspillage, et partager ces dernières avec le plus grand nombre. Cette association est née du collectif de citoyens zéro déchet 37, qui agit depuis 2015 pour réduire les déchets à la source en Touraine (Tours, Chinon, Amboise, Loches, Sainte-Maure-de-Touraine, Château-Renault...)



SENSIBILISER ET INFORMER

Animer conférences et ateliers pour réduire nos déchets



ACCOMPAGNER

Aider les organisateurs d'événements à mieux gérer leurs déchets



SOUTENIR

Soutenir les acteurs socio-économiques locaux pour la prévention des déchets

- Défendre les intérêts des citoyens, des consommateurs, des usagers et des contribuables dans le domaine de la gestion des déchets et de la préservation de l'environnement.
- Organiser des ateliers et des temps d'échange (compostage, fabrication de produits maison, informations sur les déchets)
- Mener des actions de sensibilisation
- Accompagner les organisateurs d'événements éco-responsables.
- Apporter son soutien aux acteurs socio-économiques engagés localement pour la prévention des déchets et fera connaître leurs initiatives, notamment par le biais de son site internet

POUR ALLER PLUS LOIN

Pour connaître les missions de l'association Zéro Déchet Touraine et s'informer sur la thématique des déchets, rendez-vous sur :

www.zerodechettouraine.org



Scannez
et découvrez !

Ou téléchargez
notre Bulletin
d'adhésion

