Catalogue Recettes cosmétiques maison !

Peachy

x

créateur de liens

l'Atelier

@peachy_life_beauty



Réaliser ses propres cosmétiques maison avec ce qu'il y'a dans votre cuisine ...
C'est possible !

Masques visage, cheveux, maquillage, shampoing sec...

Voici une liste de recettes pour prendre soin de vous et de la planète à petits prix !



x

Fabrication de cosmétiques spécial Cuisine

On ouvre ses placards et son frigo !



Soins du visage

- Gommage nourrissant
- Démaquillant express
- Masque hydratant
- Masque peaux mixtes & grasses
- Masque visage peaux sèches

Gommage nourrissant

Ce gommage nourrissant est idéal pour enlever toutes les cellules mortes et retrouver une peau nette et douce. Vous pouvez utiliser ce gommage 1 à 2 fois par semaine.

Ingrédients :

- 2 cuillères à soupe d'Huile d'olive ou Huile d'Amande douce
- 2 cuillères à soupe de Miel
- 2 cuillères à soupe de Sucre

Mélangez le tout dans un bol.
Mouillez légèrement vos doigts pour que la préparation accroche sur vos mains et badigeonnez-vous le visage en mouvements circulaires.
Laissez poser quelques minutes et rincez à l'eau claire.

S'il vous reste du produit vous pouvez le conserver au réfrigérateur pendant 1 semaine.

Démaquillant express

Ce démaquillant est très simple à réaliser ! De l'eau, de l'huile et c'est parti !

Ingrédients :

- 50 ml d'eau minérale bouillie
- 50 ml d'huile d'olive vierge extra (bio de préférence).
- un flacon de 100 ml propre

Si vous n'en avez pas, vous pouvez recycler un flacon de démaquillant en le lavant bien à l'eau et au savon ou en achetez-un.

Faites bouillir 50 ml d'eau minérale dans une casserole.
Attendez qu'elle refroidisse et versez l'eau dans le flacon.
Versez 50 ml d'huile d'olive dans le flacon.
Secouez fortement avant l'utilisation.

Et voilà un démaquillant 100% naturel et économique !
Si vous le souhaitez vous pouvez rajouter quelques gouttes d'huile essentielle (5 gouttes max) pour ajouter un doux parfum à votre produit (ex : camomille, jasmin, géranium, citron ...)

Masque hydratant

Ce masque hydratant se réalise avec des produits du frigo ! Et oui, les aliments ont aussi des vertus parfois méconnues pour notre peau et peuvent être utilisés pour fabriquer des soins express.

Ingrédients :

- 1 bout de banane bien mûre
- 1 cuillère à soupe de miel
- 1 yaourt nature

Écrasez la banane dans un bol, ajoutez le miel et le yaourt.
Mélangez le tout et appliquez sur votre visage à l'aide d'un pinceau ou avec vos mains.
Laissez reposer 10 minutes et rincez-vous le visage.

Masque peaux mixtes et grasses'

Ce masque encore plus surprenant convient aux peaux mixtes (c'est à dire "normales" pas trop sèches ni trop grasses) mais aussi aux peaux grasses. Avec seulement deux ingrédients obtenez un masque visage pour resserrer vos pores, lisser votre grain de peau et retrouver votre éclat.

Ingrédients :

- 1 blanc d'oeuf
- 1 cuillère à café de jus de citron

Mélangez le tout dans un bol, étalez la préparation sur votre visage à l'aide d'un pinceau ou de vos mains.
Laissez sécher 5 à 10 mn et rincez à l'eau claire.

Masque visage peaux sèches

Peachy n'oublie pas les peaux sèches ! Ce masque est idéal pour nourrir votre peau en profondeur grâce aux effets nourrissants de l'avocat et de la crème fraiche !

Ingrédients :

- 1 avocat bien mûr
- 1 cuillère à soupe de jus de citron
- 2 cuillères à soupe de crème fraiche

Mélangez le tout dans un bol, étalez la préparation sur votre visage à l'aide d'un pinceau ou de vos mains.
Laissez poser 20 mn et rincez à l'eau claire.





Soins des cheveux

- Masque cheveux à l'avocat
- Shampoing sec

Masque cheveux à l'avocat

Encore l'avocat ! Cet ingrédient magique ne nourrit pas que la peau, il a de nombreux effets bénéfiques pour sublimer votre chevelure.

Ingrédients :

- 1 avocat bien mûr
- 3 cuillères à soupe de jus de citron

Etalez sur la totalité de votre chevelure, en particulier sur les racines
Enroulez vos cheveux dans une serviette chaude et laissez poser 30 mn puis lavez vous les cheveux avec votre shampoing habituel.

Shampoing sec naturel '

Vous avez les cheveux un peu gras mais pas le temps de faire un shampoing ? Pas de panique, nous avons la solution pour vous. Ultra économique et simple à réaliser, il vous suffit de fouiller dans votre cuisine pour dégoter un petit peu de farine !

Ingrédients :

- Farine fine ou fécule de maïs
- 1 brosse à cheveux

Saupoudrez vos cheveux de farine ou fécule de maïs sur les racines et brossez-vous les cheveux ! C'est aussi simple que ça !



Cosmétiques & Hygiène

- Rouge à lèvre naturel
- Dentifrice

Rouge à lèvre naturel

Une recette encore bien étonnante ... Envie d'avoir les lèvres rosées ? Appliquez tout simplement du jus de betterave sur vos lèvres ! Ce colorant naturel va leurs donner une jolie couleur. Vous pouvez recommencer l'opération plusieurs fois jusqu'à obtenir le rendu que vous souhaitez.

Ingrédients :

- Jus de bettrave

Dentifrice

Vous souhaitez remplacer votre dentifrice actuel par un dentifrice naturel qui exploite les bienfaits du bicarbonate de soude sur les dents ?

Il permet d'assainir la bouche et d'obtenir un nettoyage en profondeur : il dissout les résidus alimentaires, permet de réduire la formation de tartre et de rééquilibrer le pH de la bouche et d'avoir les dents blanches. Voici une recette simple !

Ingrédients :

- 8 gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée
- 1 cuillère à soupe de bicarbonate de soude
- 3 cuillères à soupe d'argile blanche

Mélangez 8 gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée à une cuillère à soupe de bicarbonate de soude.
Ajoutez ensuite 3 cuillères à soupe d'argile blanche en poudre.
Mélangez doucement jusqu'à obtenir une pâte fluide.

Appliquez ce dentifrice sur votre brosse à dent humide et vous obtiendrez un dentifrice naturel, purifiant et blanchissant. Vous pouvez le conserver une semaine, voir deux semaines si vous le placez au réfrigérateur.



Recettes petit budget

- Savon Maison
- Crème hydratante maison
- Gommage maison
- Masque cheveux démêlant maison

Peachy x Atelier créateur de liens

Les ingrédients multi-usages

- Huile Amande douce 100 ml = 5,20 €
- Huile de coco 100 ml = 3,70€
- Actif cosmétique Protéine de riz 30ml = 3,20 €
- Fragrance cosmétique à la pêche 5ml = 3,50 €
- Poudre de rose musquée 30 g = 3,90

Les bases neutres

- Base savon melt aloe vera 500g = 5,90 €
- Crème jeunesse 100 ml = 6 €
- Masque cheveux 200 ml = 5,50 €



Pour un investissement de 35 euros vous pouvez réaliser TOUS ces produits plusieurs fois !

Détails

- Protéine de riz : avec 1 flacon, vous pouvez réaliser 3 fois le savon, le masque et la crème hydratante
- Huile d'amande douce : avec 1 flacon, vous pouvez réaliser 12 fois les 4 produits
- Huile de coco : avec 1 flacon, vous pouvez réaliser 20 fois le savon, et le masque
- Fragrance à la pêche : avec 1 flacon, vous pouvez réaliser tous tes produits une fois
- Base savon : avec 1 pot vous pouvez réaliser 5 savons
- Crème jeunesse : avec 1 flacon vous pouvez réaliser 1 crème et 1 gommage
- Masque cheveux : vous pouvez réaliser 1 masque cheveux mais qui dure très longtemps.
- Poudre de rose musquée : avec un pot vous pouvez réaliser 10 fois le gommage

Fourchette de prix dans le commerce

- Fourchette de prix d'un gommage : 5- 15 €
- Fourchette de prix d'un masque cheveux : 3- 15 €
- Fourchette de prix d'un savon : 7 à 9 €
- Fourchette de prix d'une crème hydratante : 6 - 17 €

Vous l'avez compris, en réalisant vos propres cosmétiques, vous pouvez non seulement faire des grosses économies mais surtout, consommer des produits naturels et bons pour la planète en réduisant vos déchets plastiques.

Avec 35 euros vous pouvez acheter tous les ingrédients essentiels à la réalisation de ces produits et les refaire plusieurs fois. Avec cette même somme dans le commerce, vous ne pourrez vous offrir qu'une seule fois ces quatre produits.

Astuces : pour les contenants vous pouvez utiliser des petits pots d'anciens cosmétiques, des pots de confitures ou alors des moules à muffin pour vos savons. Vous pouvez aussi en acheter sur des sites comme Aroma-zone ou Joli'essence, qui en vendent à bas prix.

Savon maison

Réaliser son propre savon c'est, simple, rapide et très satisfaisant. En plus d'être économique, Vous pouvez personnaliser vos savons en fonction de vos goûts !

Le tout est d'avoir les ingrédients de base : une base savon, une huile végétale, un ou plusieurs actifs cosmétiques et une fragrance ou huile essentielle pour le parfum.

Voici une idée de recette simple, pour un savon hydratant et nourrissant :

Ingrédients :

- 100 ml de base savon melt aloe vera
- 3 ml d'huile amande douce
- 80 gouttes de protéine de riz
- 42 gouttes de fragrance pêche
- Moule à savon 100g

Vous pouvez remplacer l'huile d'amande douce par une huile de noyau d'abricot, moins chère et qui est parfaite pour assouplir et régénérer la peau surtout lorsqu'elle est sèche.

Pour le parfum, vous pouvez aussi choisir la senteur qui vous convient le mieux. Plein de fragrances sont disponibles sur différents sites comme Aroma-zone, Joli'essence ou aromateasy. Si vous préférez les huiles essentielles, vous pouvez aussi choisir d'en utiliser dans vos savon. Le + de l'huile essentielle est qu'elle possède de nombreuses vertus.

Réalisation

1- Faire fondre la base savon au bain marie
2-Mélangez dans un bol a part les autres ingrédients (huiles, protéine de riz et fragrance)
3- Lorsque que la base savon est fondue, ajoutez vite le mélange et remuez rapidement pour homogénéiser le tout
4- Coulez le mélange dans un moule à savon et attendez quelques heures pour démouler.

Conservation 6 mois

3,50 €

Crème hydratante

Réaliser sa crème maison permet de savoir ce que l'on met dedans, dire au revoir au substances chimiques et aux contenants plastiques. En seulement 10 mn vous pouvez réaliser une crème hydratante ultra efficace pour votre routine beauté.

Ingrédients :

- 50 ml de crème jeunesse (base neutre Aroma-zone)
- 2 ml d'huile amande douce ou noyau d'abricot
- 48 gouttes de protéine de riz
- 12 gouttes de fragrance pêche
- un petit pot ou tube de 50 ml

Réalisation

1- Mélangez tous les ingrédients dans un bol dans l'ordre.
2 Transvasez votre mélange dans votre contenant.

Vous pouvez utiliser un ancien petit pot de crème, un ancien tube, ou acheter un contenant pas cher sur internet. Vous pourrez, à chaque nouvelle réalisation, réutiliser ce contenant et ainsi de réduire vos déchets plastiques.

Conservation 6 mois

3,65 €



Gommage maison

La recette du gommage et l'une des plus rapide et facile à réaliser ! 4 ingrédients, on mélange tout et c'est terminé !
Vous pouvez réaliser ce gommage 2 à 3 fois par semaine. Son grain doux est idéal pour les peaux sensibles et n'agresse pas du tout la peau.

Ingrédients :

- 50 ml de crème jeunesse (base neutre Aroma-zone)
- 1 ml d'huile amande douce ou noyau d'abricot
- 2 petites cuillères à café de poudre de rose musquée
- 8 gouttes de fragrance pêche
- un petit pot ou tube de 50 ml

Réalisation

1- Mélangez tous les ingrédients dans un bol dans l'ordre.
2 Transvasez votre mélange dans votre contenant.

Là aussi vous pouvez utiliser un ancien petit pot de crème, ou acheter un contenant pas cher sur internet.

Conservation 6 mois

3,74 €



Masque cheveux maison

Ce masque cheveux maison, permet de démêler les cheveux mais aussi de les nourrir grâce aux trois huiles végétales. L'huile d'amande douce va sublimer et adoucir la chevelure, l'huile de coco va les nourrir en profondeur et l'huile de ricin stimule la pousse de cheveux. Il s'applique sous la douche sur toute ta longueur, en laissant poser une à deux minutes. Pour un effet plus intense, utilisez-le 1 à 2 fois par semaine en l'appliquant sur les racines et la longueur en laissant poser 1 à 2 heures.

Ingrédients :

- 200 ml de masque cheveux (base neutre Aroma-zone)
- 1 cuillère à café d'huile amande douce , d'huile de coco (et d'huile de ricin, facultative)
- 80 gouttes de protéine de riz
- 34 gouttes de fragrance pêche
- un petit pot de 200 ml

Réalisation

1- Mélangez tous les ingrédients dans un bol dans l'ordre.
2 Transvasez votre mélange dans votre contenant.

Là aussi vous pouvez utiliser un ancien petit pot de crème, ou acheter un contenant pas cher sur internet.

Conservation 12 mois

6,74 €

Le coût de fabrication peut paraître cher mais en réalité, ce masque peut durer jusqu'à dix mois avec une utilisation quasi quotidienne



Recettes petit budget pour les hommes

- Mousse à raser
- Parfum eau de Cologne

Pecky x l'Atelier créateur de liens

Mousse à raser hydratante et protectrice

Ingrédient :

- 80 g de beurre végétal (karité, cacao)
- 65 g d'huile végétale (noisette, amande douce, olive, etc.)
- 80 g d'huile de coco
- Quelques gouttes d'huiles essentielles pour apporter un parfum à votre mousse si vous le souhaitez.
- Une cuillère à soupe de savon naturel liquide (Marseille, Alep…)
- Un bol
- Une casserole
- Un fouet
- Un batteur électrique
- Un bocal en verre hermétique

Réalisation

- Faire fondre le beurre végétal et l'huile de coco (si celle-ci est solide).Placez-les dans une casserole et mettez-les sur le feu quelques minutes, sans les faire bouillir.
- Versez le mélange dans un bol, puis ajoutez les huiles végétales choisies.
- Mélangez au fouet jusqu'à obtenir un mélange crémeux. Vous pouvez ajouter les huiles essentielles à cette étape si vous souhaitez en mettre.
- Placez le mélange au frigo pendant une petite heure jusqu'à ce que le mélange se solidifie un peu plus.
- Après ce laps de temps, sortez le bol et battez vigoureusement au batteur électrique pour rendre la mousse plus aérienne et onctueuse. C'est le moment d'ajouter le savon liquide de votre choix, tout en continuant de battre.
- Après quelques minutes, vous obtenez la consistance d'une crème chantilly.
- Transférez votre mousse à raser dans un bocal en verre hermétique pour la conserver à température ambiante (surtout pas au frais, elle se solidifierait). Vous pourrez alors l'utiliser durant 2 ou 3 semaines.Appliquez-la comme n'importe quelle mousse à raser. Il se peut qu'elle mousse moins, cela est normal, il n'y a pas d'ajout d'agent moussant dedans. Cependant, elle sera plus efficace pour votre peau. Il est conseillé de l'appliquer au blaireau pour plus de praticité.

Parfum eau de Cologne

Ingrédients :

- Un contenant vaporisateur

Phase A

- Alcool de pharmacie 70° (ou vodka) 41 ml
- Huile essentielle Citron BIO 1 ml
- Huile essentielle Orange douce BIO 1.5 ml
- Huile essentielle Lavande vraie BIO 16 gouttes

Phase B

- Hydrolat Fleurs d'Oranger BIO 7 ml

Réalisation

- Transférez la PHASE A dans un bol, mélangez.Ajoutez la PHASE B dans la PHASE A, ingrédient par ingrédient.
- Mélangez entre chaque ajout.Transférez la préparation dans votre contenant.

1-3€



Retrouvez toutes mes recettes maison, conseils beauté, découverte de produits bio sur :

Peachy_life_beauty

Peachylifebeauty

PeachyLifeBeauty

http:// axelledlb.wixsite.com/peachy/blog

Retrouvez l'Atelier 17.91 sur :

Atelier17.91

Atelier 17.91

Atelier 17.91

x

créateur de liens

l'Atelier