

Lire avant
de commencer

HYGIÈNE

Se laver les mains régulièrement.
L'utilisation de gants (indispensables pour réaliser l'eau de chaux) contribuera à une bonne hygiène et limitera les surprises de moisissures.

Toujours bien nettoyer le matériel à l'alcool éthylique (vendu en pharmacie).

Utiliser de préférence une eau minérale.

CONSERVATION

La conservation de 'produits maison' est plus limitée que ceux du commerce. Il est donc conseillé de préparer de petites quantités.
Le temps de conservation des produits varie selon les ingrédients.

La recette présente une indication de conservation.

Dater les préparations.

Observer la texture et l'odeur: s'ils changent, renouveler le produit.

PRÉCAUTIONS

Garder hors de portée des enfants.

KITÉTIK a choisi avec soin les ingrédients et les recettes. Cependant, nous déclinons toute responsabilité en cas de mauvaise utilisation.

Voir notice avec précautions particulières dans la boîte.

MESURES

Double cuillère doseuse fournie:

1 cc = grande cuillère rase
ou 1 cuillère à café (5 ml).

1/2 cc = petite cuillère rase
ou 1/2 cuillère à café (2,5 ml).

ABRÉVIATIONS

GTES = gouttes.

HE = huile essentielle.

ML = millilitre.

Kit éthique

C'est moi qui l'ai fait !

[KIT]

KITÉTIK est un atelier 'en kit' pour apprendre à faire chez soi les produits d'usage quotidien.

Une invitation au plaisir du 'fait maison'.

LES INGRÉDIENTS

Argile

Absorbant, apaisant, alcalin, antiseptique.
Produit naturel.

Beurre de cacao

Adoucissant, nourrissant et réparateur.
Issu de l'agriculture biologique.

Chaux hydratée (ou aérienne)

Poudre blanche issue de la roche calcaire et réhydratée. Elle permet de remonter le ph, de réduire donc l'acidité. Pure, elle est irritante. Il convient donc de la manipuler avec des gants.

Cire d'abeille

Emulsifiant. Nourrissante, réparatrice et apaisante. Issue de l'agriculture biologique

Macérat huileux de calendula

Parfait pour la peau de bébé. Apaisant, protecteur, assouplissant, nourrissant.
Issu de l'agriculture biologique.

[ETIK]

Comment consommer les yeux ouverts, dans le souci de sa santé et de l'environnement?

KITÉTIK apporte une réponse, avec des produits d'origine naturelle et écologiques.
C'est sain, économique et sans chichis.
Ah oui, c'est belge, aussi!

Savon d'Alep

Désinfectant. Antiseptique.
Issu de l'agriculture biologique.

Son d'avoine

Riche en antioxydants. Excellente source de minéraux et de vitamines (B, E, manganèse).
Améliore la structure et l'élasticité de la peau.
Issu de l'agriculture biologique.

PRÉVOIR CES INGRÉDIENTS,
NON COMPRIS DANS LE KIT:

Eau distillée
Huile d'olive



WWW.KITETIK.EU

3 recettes essentielles pour prendre soin de mon bébé



- 1 liniment
- 2 baume apaisant
- 3 crème lavante



liniment



1

Au-delà du soin de la peau des plus petits, le liniment peut servir de crème hydratante, de démaquillant et peut calmer les mamelons irrités (à appliquer après la tétée).

[RECETTE]

POUR UN POT DE ± 80 ML

EAU DISTILLÉE	100 ML
CHAUX	2 GR
HUILE CALENDULA	30 ML
CIRE D'ABEILLE	1/2 CC

1 · 2 · Pour faire l'**eau de chaux**, mélanger simplement la **chaux** à 100 ml d'**eau distillée**. Attention, cette quantité servira à 2 pots de liniments.

Veiller à mettre les gants pour manipuler la chaux.

3 · 4 · Dans un pot supportant la chaleur, mettre:

- 6 cc de **macérat huileux de calendula** et ajouter
- 1/2 cc de **cire d'abeille**

5 · Poser le récipient au bain-marie.

Dès que le mélange huile-cire a fondu, retirer du bain-marie.

6 · Comme pour une mayonnaise, ajouter peu à peu la **1/2 de l'eau de chaux** à l'huile en fouettant jusqu'à ce que l'ensemble s'opacifie.

Transvaser dans un pot de récupération nettoyé à l'alcool. Fermer lorsque la crème est totalement refroidie.

[UTILISATION]

Le liniment est à appliquer avec une lingette douce sur la peau et n'a pas besoin d'être rincé : la fine couche grasse restante sert de film protecteur.

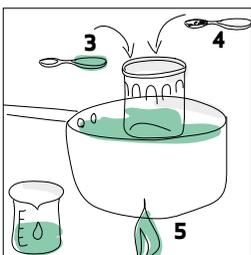
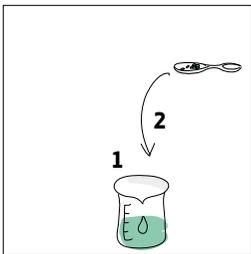
[CONSERVATION]

2 à 3 mois au frais, un peu moins à température ambiante.

[ASTUCE]

Pour un **liniment minute**, ne mettre que l'eau de chaux et l'huile. Bien mélanger. Il est un peu plus liquide dans ce cas.

L'huile calendula seule ou le miel peut également calmer les douleurs des mamelons.



baume apaisant et protecteur

2



Fini les petites fesses irritées!
Un peu de baume pour réjouir votre coeur...

[RECETTE]

POUR UN POT DE 25 ML

HUILE CALENDULA	4 CC
CIRE D'ABEILLE	1/2 CC
BEURRE CACAO	1

1 · 2 · 3 · Dans un petit bol supportant la chaleur, mettre

- 4 cc de **macérat huileux de calendula**,
- 1/2 cc de **cire d'abeille** et
- 1 pastille de **beurre de cacao**.

4 · Poser le récipient dans une casserole au bain-marie.

Dès que l'ensemble est homogène, retirer de la chaleur.

5 · Verser aussitôt (ça durcit rapidement) dans un pot de récupération nettoyé à l'alcool et attendre le refroidissement complet avant de le fermer.

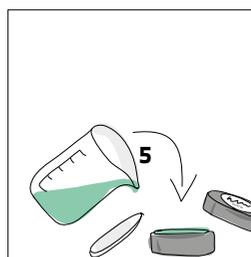
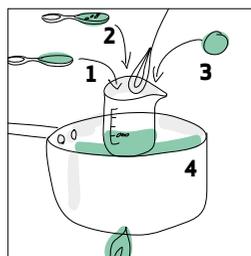
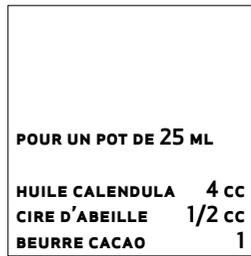
[CONSERVATION]

2 à 3 mois au frais, un peu moins à température ambiante.

Vu qu'il n'y a pas de conservateur, il est préférable d'en préparer en petite quantité.

[ASTUCE]

Pour éviter les rougeurs, sécher la peau de bébé avec un peu d'**argile blanche** à saupoudrer comme du talc.



crème lavante

3



Afin de conserver la protection naturelle de la peau de nos petits bout'chou, voici une formule douce à base de son d'avoine.

[RECETTE]

1 · 2 · Dans une casserole, faire chauffer:

- 400 ml d'**eau minérale** avec
- 10 cc **son d'avoine**.

Lorsque ça bout, mélanger environ 5'

Le liquide s'épaissit et s'opacifie, retirer du feu.

3 · Mettre

- 2 cc de **savon d'alep** dans un grand bol.

4 · Poser la passoire sur le bol et y verser la bouillie d'avoine (chaude pour que le savon fonde). Faciliter le passage du lait en tournant dans la passoire à l'aide d'une cuillère. Mélanger le savon et l'extrait de son.

5 · Ajouter l'**huile d'olive**.

Mélanger à nouveau. C'est prêt!

[CONSERVATION]

1 à 2 mois au frais, un peu moins à température ambiante.

[ASTUCE]

Un petit massage avec quelques gouttes d'huile de calendula après son bain, rendra bébé encore plus heureux.

POUR UN FLACON 100 ML

PETITE PASSOIRE	
EAU MINÉRALE	400 ML
SON D'AVOINE	10 CC
SAVON ALEP	2 CC
HUILE D'OLIVE	1 CC

