

Lire avant
de commencer



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.

HYGIÈNE

Se laver les mains régulièrement.

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 (plutôt pessimiste :-)

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. Nous déclinons cependant toute responsabilité en cas de mauvaise utilisation.

Voir notice avec précautions particulières dans la boîte.

Pour les huiles essentielles

Ne pas dépasser les doses indiquées.

Ne pas les utiliser pures. Les huiles essentielles sont très puissantes, elles ne doivent pas être appliquées sur les muqueuses, les yeux ou le contour des yeux. L'usage d'huiles essentielles est déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes et aux personnes épileptiques ou ayant des problèmes de santé graves. Sauf avis médical, ne pas utiliser chez les bébés et les enfants de moins de 3 ans.

Un test de tolérance est recommandé.

Dans le creux du coude, appliquer une goutte d'huile essentielle diluée dans quelques gouttes d'huile végétale.

Si, après quelques heures, aucune réaction n'apparaît, le produit convient. Dans le cas contraire, rincer abondamment à l'eau claire. Toujours les ajouter en fin de préparation, dans un mélange froid ou tiède pour conserver leurs propriétés.

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

Beurre de cacao

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

Bicarbonate de soude alimentaire

Adoucissant, nettoyant, désodorisant. Non toxique pour la santé et l'environnement.

Cosgard

Conservateur pour les préparations avec phase aqueuse. Protège le produit.

Huile essentielle de lemongrass

Tonique, antiseptique et circulatoire. Idéal pour la peau et les cheveux. Issue de l'agriculture biologique.

Rhassoul

Absorbe les impuretés et les particules de graisse. Exempt de tensioactifs, il est écologique et doux pour la peau.

[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.

Xanthane

Liant et épaississant. Issu d'une bactérie, il est biodégradable et non toxique pour l'environnement.

PRÉVOIR CES INGRÉDIENTS, NON COMPRIS DANS LE KIT:

Eau distillée
2 flacons de 200 ml
1 pot de 40 ml



WWW.KITETIK.EU

3 recettes essentielles pour rester propre (et sain ;-)



1 gel douche

2 déodorant

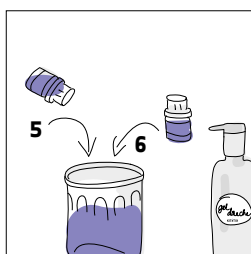
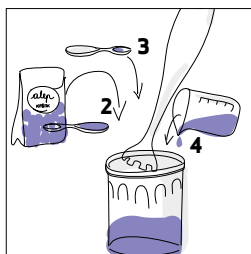
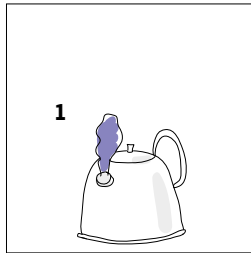
3 shampoing
sans tensioactif



1 gel douche



POUR UN FLACON 200 ML	
EAU MINÉRALE	200 ml
SAVON ALEP	20 gr
XANTHANE	1/2 cc
HE LEMONGRASS	20 gtes
COSGARD	16 gtes



Parce qu'il est naturel, ce gel douche mousse peu par rapport à celui du commerce mais cela n'influence en rien son efficacité.

[RECETTE]

1 · 2 · 3 · 4 ·

- Faire bouillir 200 ml d'**eau minérale**.
- Dans un récipient (par exemple un pot à confiture) mettre:
 - 20 gr (ou la moitié du sachet) de **savon d'Alep**.
 - Ajouter le **xanthane**.
- Recouvrir le savon et le xanthane de 180 ml d'eau.
- Avec un mixeur plongeant, mixer par impulsions (le xanthane perd ses facultés sous mixage continu).

5 · 6 ·

- Le mélange tiédi, ajouter:
 - 20 gouttes d'**huile essentielle de lemongrass**
 - 16 gouttes de **cosgard**

Laisser reposer à l'air sans couvrir pendant 24h.
Le lendemain, le produit a gélifié. Transvaser dans le flacon.

[UTILISATION]

Eventuellement secouer avant utilisation.

Si le gel a trop épaissi, ajouter un peu d'eau minérale chaude et agiter.

L'usage d'un gant de toilette facilitera l'utilisation du gel ou mettre du gel dans le creux de la main, frotter les 2 mains ensemble et étaler le gel.

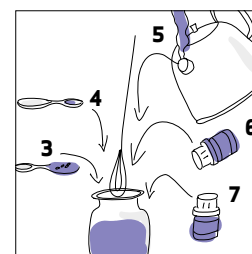
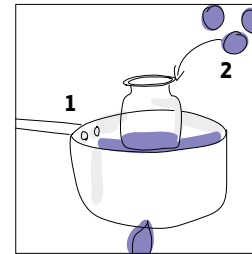
[CONSERVATION]

3 à 4 mois.

déodorant 2



POUR UN POT DE 40 ML	
BEURRE CACAO	5
BICARBONATE	5 cc
XANTHANE	1/2 cc
EAU MINÉRALE	6 cc
HE LEMONGRASS	4 gtes
COSGARD	3 gtes



Facile à réaliser, ce déodorant est aussi très efficace.

[RECETTE]

1 · 2 ·

- Préparer un bain marie.
- Mettre 5 pastilles de **beurre de cacao** dans un récipient supportant la chaleur (le même que le contenant de votre déo?: cfr astuce).
- Poser le récipient dans le bain-marie.
- A part, faire bouillir environ 40 ml d'eau minérale.

3 · 4 · 5 · 6 · 7 ·

- Dès que le beurre de cacao est fondu, retirer de la chaleur.
- Ajouter le **bicarbonate** et puis le **xanthane** (!! 1/2 cc, soit le petit côté de la double cuillère) sur le beurre fondu.
- Mélanger le tout.
- Ajouter progressivement les 6 cc (ou 30ml) d'**eau bouillante** en mélangeant jusqu'à obtenir une pâte homogène.
- Terminer avec les gouttes d'**huile essentielle** et de **cosgard**.

[CONSERVATION]

3 à 4 mois.

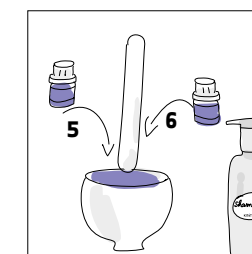
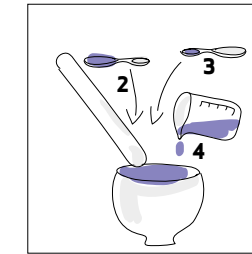
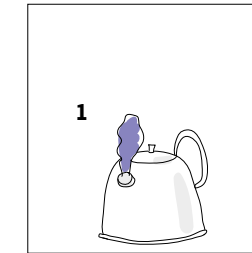
[ASTUCE]

Prenez un récipient, genre petit pot de confiture, pour le bain marie. Vous évitez alors de transférer le déo dans un autre pot. Moins de vaisselle ;-)

shampooing 3



POUR UN FLACON 200 ML	
EAU MINÉRALE	180 ml
RHASSOUL	10 cc
XANTHANE	1/2 cc
HE LEMONGRASS	18 gtes
COSGARD	14 gtes



Le rhassoul est une argile volcanique originaire du Maroc. Son action lavante est différente d'un shampooing habituel. Il absorbe les impuretés et les particules de graisse. Il adoucit la peau et les cheveux.

Exempt de tensioactifs, ce shampooing ne mousse pas mais est excellent pour le cuir chevelu (pour un shampooing moussant, le kit BasikHair propose des alternatives, avec un tensioactif doux et en faible quantité).

Ne pas mettre le rhassoul en contact avec du métal car il s'oxyde!

[RECETTE]

1 · Faire bouillir 180 ml d'**eau minérale**.

- ### 2 · 3 · 4 ·
- Dans un bol, mettre
 - 10 cc de **rhassoul**
 - 1/2 cc, petit côté de la double cuillère (!) de **xanthane**.
 - Mélanger les 2 poudres avec la spatule en bois.
 - Ajouter progressivement l'**eau bouillante** en mélangeant (attention aux grumeaux!).

- ### 5 · 6 ·
- La mixture tiédie, ajouter:
 - 18 gouttes d'**huile essentielle de lemon grass**
 - 14 gouttes de **cosgard**
 - Mélanger une dernière fois et transvaser dans le flacon.

[UTILISATION]

Répartir la crème sur le cuir chevelu mouillé. Masser doucement. Si possible, laisser poser 5 à 10 minutes avant rinçage.

[CONSERVATION]

3 à 4 mois.

[ASTUCES & CONSEILS]

Pour des cheveux brillants, diluer du vinaigre de cidre dans un spray (100 ml pour 500 ml d'eau). Vaporiser sur les cheveux.