



DIY – Pflege und Reinigung

Pflegemittel:

Sommermilch mit Aloe und Zitronenverbene

Leichte Feuchtigkeitspflege, beruhigt strapazierte Haut

Aloe Vera, Minze und Zitronenverbene erfrischen, kühlen, regenerieren und spenden der Haut Feuchtigkeit. Diese Hautmilch ist ideal zur Pflege von durch zu viel Sonne erhitzter Haut.

Zutaten (100ml, 3 Minuten Zubereitungszeit):

- 1 kleines Blatt Aloe
- 2 EL frische Zitronenverbene, klein geschnitten
- 100ml Kokosmilch
- 1 TL Öl
- 1 Msp. Natron

Das Aloeblatt der Länge nach schneiden und das transparente Gel herauslösen.

Das Gel in Stücke schneiden und im Mixer gemeinsam mit den anderen Zutaten pürieren.

Durch ein Feinsieb abseihen und in eine Zerstäuber-Flasche füllen.

Bei Bedarf auf die Haut aufsprühen und in die Haut einmassieren.

Aus: Grüne Kosmetik – Bio-Pflege aus Küche und Garten, Gabriela Neodoma. S. 152

Selbstgemachtes Deodorant

Zutaten

- 6 Gramm Bienenwachs
- 40g Kokosnussöl
- 35 g Natron
- 15g Pfeilwurzelpulver
- 20 Tropfen ätherische Öle

Bienenwachs über Wasserdampf schmelzen, Kokosöl dazugeben.

Von der Hitze nehmen, Natron + Pfeilwurzelpulver dazu und cremig verrühren.

Ätherische Öle dazugeben, abkühlen lassen und abfüllen.

Aus: <http://chocolateandzucchini.com/recipes/other-recipes/homemade-natural-deodorant-travel-friendlyrecipe/>

Shampoo

Zutaten

- ¼ Cup Kokosnussmilch
- 1/3 Cup Klare Naturflüssigseife
- (evtl. 1/3 Teelöffel Mandel- oder Olivenöl bei trockenen Haaren)

<http://youqueen.com/beauty/hair/diy-homemade-shampoo-and-conditioner-for-healthy-hair/>

Minz-Basilikum-Deo

Kühlt und beruhigt die Haut

Zum Verlieben grün, schnell gemixt und lebendig. Kann auch unterwegs zur Handreinigung verwendet werden.

Zutaten (1 Deo-Flasche, 1-2 Wochen bei Zimmertemperatur)

- 1 EL Minzblätter
- 1 EL Basilikumblätter
- ½ TL Natron
- 100 ml Wasser

Aus: Grüne Kosmetik – Bio-Pflege aus Küche und Garten, Gabriela Neodoma. S. 118

Hautbalsam mit Lindenblüten

Beruhigt die Haut, fördert die Hautregeneration und Wundheilung

Linde macht den Blick wieder klar, das wusste bereits Hildegard von Bingen. Auch der Haut tut die Linde gut, denn sie enthält hauptberuhigende Inhaltsstoffe wie Flavonoide, ätherische Öle, Gerbstoffe und Schleim. Der Balsam wirkt wohltuend bei Sonnenbrand und besänftigt auch angespannte Nerven.

Zutaten (1 Flasche, 2 Minuten Zubereitungszeit)

- 3 EL Lindenblüten
- 1 EL Leinsamen
- 200 ml Wasser
- 1 EL Öl

Lindenblüten, Leinsamen und Öl mit dem Wasser zugedeckt ca. 15 Minuten einkochen.

Durch ein Sieb filtrieren und in eine Zerstäuberflasche füllen.

Vor der Verwendung schütteln und großzügig auf die Haut sprühen.

Aus: Grüne Kosmetik – Bio-Pflege aus Küche und Garten, Gabriela Neodoma. S. 154



Reinigungsmittel:

Klarspüler für die Spülmaschine

Zutaten für 500ml:

- 300g Alkohol (billiger Spiritus tut's vollkommen)
- 200g Wasser
- 80g Zitronensäure

In einem Topf das Wasser erhitzen und die Zitronensäure darin auflösen. Die Mischung in eine leere Glasflasche füllen.

Den Alkohol dazugeben.

Die Flasche schließen und gut durchschütteln.

-> Der Alkohol sorgt für den gewünschten Glanz ohne Schlieren. Zitronensäure verhindert Kalkflecken und pflegt nebenbei die Spülmaschine.

<http://www.smarticular.net/klarspueler-fuer-den-geschirrspueler-einfach-selber-machen/>

Waschmittel (für Wäsche + Geschirr)

Zutaten

- 60g Efeu-Blätter
- 1 Teelöffel Waschsoda
- 600 ml Wasser

Blätter zerkleinern, in einen Topf geben. 1 Teelöffel Waschsoda hinzu geben. Mit kochendem Wasser übergießen und unter Rühren 5 Minuten am Siedepunkt ziehen lassen.

Nach dem Abkühlen in eine Einmachglas füllen, ab und zu schütteln, bis sich nennenswerter Schaum bildet. Dann abseihen und in eine Flasche füllen.

<http://www.smarticular.net/efeu-als-biologisches-waschmittel-und-spuelmittel-verwenden/>

Pulver für die Spülmaschine

Zutaten

- 500 g Zitronensäure in Pulverform
- 250g Soda
- 250g Natron
- 125g Spülmaschinensalz

<http://www.smarticular.net/pulver-fuer-die-spuelmaschine-preiswert-selbst-herstellen/>

Notizen:
