

2019

DIY #1



YOU
CAN DO IT!

SHAMPOING, LESSIVE, DEODORANT, DENTIFRICE, EPONGE, PASTILLE WC, LINGETTES, SAVON, POUDRE LAVE VAISSELLE, BAUME A LEVRE, BOMBE DE BAIN, ASSOUPLISSANT, MASQUE DE BEAUTE, DEMAQUILLANT...

Prix Libre



SALUT LA COMPAGNIE!

Le DIY «Do it Yourself» fais le toi même en français est une idée largement représentée dans le milieu du Punk Rock indépendant. C'est cool mais elle



ne doit pas s'arrêter là ça et peut s'appliquer à tout, partout et tout le temps! Ce premier numéro sera dédié à l'entretien et l'hygiène parce que même si en tournée on ne se lave pas tout le temps et qu'on fait rarement la vaisselle, on retrouve au retour, accompagné d'une bonne dépression, les joies de la lessive, du ménage et du nettoyage des toilettes youpi! Alors c'est parti pour tout faire soi-même (ou presque) :)

LES PRODUITS DE BASE

Pour commencer on va devoir acheter 2-3 trucs, faire soi-même nécessite d'avoir de la matière première, on va pas l'inventer non plus (même si on va pouvoir en fabriquer une partie), il va donc nous falloir au moins en guise de minimum vital :

- du bicarbonate de soude
- des cristaux de soude
- de l'acide citrique
- du vinaigre d'alcool
- de l'huile de coco (ou une huile plus locale si possible)
- de la fécule de maïs

Pour le reste il faudra parfois 2-3 trucs supplémentaires, à découvrir dans les recettes!

Où acheter tout ça? J'achète tous mes produits sur aromazone, il est possible de trouver tout en bio et le plus souvent fait en France :)

On est prêt? Alors allons-y!



**MAIS QUE FAIRE
AVEC TOUS SES
INGRÉDIENTS?**



**VA-Y, N'AIE PAS PEUR,
TOURNE LA PAGE...**



Bah pleins de trucs en fait! :

DEODORANT

- 50g d'huile de coco (ou huile locale)
- 35g de bicarbonate de soude
- 20g de fécule de maïs
- quelques gouttes de Palmarosa



Pour faire un déo rien de plus simple. On va faire fondre l'huile de coco au bain marie ou sur le radiateur puis y mélanger le bicarbonate et la fécule de maïs. On ajoute la palmarosa puis on coule direct dans un pot en verre pour laisser refroidir. Le déo va être solide l'hiver et un peu plus liquide l'été, attention en cas de transport! Dans tous les cas il est très efficace et d'utilise en appliquant à la main un peu du mélange tous les matins, easy!

recette issue du blog : <http://antigonexxi.com>



DÉMAQUILLANT

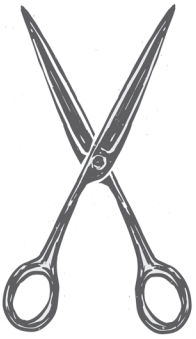
La plupart des cosmétiques sont gras, la meilleure façon de s'en débarrasser est donc... le gras! Il suffit d'appliquer un peu d'huile sur une lingette, de se la passer sur le visage puis de la rincer à l'eau et de la repasser un petit coup pour enlever les trace d'huile et le tour est joué! Quelle huile utiliser? Tant qu'à faire autant éviter de se ruiner, une huile d'amande douce fera parfaitement l'affaire! Eviter les huiles alimentaires, c'est pas terrible :)

HUILE DE JOUR

Le plus facile est souvent le plus efficace, pour bien s'hydrater la peau il suffit de déposer un peu d'huile de noisette ou huile d'abricot sur sa main et se l'appliquer sur le visage à la sortie de la douche, rien de plus, à dégager toutes les crèmes du commerce, le minimalisme est souvent la règle, pourquoi faire compliqué quand on peut faire simple?!

ORGANIC COSMETICS

LINGETTES RÉUTILISABLES



- des ciseaux
- du fil et une aiguille (ou une machine à coudre c'est encore plus facile!)
- du tissu (1 partie coton (tu peux recycler des vêtements par exemple) 1 partie polaire ou serviette éponge)
- quelques épingles

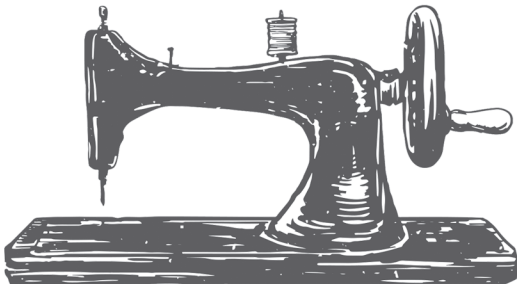
Le plus simple pour commencer est de découper le patron dans un morceau de carton, de cette façon il sera plus facile d'en refaire par la suite!

Il suffit ensuite de découper 1 morceau dans le 1^{er} tissu et 1 morceau dans le polaire ou la serviette éponge. Placer les deux morceaux sur l'endroit (en gros on va les coudre à l'envers), épinglez puis coudre à 0.5 ou 1 cm du bord sur toute la partie blanche ----> Puis retourner la lingette en faisant passer le tissu dans l'ouverture et enfin, coudre l'ouverture sur l'endroit!



10 cm* 10 cm

Le patron n'est pas à l'échelle, tu l'auras deviné :)



Avec une machine à coudre c'est plus rapide, l'occasion d'en coudre plusieurs pour la famille et les copains! :) Je passe mes lingettes à la machine en même temps que les serviettes de bain et j'en refais de temps en temps lorsque j'ai des chutes de tissus, terminé le coton jetable, on réutilise!

LESSIVE MAISON

- 100g de savon de Marseille de bonne qualité (en copeau)
- 100g de cristaux de soude
- 3L d'eau
- de vieux bidons de lessive



Rien de plus facile/économique/écologique que de fabriquer sa propre lessive. Pour cela il suffit de mettre le savon de marseille et les cristaux de soude dans une bassine. Parallèlement on va faire bouillir l'eau et l'ajouter peu à peu en mélangeant afin de faire fondre le savon. Une fois toute l'eau ajoutée, il faut attendre que le mélange refroidisse un peu puis verser la lessive dans les bidons. Attention il ne faut pas remplir complètement les bidons mais laisser un peu d'espace, en refroidissant le liquide va se solidifier un peu, il faudra secouer avant la première utilisation (bonus musculation) et si le bidon est plein on ne pourra pas le secouer. Cette lessive s'utilise comme de la lessive classique, 1 bouchon suffit! Elle n'a pas d'odeur, c'est surprenant au départ et puis on comprend rapidement que le propre, ça ne sent pas alors vous attendez quoi?! :)



ASSOUPLEISSANT

Le vinaigre blanc remplace très facilement l'adoucissant/assouplissant dans la machine, il suffit de placer un bouchon de vinaigre dans le réservoir concerné, facile.

Pour parfumer le vinaigre et donc le linge, il suffit de placer vos épluchures de citron ou orange dans un pot de confiture puis de le remplir de vinaigre. Au bout de quelques jours le vinaigre est utilisable et sent bon les agrumes!

Et ça fonctionne aussi à la place du liquide de rinçage dans le lave vaisselle, c'est chouette!



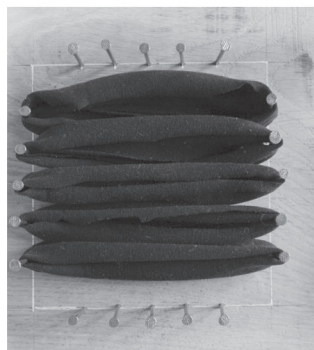
EPONGE TAWASHI

La fabrication des éponges tawashi repose sur le recyclage de tissus (vieux collants opaques, t-shirts à manche longue...)

On va commencer par préparer le socle qui va servir au «tissage» : dessiner sur une planche de bois un carré de 14cm sur 14cm.

Puis, visser (ou clouer mais visser ça me semble plus durable) une vis à 3cm d'un coin puis tous les 2cm (donc 5 vis au total) et faire la même chose sur les 4 côtés.

Passons au découpage du tissu et prenons ce vieux t-shirt à manche longue, troués par les mites :) On va découper les deux manches et dans chacune, couper 5 morceaux de 3-4cm de large par exemple. (Plus le tissu va être fin, plus il faudra découper large pour avoir de l'épaisseur tu as compris). Il va ensuite falloir tisser en mettant tout d'abord les 5 premiers morceaux comme sur le dessin :

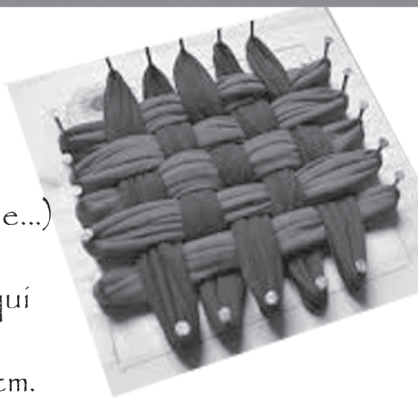
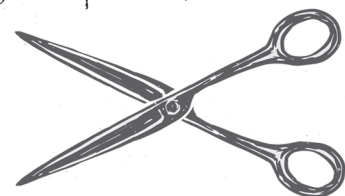


Images issues du site :
<https://little-idea.fr/diy-tawashi-eponge-ecologique>

On va ensuite placer les autres morceaux en passant dessus puis dessous pour obtenir un tissage identique à l'image de départ.

Il faut ensuite pour fermer l'ouvrage prendre une première boucle et la passer autour de la boucle de droite afin de la récupérer (tout en la sortant du clou) puis faire passer cette nouvelle boucle autour de la suite et ainsi de suite. Arrivé à la fin il suffit de faire un noeud et l'éponge est prête! :)

Evidemment, elle passera à la machine à laver dès que nécessaire, c'est le principe!



Une machine à coudre permet de
faire quantité de trucs cool!

Pas besoin d'une version
sophistiquée, la bonne vieille machine
de mamie fera largement l'affaire,
pensez aussi aux occaz pour vous
équiper à moindre coût!





SHAMPOING SOLIDE

Sodium coco sulfate : 80%
Beurre ou huile végétale : 10%
Eau : 10%
Il s'agit des proportions de base :)

Pour avoir testé plusieurs recettes, ma préférée est à base d'huile de coco. Chauffer les ingrédients au bain marie, en mélangeant constamment. Le sodium coco sulfate ne fond pas. La chauffe doit être juste suffisante pour fondre l'huile. Il est possible d'ajouter des huiles essentielles, moi j'évite, moi j'en mets mieux c'est :). Mélanger tous les ingrédients en écrasant bien le sodium coco sulfate pour former une pâte à peu près homogène (il est probable que des « vermicelles » de coco soient encore visibles dans le produit fini et ce n'est pas un problème). Former à la main des petites boules. Laisser ensuite sécher votre shampooing solide à l'air libre quelques jours. Les stocker ensuite dans un pot en verre. C'est parfait pour partir en tournée! :)

DENTIFRICE EN POWDRE

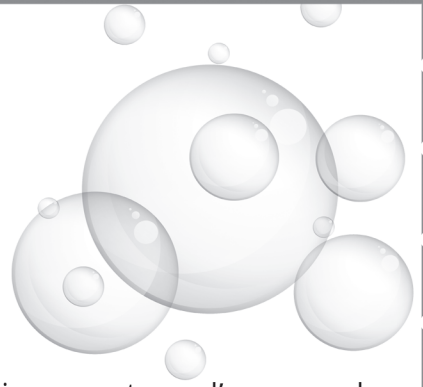
20g de carbonate de calcium
30g d'argile blanche
2 grammes de bicarbonate de soude
25 gouttes d'extrait de pépins de pamplemousse (conservateur)
1 g de poudre de chlorophylle ou quelques gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée (pour le fun)



Mélanger tous les ingrédients afin que le mélange poudre soit bien homogène. Ensuite il suffit de tremper votre brosse à dent préalablement humidifiée dans la poudre puis de vous brosser les dents comme d'habitude! C'est un peu bizarre au départ et si vous avez les gencives sensibles il est possible que le dentifrice vous irrite un peu, il ne convient donc pas forcément à tout le monde :) Mais ça reste une bonne alternative!

BOMBE DE BAIN

- 220gr de bicarbonate de soude
- 110gr d'acide citrique
- 110gr de fécule de maïs
- 2 cuillères à café d'eau
- 3 cuillères à café d'huile de votre choix
- 20 gouttes d'huile essentielle
- Du colorant alimentaire (pour le fun)



Je n'ai pas de baignoire et les bombes de bain ne sont pas d'une grande utilité il faut bien l'avouer, elles font par contre un chouette cadeau de Noël DIY alors allons-y :) Il faut dans un premier temps mélanger le bicarbonate, l'acide citrique et la fécule. Dans un verre mélanger les liquides et les ajouter à la poudre petit à petit en fouettant bien (parce que la poudre réagit à l'eau) jusqu'à avoir une consistance de sable un peu mouillé. Concernant le moulage, j'ai utilisé des boules en plastique (qui se divisent en deux) Il suffit donc de remplir une des deux parties en bombant un peu, faire de même avec la deuxième partie et assembler rapidement les deux en pressant. Ensuite taper légèrement avec une cuillère un des deux côtés et l'enlever délicatement. Poser la boule (en laissant la deuxième partie) et laisser sécher. Concernant le démoulage, ça passe ou ça casse (c'est le cas de le dire). Il faut délicatement enlever l'autre partie et laisser la boule sécher encore quelques jours :) Attention parfois la bombe explose (c'est le risque :D)

Les tests avec des moules silicones ont donné de meilleurs résultats , pour faire encore plus simple on peut aussi bien laisser le «sable» tel quel ou le mettre en bouteille à verser directement dans le bain!





SERVIETTE EN TISSU

Comme pour le coton dans la salle de bain, il est grand temps d'arrêter l'es-suie tout et autres serviettes en papier jetables tu crois pas? Il est très facile de coudre des serviettes en tissus alors pourquoi se priver?

Comme pour les lingettes, je conseille de faire un patron pour les serviettes, comme ça tu pourras en refaire à volonté!

Le plus simple est de faire un carré de 30cm sur 30cm. Il suffit ensuite de découper deux morceaux dans du tissu (recycler de vieux draps par exemple) puis de les coudre endroit sur endroit (à l'envers encore une fois) en laissant la fameuse ouverture qui permettra de retourner la serviette. Puis coudre proprement l'ouverture en question. Tu peux même ajouter un petit bouton pour la déco et pour différencier les serviettes :)

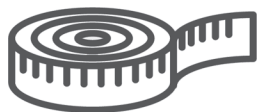
PROTÈGE SLIP RÉUTILISABLE



Tout le monde connaît les protèges slips réutilisables mais ils coutent parfois chers alors qu'il est si simple de les faire soi-même :)

Il va falloir plusieurs types de tissus :

- Une partie type coton (pourquoi pas un imprimé sympa) ou un tissu légèrement impermable
- Une partie plus absorbante comme du tissu éponge ou un polaire assez fin



Il s'agit ici de protège slip et non de serviette hygiénique, le tissu utilisé et à adapter en fonction de l'utilisation :)

Comme pour tous les ouvrages de couture on va évidemment faire un patron, le modèle de base est de ce type-là :



Attention à ajouter
0.5 à 1 cm de marge
de couture :)

Il suffit de découper
1 morceau dans le tissu de
ton choix ainsi qu'un mor-
ceau dans un tissu absor-
bant (polaire, éponge...)

Il vaut mieux coudre le
velcro avant d'assembler
les deux morceaux de
cette façon la couture ne
se verra pas

Une fois le velcro cousu, il
suffit de coudre endroit
contre endroit les deux
morceaux en laissant une
ouverture (sur un côté de
préférence)

Retourner l'ouvrage et
fermer proprement :)

Il s'agit de la forme de base, la taille est à adapter en fonction de
l'usage évidemment :) Les rectangles gris représentent le velcro, il
est aussi possible de mettre des boutons pressions :)

POUDRE LAVE VAISSELLE

800 grammes de cristaux de soude
200 grammes d'acide citrique
300 grammes de sel fin

Mélanger tous les ingrédients et verser le mélange dans un pot en verre hermétique (il réagit à l'eau et ne doit donc pas prendre l'humidité). Verser une dose dans le lave vaisselle et entamez votre programme habituel!



Pour le fun on peut ajouter quelques gouttes d'huile essentielle (citron ou menthe par exemple) mais ça ne ajoute pas d'efficacité :)

<http://www.savethegreen.fr> pour plus d'infos



PASTILLE POUR LES TOILETTES

95 grammes d'acide citrique
280 grammes de bicarbonate de soude
1 cuil. à soupe d'eau
quelques gouttes d'huiles essentielles (menthe poivrée, au hasard)
un moule à glaçon en silicone

Comme pour les bombes de bain, il va falloir mélanger rapidement l'eau aux poudres afin de limiter la réaction (bah oui en fait on veut que la réaction se fasse dans les toilettes sinon ça sert à rien!)

On va donc mélanger l'acide citrique et le bicarbonate de soude puis ajouter petit à petit l'huile essentielle et l'eau. Il faut ensuite remplir le moule à glaçon en tassant bien puis laisser durcir. Après démoulage il suffit de conserver les pastilles dans un pot en verre hermétique et de déposer de temps en temps une pastille dans la cuvette des toilettes!



BAUME À LÈVRE



On va terminer ce premier numéro par un classique, le baume hydratant :)

1/3 de cire végétale

1/3 d'huile végétale

1/3 de beurre végétal



Il s'agit de la recette de base, j'ai testé plusieurs combinaisons et pour moi la meilleure est clairement celle là

1/3 de cire de riz

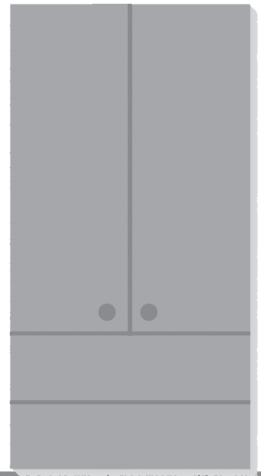
1/3 d'huile de coco (à remplacer par une huile plus locale si possible)

1/3 de beurre de cacao

Il faut faire fondre l'ensemble au bain marie (ça peut prendre un peu de temps), puis le couler dans un pot plat une fois que le mélange est bien homogène. Par la suite le baume s'utilise au doigt et se conserve plusieurs mois :) La texture est parfois un peu granuleuse mais elle font par la suite une fois appliquée sur les lèvres.



Vous avez des idées? Alors partage-les! :)



ET SI DANS LE
PROCHAIN NUMÉRO
ON FAISAIT
DES
GÂTEAUX?!



DIY#1

MARS 2017

CONTACT : TOPSYTURVYS@LIVE.FR



DIY #1



**WE
MUST DO IT!**

SHAMPOING, LESSIVE, DEODORANT, DENTIFRICE, EPONGE, PASTILLE WC, LINGETTES, SAVON, POUDRE LAVE VAISSELLE, BAUME A LEVRE, BOMBE DE BAIN, ASSOUPLISSANT, MASQUE DE BEAUTE, DEMAQUILLANT...