

Une idée pour se lancer !



Ingrédients

- 6 g de cire blanche
- 40g d'huile de coco
- 35 g de bicarbonate de sodium
- 15g de maïzena
- 17 gouttes d'huile essentielle de Palmarosa
- 3 gouttes d'huile essentielle de sauge sclarée

*Je fais mon déodorant maison*

*avec des ingrédients sains pour ma peau*

Faire fondre la cire et l'huile de coco (bain marie)

Retirez du feu. Ajoutez le bicarbonate et la maïzena

Mélangez afin d'obtenir une texture crémeuse

Ajoutez les huiles essentielles Transvasez votre préparation dans un petit pot et laissez le 1h au réfrigérateur afin qu'il durcisse.

A l'aide d'une fine spatule ou de mon doigt, je prends une petite noisette et l'étale sous mon aisselle.

# Guide zéro déchet zéro gaspillage

« Le meilleur déchet est celui que l'on ne produit pas »



Suivez-nous sur notre page  pour découvrir d'autres astuces et conseils

Zéro Déchet/ Zéro Gaspi!

Pour nous contacter :

03.89.75.29.05 ou [contact@smtc68.fr](mailto:contact@smtc68.fr)



REPENSER



RÉDUIRE



RÉUTILISER



RECYCLER



Avant d'acheter je me pose les bonnes questions

J'adopte la Zéro déchet ATTITUDE !

Je peux l'éviter ? J'en ai besoin ?  
 Je peux le trouver d'occasion ?  
 C'est réparable ?  
 C'est recyclable ?



Je réduis ma poubelle et j'économise de la matière première...  
 C'est bon pour ma santé, mon porte monnaie et ma planète!



VS

1 gourde inox = 130 bouteilles  
plastiques par an



VS



1 lot de 7 lingettes = 1000 cotons  
démaquillants



VS



1 cup menstruelle ou serviettes lavables  
= 250 tampons par an



VS



1 tawashi = 12 éponges/an



1 STOP pub = 40 kg de prospectus par an



VS

1 oriculi = 365 cotons tiges par an



VS



Un lot de 20 couches lavables = 1500 couches  
jetables par an

J'utilise les déchets verts  
directement dans mon jardin  
( broyage, paillage etc.)

Je me rends à la BricOthèque ou Emmaüs  
pour donner une seconde vie à  
des objets dont je n'ai plus besoin

J'évite le surembal-  
lage. Rendez-vous  
au marché avec mes  
sacs à vrac



Réduire



Réutiliser



Recycler

Je réalise mes  
propres produits  
d'entretien grâce à  
des recettes faciles  
et écolo

Je privilégie les achats  
d'occasion : vêtements,  
meubles etc. (Vinted,  
Leboncoin, Emmaüs...)

Je ne jette plus de nourriture : je cuisine  
mes restes et je valorise leurs déchets  
( bac brun ou composteur)