



CIRCULAR ECONOMY
IN ACTION

ZERO WASTE ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΑ ΚΑΛΥΝΤΙΚΑ ΚΑΙ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ

—
ΣΕ ΚΑΤΩ 5 ΛΕΠΤΑ



Co-funded by
the European Union

Η ΚΥΚΛΙΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ ΣΕ ΔΡΑΣΗ
2022-3-PL01-KA210-YOU-000095329

Τι θα χρειαστείτε;

- Βόρακας (διατίθεται διαδικτυακά)
- Μαγειρική σόδα
- Κιτρικό οξύ
- Ξύδι
- Αλας
- Πράσινο ή σαπούνι Μασσαλίας
- Άμυλο πατάτας
- Λάδι καρύδας
- Αιθέρια έλαια



Αυτό το έργο αδειοδοτείται με άδεια Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License



Co-funded by
the European Union

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι απόψεις που εκφράζονται είναι μόνο του συγγραφέα ή των συγγραφέων και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτά.

ΑΠΟΡΡΥΠΑΝΤΙΚΟ ΠΛΥΝΤΗΡΙΟΥ

Για πλύσιμο

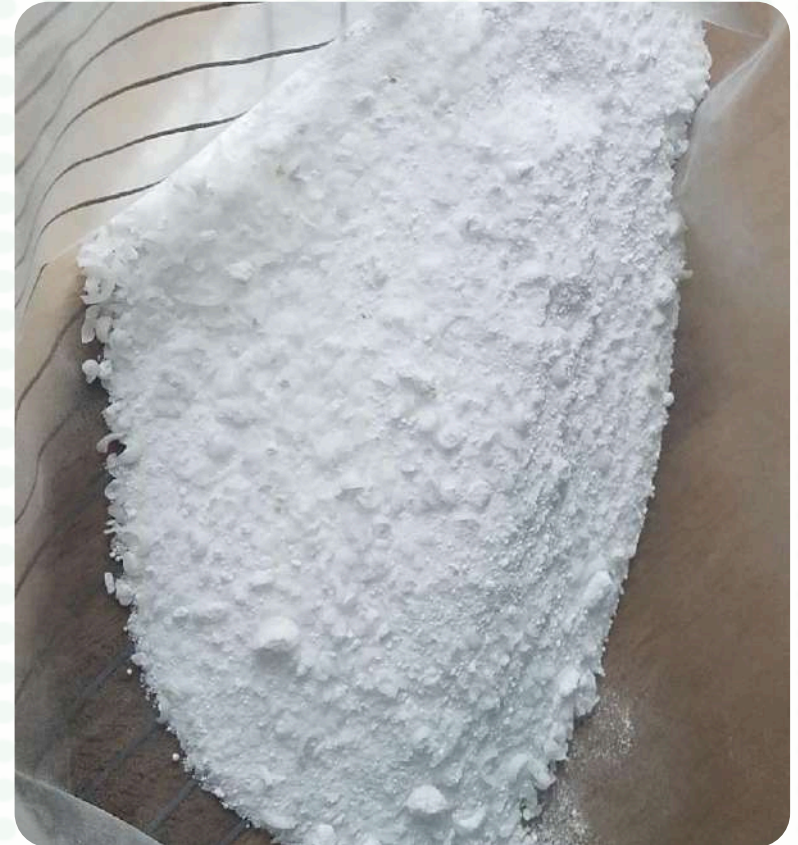
- 1 μεζούρα (π.χ. ένα ποτήρι) βόρακα (αντισηπτικές ιδιότητες)
- 1 μεζούρα υπερανθρακικού νατρίου (λευκαντικές ιδιότητες)
- 1 μεζούρα πυρωμένου νατρίου (μαλακωτικές ιδιότητες)
- Μια τυπική μερίδα που χρησιμοποιείται για το πλύσιμο των ρούχων είναι 4 κουταλιές της σούπας.

Για ξέβγαλμα

- κουταλιά της σούπας ξύδι + 5 σταγόνες φυσικό αιθέριο έλαιο (π.χ. λεβάντα, λεμόνι)



ΒΟΡΑΞ – ορυκτό, υλικό που εξορύσσεται στην Τουρκία και την Καλιφόρνια, μια ανόργανη χημική ένωση που χρησιμοποιείται επίσης στην ιατρική



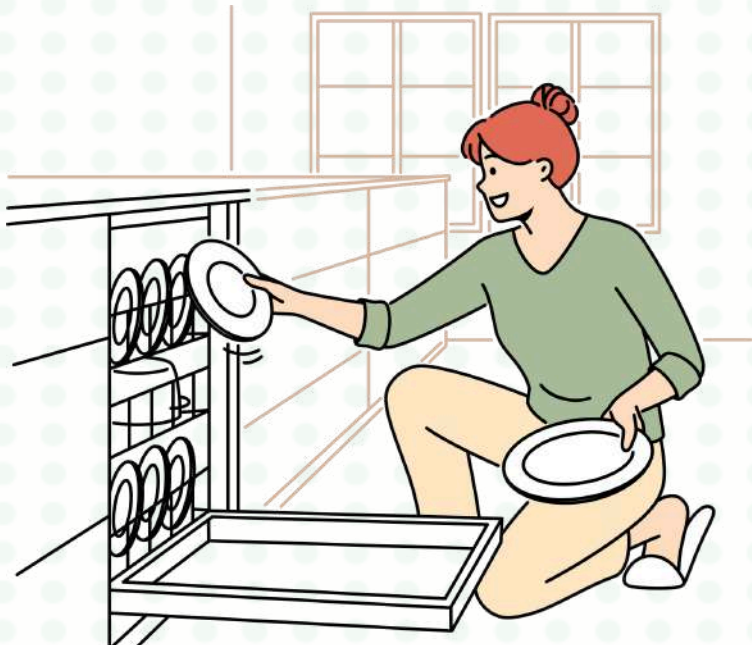
ΑΠΟΡΡΥΠΑΝΤΙΚΟ ΠΛΥΝΤΗΡΙΟΥ ΠΙΑΤΩΝ

Απορρυπαντικό πλυντηρίου πιάτων

- 1 μεζούρα (π.χ. ένα ποτήρι) κιτρικό οξύ
- 0,5 μέτρο βόρακα
- 0,25 μεζούρα επιτραπέζιο αλάτι

Στιλβωτικό μέσο

- 1 κουταλιά της σούπας ξύδι / γλυκερίνη + 5 σταγόνες αιθέριο έλαιο



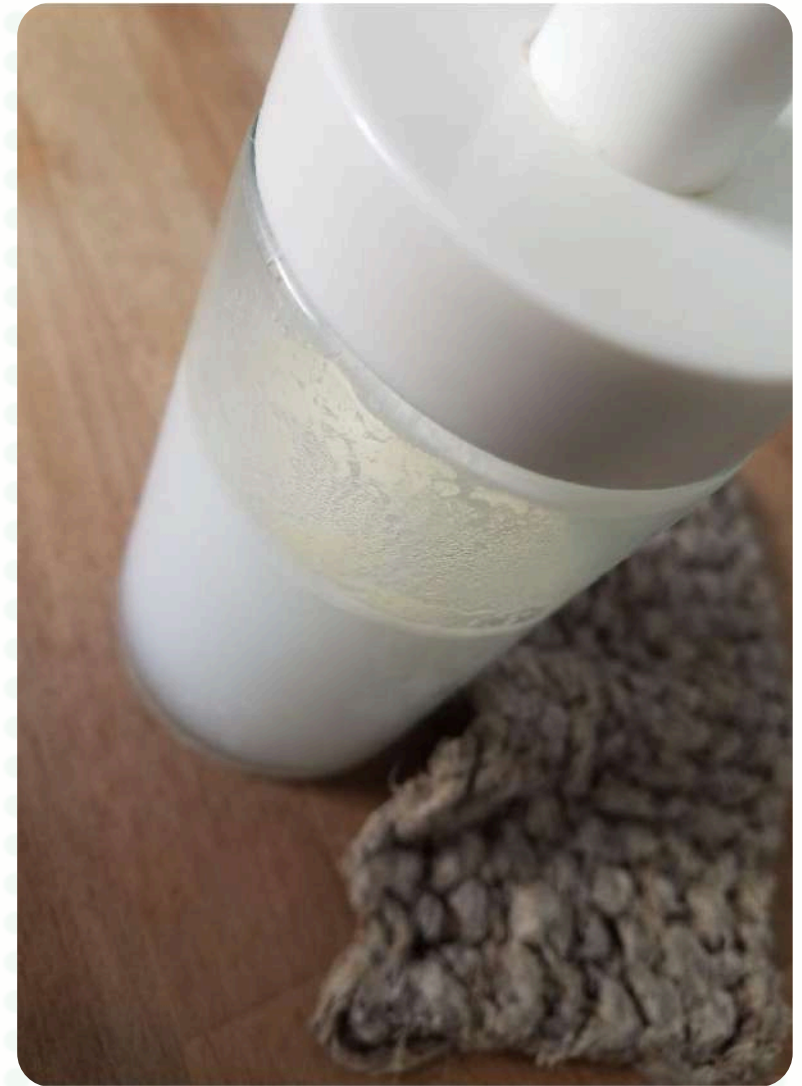
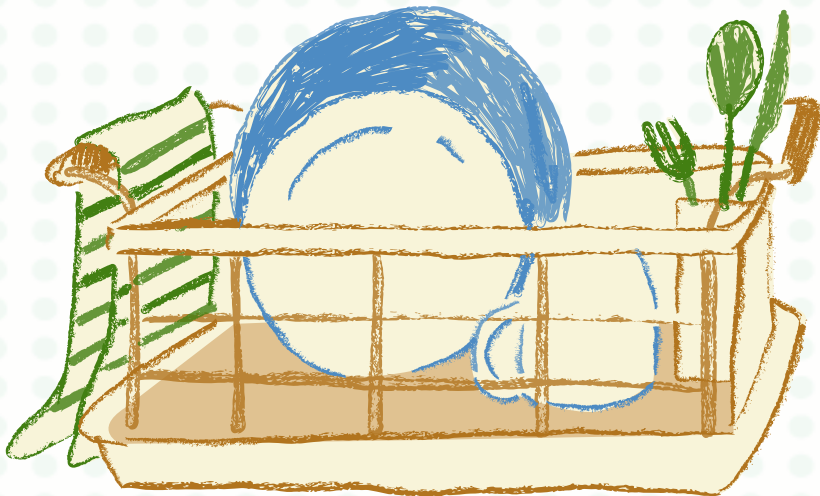
ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ!

Μετά την ανάμειξη των υλικών, το απορρυπαντικό πήζει γρήγορα! Μετά την ανάμειξη, τοποθετήστε τη σκόνη σε παγοκύβους σιλικόνης (μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε ένα περιτύλιγμα σοκολάτας, όπως στην παραπάνω εικόνα) για να την μοιράσετε.

ΤΖΕΛ ΠΛΥΝΤΗΡΙΟΥ ΠΙΑΤΩΝ

Ανακατεύουμε μαζί σε ένα γυάλινο βάζο:

- 0,5 ποτήρι καστιλιάνικο σαπούνι - υγρό
- 1 ποτήρι φιλτραρισμένο νερό
- 3 κουταλιές της σούπας μαγειρική σόδα
- 1 κουταλιά της σούπας γλυκερίνη
- 3 σταγόνες αιθέριο έλαιο μέντας ή ευκαλύπτου
- 5 σταγόνες αιθέριο έλαιο λεμονιού



ΛΟΣΙΟΝ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ/ΓΥΑΛΙΣΤΙΚΟ

Ανακατεύουμε μαζί σε ένα γυάλινο βάζο:

- 2 κουταλιές της σούπας πράσινο σαπούνι (διαλύεται σε 0,5 φλιτζάνια βραστό νερό) ή 0,5 ποτήρι υγρό σαπούνι Καστιλιάνικης
- 0,5 ποτήρι μαγειρική σόδα
- 10 σταγόνες αιθέριο έλαιο λεβάντας



ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ!

Με τη χρήση πράσινου σαπουνιού, η λοσιόν με την πάροδο του χρόνου θα αλλάξει τη συνοχή ώστε να είναι παρόμοια με ένα βερνίκι καθαρισμού.

SPRAY ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ (καθολική)

- Νερό με ξύδι σε αναλογία 2:1
- 10 σταγόνες αιθέριο έλαιο λεβάντας ή εσπεριδοειδών



ΝΤΕΜΑΚΙΓΙΑΖ

Ανακατεύουμε μαζί σε ένα γυάλινο βάζο:

- 0,5 ποτήρι απεσταγμένο ή φιλτραρισμένο νερό
- 1 κουταλιά της σούπας λάδι jojoba
- 1 κουταλιά της σούπας αλόη (προαιρετικά)
- 5 σταγόνες συνένζυμο Q10 (προαιρετικό)
- αντιρυτιδική δράση
- 5 σταγόνες βιταμίνη E
- 3 σταγόνες αιθέριο έλαιο γκρέιπφρουτ
- 3 σταγόνες αιθέριο έλαιο λεμονόχορτου



Ανακινήστε καλά πριν τη χρήση. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε επαναχρησιμοποιούμενα βαμβακερά μαξιλάρια για να βοηθήσετε στη διάλυση του πιο ανθεκτικού μακιγιάζ.



ΑΠΟΛΕΠΙΣΗ ΣΩΜΑΤΟΣ

Ανακατεύουμε μαζί σε ένα γυάλινο βάζο:

- Ζάχαρη και λάδι καρύδας ή ελαιόλαδο/σταφυλέλαιο σε αναλογία 2:1
- 5 σταγόνες βιταμίνη E – αντιοξειδωτικό, αναστέλλει τη γήρανση
- 5 σταγόνες αιθέρια έλαια (λεβάντα, εσπεριδοειδή)

Συστατικά για τρίψιμο:

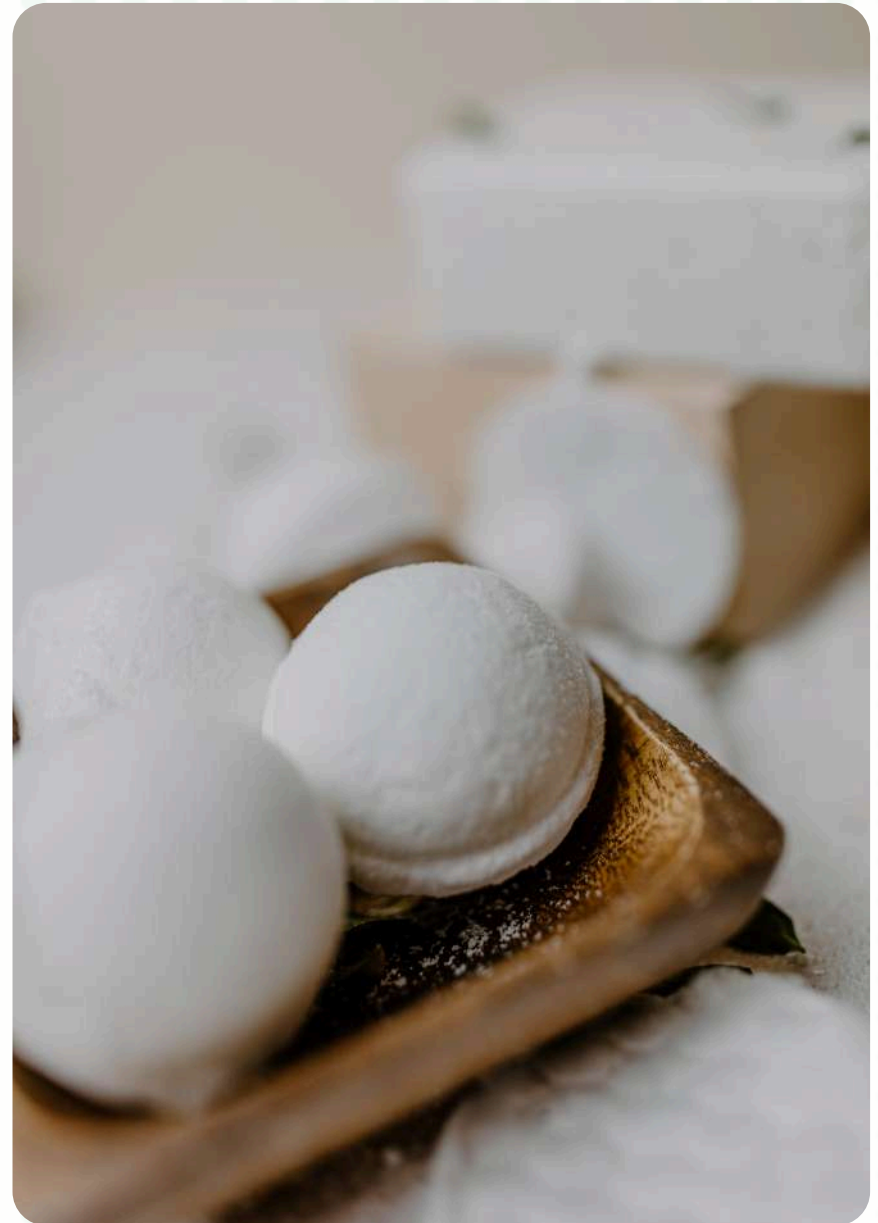
Επιλογή: κατακάθι καφέ, κοχύλια καρύδας, παπαρουνόσποροι, αποξηραμένη λεβάντα



ΒΟΜΒΕΣ ΜΠΑΝΙΟΥ

Ανακατεύουμε σε ένα γυάλινο μπολ:

- Αναμείξτε ένα ποτήρι μαγειρική σόδα με μισό ποτήρι κιτρικό οξύ,
- προσθέστε 20 σταγόνες από το αγαπημένο σας αιθέριο έλαιο (λεβάντα, τριαντάφυλλο, πορτοκάλι), προσθέστε 2 κουταλιές της σούπας λάδι καρύδας σε θερμοκρασία δωματίου,
- ψεκάστε το μείγμα που έχετε με το αγαπημένο σας υδρολικό ή τονωτικό και αρχίστε να το ζυμώνετε με τα χέρια σας,
- όταν το μείγμα έχει σύσταση υγρής άμμου, το μεταφέρετε στα καλούπια,
- Τοποθετήστε τις έτοιμες μπάλες σε ένα δίσκο, σκεπάστε με χαρτί κουζίνας και αφήστε τις να στεγνώσουν για 24 ώρες.



ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ

Στοματικό διάλυμα

- 2 ποτήρια έγχυμα φασκόμηλου
- 10 σταγόνες πρόπολη (διατίθεται στο φαρμακείο)
- 4 σταγόνες αιθέριο έλαιο μέντας

Προλαμβάνει τις νάφθες, καταπραΰνει τους τραυματισμούς, αναζωογονεί την αναπνοή.

Δροσιστική οδοντόκρεμα

- 1 κουταλιά της σούπας λάδι καρύδας
- 3 κουταλιές της σούπας λευκό άργιλο
- 5 σταγόνες αιθέριο έλαιο μέντας



Συμβουλευτείτε τον οδοντίατρό σας για συστάσεις για οδοντόκρεμα και στοματική φροντίδα.



ΑΠΟΛΥΜΑΝΤΙΚΑ ΥΓΡΑ ΜΑΝΤΗΛΑΚΙΑ

Υλικά:

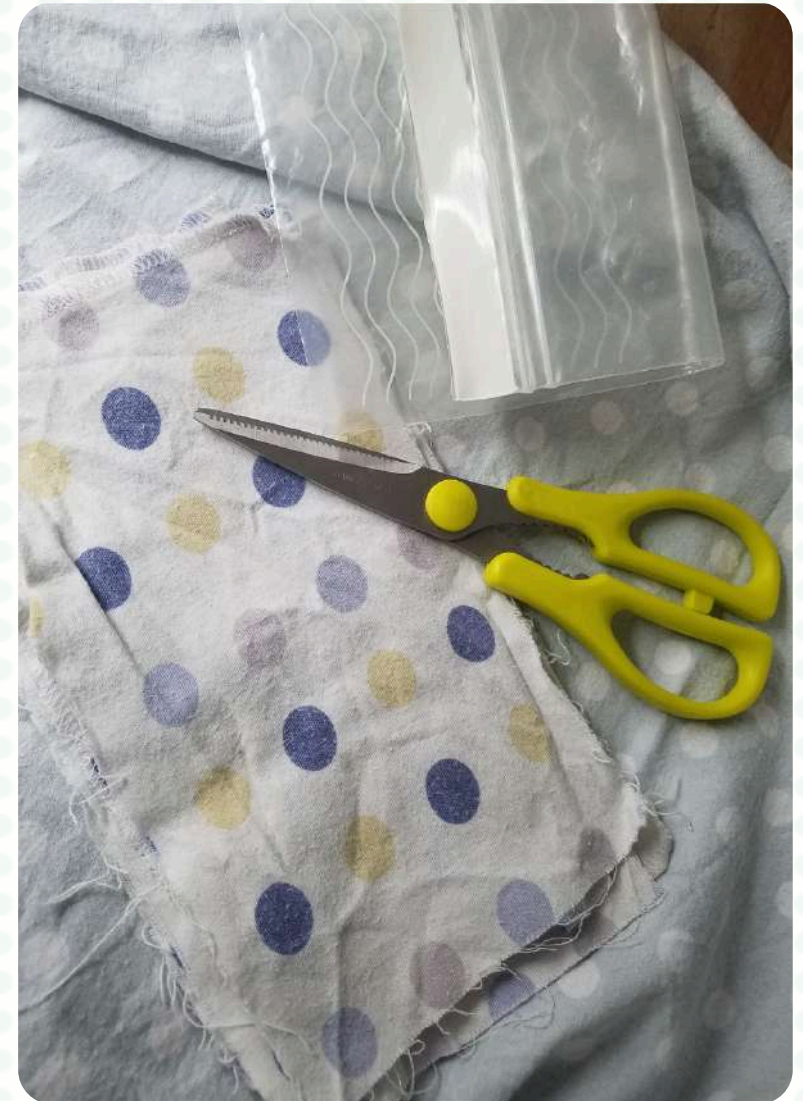
- Φθαρμένη φανελένια πάνα κομμένη σε κομμάτια διαστάσεων 15x15 εκ
- String τσάντα
- 1 λίτρο απεσταγμένο ή φιλτραρισμένο νερό
- 0,25 ποτήρι καλλυντικό απόσταγμα
- 1 κουταλιά της σούπας γλυκερίνη
- 5 σταγόνες βιταμίνη E και βιταμίνη B5 - πεντανόλη
- 3 σταγόνες αιθέριο έλαιο γκρέιπφρουτ και λεμονόχορτο

Μουλιάστε το υλικό στο προετοιμασμένο διάλυμα, στύψτε το και συσκευάστε το σε μια σακούλα με κορδόνια.

Μετά τη χρήση, πλύνετε σε θερμοκρασία έως 40 C, μουλιάστε στο διάλυμα και χρησιμοποιήστε ξανά.

SPRAY ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗΣ (καθολική)

Νερό με αλκοόλ σε αναλογία 2:1,
1 κουταλιά της σούπας γλυκερίνη,
10 σταγόνες αιθέριο έλαιο λεβάντας ή εσπεριδοειδών



ΑΠΟΣΜΗΤΙΚΟ

Ανακατεύουμε μαζί σε ένα γυάλινο βάζο:

- 1 κουταλιά της σούπας αλεύρι πατάτας
- 1 κουταλιά της σούπας μαγειρική σόδα
- 1 κουταλιά της σούπας λάδι καρύδας
- 4 σταγόνες αιθέριο έλαιο (λεβάντα, λεμόνι, γκρέιπφρουτ)



ΚΡΑΓΙΟΝ

Ανακατεύουμε μαζί σε ένα γυάλινο βάζο:

- 1 κουταλάκι του γλυκού βούτυρο καριτέ,
- 1 κουταλάκι του γλυκού λάδι καρύδας,
- 2 κουταλάκια του γλυκού κεριά μέλισσας,
- ¼ κουταλάκι του γλυκού μέλι
- Βαφή, π.χ. Παντζάρι σε σκόνη, ρουζ,
- 1 φλιτζάνι βραστό νερό και κατσαρόλα/
ρεσώ και ένα μικρό μπολ



Χρησιμοποιήστε ένα μικρό βάζο ή συσκευασία για κραγιόν.

Ανακατεύουμε όλα τα υλικά, λιώνουμε και προσθέτουμε τη βαφή.

Μεταφέρουμε το υγρό στη συσκευασία και το αφήνουμε στο ψυγείο για 2-3 ώρες να δέσει.





CIRCULAR ECONOMY
IN ACTION

Η ΚΥΚΛΙΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ ΣΕ ΔΡΑΣΗ
2022-3-PL01-KA210-YOU-000095329



Co-funded by
the European Union

WWW.INACTIONPROJECT.EU