

Décongestionnant maison

Ingrédients :

- 2 c. à soupe de cire d'abeille;
- 5 c. à soupe d'huile de tournesol;
- 10 gouttes d'huile essentielle de sapin baumier;
- 10 gouttes d'huile essentielle d'épinette noire.



Étapes :

1. Faire chauffer la cire d'abeille au bain-marie. Une fois fondue, ajouter l'huile de tournesol. Remuer.
2. Retirer du feu assez rapidement pour que le mélange ne soit pas trop chaud. Ajouter les huiles essentielles. Remuer.
3. Couler dans un pot masson. Vous pouvez entreposer votre baume décongestionnant à la température de la pièce, dans un endroit sec et à l'abri de la lumière.

ATTENTION : Si vous êtes enceinte ou allaitez, certaines huiles essentielles sont proscrites.

Des règles zéro déchet, ça vous dit ?

Plusieurs compagnies québécoises offrent dorénavant des serviettes sanitaires lavables. Les Trappeuses ont fait un banc d'essai pour vous à ce sujet. Visitez le <https://lestrappeuses.es/menstruations-granochic-101/>



Source : LenaetGabi

Connaissez-vous le Baluchon vert ?

C'est une entreprise d'ici située à L'Assomption depuis plus d'un an. On y retrouve des produits en vrac qui sont bio, véganes et sans gluten. On y retrouve également de la peinture sans COV et des produits pour les soins corporels. Allez consulter l'adresse suivante <https://fr-ca.facebook.com/LeBaluchonvert/>



tendance radis

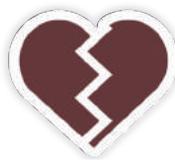
Cindy Trottier aborde les sujets du zéro déchet et du minimalisme en région au travers de vidéos, d'articles, de conférences, de trucs et d'astuces. Illustratrice-graphiste de métier, elle sera vous séduire avec son blog coloré et inspirant <https://www.tendanceradis.com/>

Coup de coeur



Recycler ses électroniques là où autorisé.

Maux de coeur



Utiliser des ustensiles de plastiques.

Défi du mois :

Ne plus utiliser de papier essuie-tout!

NousRire

C'est un groupe d'achat d'aliments biologiques et écoresponsables en vrac, partout au Québec. Il ne vous suffit que de commander en ligne. Un point de cueillette se trouve à Joliette. Allez visiter le <https://nousrire.com/> pour connaître les modalités.

Suggestion littéraire

Comment faire ses propres cosmétiques ?

Disponible à la Bibliothèque.

