



# MON BÉBÉ ZÉRO DÉCHET

## Liniment bébé

### Matériel

Pour un flacon de 250 ml

- 125 ml d'eau de chaux
- 125 ml d'huile d'olive / tournesol / ...
- 20 gouttes d'extrait de pépin de pamplemousse (pour la conservation - facultatif)
- 1 flacon avec bouchon !



### Préparation

1. Mettez tous les ingrédients dans un récipient qui ferme (bocal confiture ou flacon).

Utilisez le même nombre de goutte de pamplemousse quelle que soit la quantité de liniment produite.

2. Secouez énergiquement !!
3. Après 24 à 48h le liniment est prêt à être utilisé. Vous devez observer une petite pellicule huileuse à la surface qui confirme que toute l'eau de chaux à bien été mélangée (liniment non irritant).
4. Secouez le flacon avant chaque utilisation et appliquer sur une peau préalablement nettoyée à l'eau.



### ATTENTION

- Si le liniment n'a pas de pellicule huileuse en surface, c'est que l'eau de chaux n'est pas complètement mélangée et le liniment peut être irritant pour la peau !
- Si le liniment change de couleur ou d'odeur : jetez-le sans regret !
- Si le liniment a complètement déphasé : ne pas l'utiliser !!





# MON BÉBÉ ZÉRO DÉCHET

## Lingettes nettoyante sans machine à coudre

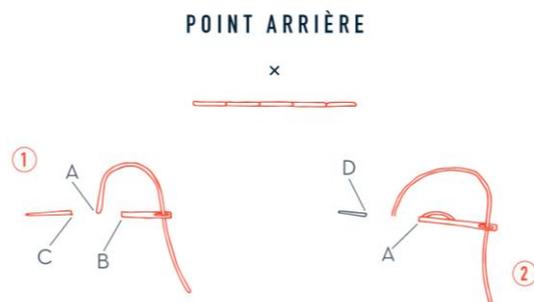
### Matériel

- 1 gabarit en carton de 10 x 10 cm
- 1 gabarit en carton de 8 x 8 cm
- 1 crayon de papier ou feutre à l'eau
- 1 paire de ciseaux
- fil à couture en coton
- 1 aiguille à coudre
- des épingles
- 1 dé à coudre (facultatif)
- du tissu en coton fin (uni ou à motif)
- du tissu éponge (bambou, serviette...)



### Préparation

1. Tracez à l'aide du gabarit et découpez un carré 10 x 10 cm dans le tissu éponge et le tissu coton.
2. Placez les 2 tissus l'un au-dessus de l'autre, côté extérieur l'un contre l'autre.
3. Marquez la ligne de couture sur l'un des deux tissus à l'aide du gabarit de 8 x 8 cm afin de pouvoir coudre à 1 cm du bord. Marquez sur un des côté un espace de 3 cm.
4. Pour coudre à la main, doublez le fil et appliquez la technique du **point arrière** avec environ 5 mm entre les points pour la solidité de la couture.
5. Coupez les angles de tissus et retournez la lingette par l'ouverture non cousue.
6. Fermez la lingette avec une couture visible ou invisible.





# MON BÉBÉ ZÉRO DÉCHET

## *Solution nettoyante pour lingettes imprégnées*

### Matériel

- 1 flacon de gel Aloé Vera (ou une feuille préalablement broyée au mixeur)
- 1 hydrolat à la fleur d'oranger ou camomille
- des lingettes en tissu
- 1 récipient avec couvercle type bocal



### Préparation

1. Mélangez  $\frac{1}{2}$  aloé vera et  $\frac{1}{2}$  hydrolat dans le bocal et fermez.
2. Secouez pour mélanger.
3. Mettez à tremper dans la solution des carrés de tissu ou vos lingettes.
4. Fermez la boîte (peut se conserver un mois à température ambiante).

*Mettre les hydrolats ouverts au réfrigérateur pour la conservation.*

*Une fois les lingettes utilisées, lavez-les à 60°C.*





# MON BÉBÉ ZÉRO DÉCHET

## Crème hydratante pour bébé

### Ingrédients

- 30 g de cire d'abeille
- 150g d'huile d'olive



### Préparation

1. Faites chauffer l'huile et la cire au bain-marie jusqu'à ce que la cire ait complètement fondu.
2. Versez le mélange dans un récipient (avec couvercle)
3. Laissez durcir ;

*S'utilise comme une crème classique et peut aussi servir de baume pour les lèvres.  
Se garde 1 an.*

## Les couches lavables

### Composition

1. un voile protecteur pour protéger la couche et évacuer les selles
2. une partie absorbante pour retenir l'urine
3. une enveloppe imperméable



### Utilisation

- La mise en place ne prend pas plus de temps que pour une couche jetable.
- Hormis le voile, rien ne se jette, tout se lave.
- Les couches souillées sont stockées à sec dans un seau hermétique.
- Lavage en machine à 40 ou 60°C, selon les matières, avec le linge de la maison et tous les 2 jours au maximum.

