

Réalisez des cadeaux
écologiques à offrir
et à partager!

Les cadeaux zéro déchet de l'équipe de la SEM pour les fêtes !

CONCEVEZ UN EXFOLIANT POUR LE CORPS

EXOFOLIANT POUR LE CORPS AU SUCRE ET AU CAFÉ

Simple mais efficace! L'huile hydrate la peau alors que le sucre et le café exfolient en douceur. La caféine aurait aussi un rôle à jouer pour atténuer la cellulite.

Ingrédients

- 60 ml (1/4 tasse) d'huile d'olive, de tournesol ou d'amande douce (peau sèche) ou de pépins de raisins (peau grasse)
- 45 ml (3 c. à T.) de café moulu (marc de café après usage, laisser sécher)
- 15 ml (1 c. à T.) de sucre + quelques gouttes d'huile essentielle, au goût (facultatif)

Préparation

- Dans un bol, mélanger le café avec le sucre.
- Ajouter l'huile petit à petit pour bien humecter le mélange.
- Ajouter l'huile essentielle si désirée et bien mélanger.
- Mettre dans de petits pots et fermer hermétiquement.
- Dans le bain, debout, ou sous la douche, appliquer sur tout le corps et frotter en mouvements circulaires pendant une dizaine de minutes, avant de rincer à fond.
- Ensuite, se laver au savon doux, ou pas!