

## CADEAUX PERSONNALISÉS, NOËL SANS DÉCHETS

ZERO WASTE SWITZERLAND ET L'ASSOCIATION ICI  
MERCREDI 28 NOVEMBRE 2018

---

### GOMMAGE CORPOREL À LA COCO, AU SEL ET AU SUCRE

- 70 g. de noix coco séchée râpée.
- 50 g. de sucre.
- 85 g. de sel.
- 100 ml d'huile d'olive.
- 75 g. d'huile de coco.
- 2-3 gouttes d'H.E. de lavande.

1. Fais fondre l'huile de coco au bain-marie;
2. Mélange la noix de coco, le sucre et le sel dans un bol;
3. Ajoute l'huile d'olive et de l'huile de coco fondue, amalgame bien l'ensemble;
4. Ajouter les HE;
5. Transfère le mélange dans un pot.

Source: Guide Zéro Déchet pour produits de soin corporel  
[https://zerowasteswitzerland.ch/projets\\_rencontres/guides-zero-dechet/soin-corporel/](https://zerowasteswitzerland.ch/projets_rencontres/guides-zero-dechet/soin-corporel/)

### CHANTILLY DE KARITÉ POUR LE CORPS

- 85 g. de beurre de karité.
- 30 ml. d'huile de jojoba.
- 15 g. de gel d'aloé vera.
- 5 gouttes de vitamine E.
- 30 gouttes d'extrait de vanille.

1. Place le beurre de karité dans le bol du mixeur;
2. Mixe à vitesse moyenne jusqu'à ramollissement complet;
3. Ajoute l'huile puis l'aloé vera. Mixe à grande vitesse;
4. Ajoute la vitamine E et les HE;
5. Transfère dans un pot.

Source : Guide Zéro Déchet pour produits de soin corporel  
[https://zerowasteswitzerland.ch/projets\\_rencontres/guides-zero-dechet/soin-corporel/](https://zerowasteswitzerland.ch/projets_rencontres/guides-zero-dechet/soin-corporel/)

**BAUME POUR LES LÈVRES**

- 3 c.s. d'huile végétale (jojoba, tournesol, argan, karité, germe de blé ou ricin).
- 2 c.c. de cire d'abeille.
- 4 gouttes d'HE de romarin ou de petit grain (obligatoire).

1. Fais fondre la cire d'abeille et l'huile au bain-marie ;
2. Hors du feu, en fouettant, ajoute l'HE ;
3. Mettre le mélange dans un petit pot vide et bien lavé ;
4. Mettre au frigo pendant 20 minutes.

Source : Famille (presque) Zéro Déchet - Ze Guide / Famille (presque) zéro déchet  
<https://www.famillezerodechet.com/archives/2015/12/07/33035984.html>

**LIQUIDE VAISSELLE**

- 1 bouteille d'1 l.
- 1 l. d'eau.
- 30 g. de savon de Marseille en copeaux.
- 60 g. de savon noir.
- 2 c.c. de bicarbonate de soude.
- 2 c.s. de vinaigre blanc.
- 3 c.s. de cristaux de soude.
- ½ c.c. de SLSA.
- 30 gouttes d'HE de citron.

1. Mélange l'eau aux deux savons et fais chauffer dans une casserole jusqu'à dissolution complète;
2. Hors du feu, ajoute un à un, en mélangeant bicarbonate, vinaigre, soude et SLSA dans cet ordre;
3. Laisse refroidir dans la casserole complètement et brasse régulièrement. Si la préparation fige, mixe-la au mixeur plongeant et éventuellement ajoute 1 verre d'eau chaude;
4. Une fois totalement froid et onctueux, ajoute l'HE, brasse et remplis la bouteille.

Source : Guide Zéro Déchet Produits de nettoyage à faire soi-même  
[https://zerowasteswitzerland.ch/projets\\_rencontres/guides-zero-dechet/nettoyage/](https://zerowasteswitzerland.ch/projets_rencontres/guides-zero-dechet/nettoyage/)

**SOS COOKIE**

- 250 g. de farine.
- 1 pincée de sel.
- 1 c.c. de bicarbonate de soude.
- 80 g. de flocons d'avoine.
- 100 g. de sucre roux.
- 100 g. de sucre cristal.
- 100 g. de pépites de chocolat.
- 80 g. de noix.

1. Dans un saladier, mélangez la farine et le sel;
2. Concassez les noix. Réservez;
3. Dans le fond du bocal, déposez la farine;
4. Tassez-la bien en tapotant le bocal. Versez ensuite le bicarbonate, les flocons d'avoine, puis le sucre roux puis le sucre en poudre;
5. Tassez bien entre chaque couche.

TEXTE À METTRE SUR LE BOCAL :

Préchauffez le four à 180° (th.6).

Versez le contenu du bocal dans un saladier.

Rajoutez un œuf entier battu et 125 g de beurre ramolli.  
Mélangez et formez des boules de pâte de la taille d'une noix.  
Déposez-les sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé.  
Faites cuire les cookies pendant 12 à 15 mn à 180°.

Source: Votre recette de cookie personnel?

#### OÙ FAIRE MES ACHATS ZÉRO DÉCHET SUR YVERDON-LES-BAINS POUR CES RECETTES ?

Pour trouver toutes les adresses Zéro Déchet, consultez notre carte :  
<https://zerowasteswitzerland.ch/carte-zws/>

##### POUR LE SOS COOKIE:

- Épicerie Vrac, Rue du lac 8, 1400 Yverdon-les-Bains
- Le Parfum de l'Orient, Rue du Valentin 13, 1400 Yverdon-les-Bains
- Au marché ! Le mardi et le samedi

##### POUR LES COSMÉTIQUES ET PRODUITS MÉNAGERS:

- Herboristerie et Droguerie Mélina Perusset, Rue du Lac 10, 1400 Yverdon-les-Bains
- Droguerie Hofer, Rue du milieu 2, 1400 Yverdon-les-Bains
- Le SLSA n'est disponible que sur internet. Il est possible de le remplacer par un autre tensio-actif, acheté en magasin.

Mon fournisseur (magasin situé à Givisiez mais qui fait aussi livraison):  
<https://www.aromacos.ch>

Cette liste n'est pas exhaustive mais donnée seulement à titre indicatif !

#### DES IDÉES EN PLUS ?

Un cadeau d'expérience?!

La plus simple manière de faire un cadeau zéro déchet, c'est de privilégier les expériences... Voici quelques suggestions:

##### THÉÂTRE-MUSIQUE:

##### POUR UN ÉVÉNEMENT PONCTUEL OU UN ABONNEMENT:

###### YVERDON-LES-BAINS

- L'Échandole
- Le Théâtre Benno Besson
- L'Amalgame

###### LAUSANNE

- L'Opéra Lausanne
- Théâtre de Vidy
- Théâtre Sévelin 36
- Arsenic
- etc.

##### BAINS-BIEN-ÊTRE:

(Entrées et/ou massages, soins, à combiner par exemple avec une exposition dans la ville choisie)

- Bains thermaux d'Yverdon
- Urban Spa Fribourg
- Oktogon Bern
- Thermalbad & Spa Zürich
- etc.

## SOUTIEN/DONS

À DES ASSOCIATIONS/ONG

AU NOM DE LA PERSONNE

À QUI L'ON FAIT LE CADEAU:

- Amnesty International
- Solidar
- Greenpeace
- Caritas
- Associations locales (ZeroWaste Switzerland, Association ici)
- etc.

## SOUTIEN/AIDE

OFFERTS PAR NOUS-MÊMES,

SELON CAPACITÉS:

- Une journée d'aide à la maison (ménage, tri, peinture, bricolage)
- Aide pour les démarches administratives (déclaration d'impôts)
- Cours de photo/danse/musique/dessin/électricité/cuisine (mettre en valeur et partager ce que l'on sait faire)
- 3 soirées de babysitting
- etc.

## AUTRES/ABONNEMENTS

- Un abonnement aux paniers paysans
- Un abonnement à la bibliothèque ou au musée (par musée ou Passeport Musées)
- Un abonnement au théâtre/cinéma, carte de membre à l'Amalgame (donne droit à des entrées et réductions)
- etc.

## COSMÉTIQUE

SAVONS DE REFONTE AU THÉ DE NOËL

**Guide ZWS** [https://zerowasteswitzerland.ch/projets\\_rencontres/guides-zero-dechet/soin-corporel/](https://zerowasteswitzerland.ch/projets_rencontres/guides-zero-dechet/soin-corporel/)

BOMBES DE BAIN

**Les petits riens** <http://www.lespetitsriens.com/2015/10/diy-des-bombes-de-bains-facon-lush/>

## MÉNAGE

VINAIGRE INFUSÉ D'AGRUMES

**Guide ZWS** [https://zerowasteswitzerland.ch/projets\\_rencontres/guides-zero-dechet/nettoyage/](https://zerowasteswitzerland.ch/projets_rencontres/guides-zero-dechet/nettoyage/)

BEE WRAP

**Banana pancakes** <http://www.bananapancakes.fr/archive/2017/10/03/diy-les-bee-wraps-5985691.html>

TAWASHI

**Mieux vivre autrement** <https://www.mieux-vivre-autrement.com/videos-tuto-le-tawashi-realiser-mon-eponge-ecolo-lavable-et-reutilisable.html>

## BUREAU

CARNET À RELIURE JAPONAISE

**Dans ma petite roulotte** <http://dansmapetiteroulotte.eklablog.fr/diy-tutoriel-un-carnet-avec-reliure-japonaise-a127792144>

## CARTE À PLANTER

**Ecoconso** <http://www.ecoconso.be/fr/content/diy-votre-carte-de-voeux-se-transforme-en-fleur>

## CUISINE

## KIT À VIN CHAUD

**C'est tout moi** <http://cest-tout-moi-gigi.blogspot.com/2012/12/cadeaux-gourmands-faits-maison-kit.html?spref=pi&m=1>

## SACHET DE THÉ MAISON

**The blonde and brown girl** <http://www.theblondeandbrowngirl.com/2015/11/des-sachets-de-maison.html#http://www.theblondeandbrowngirl.com/2015/11/des-sachets-de-maison.html>

## HUILES AROMATISÉES

**Projet pastel** <http://projetpastel.com/diy-huiles-aromatisees/>  
**I love do it yourself** <http://ilovedoityourself.com/recette-les-huiles-aromatisees-maison/>

## KIT RIZ AU LAIT

**Not parisienne** <https://www.notparisienne.fr/accompagnements-basiques/pour-la-patisserie/kits-pour-riz-au-lait/>