

Comment parfumer naturellement son INTÉRIEUR?

PARFUM D'AMBIANCE Simple et facile à faire soi-même



Que ce soit après une raclette ou une fondue de viande, les mauvaises odeurs se répandent rapidement dans la maison. Voici 3 variantes contre ces odeurs désagréables.

PARFUM D'AMBIANCE

- Bocal de confiture d'environ 2dl
- 100g du bicarbonate de soude
- Des herbes aromatiques séchées
- 5–10 gouttes d'huile essentielle, selon ton choix

Préparation: Remplir à moitié le bocal de confiture de bicarbonate de soude, disposer les herbes dans le bocal, ajouter l'huile essentielle. Percer quelques trous dans le couvercle et fermer le bocal. Placer à l'endroit souhaité. De temps à autre, mélanger les ingrédients.



SPRAY D'AMBIANCE

- Un petit flacon pulvérisateur
- 80ml d'eau distillée
- 20ml d'alcool (min. 40%)
- 15–20 gouttes d'huile essentielle, selon ton choix

Préparation: Mélanger tous les ingrédients et remplir un petit flacon pulvérisateur; ton spray d'ambiance est prêt.



PARFUM DE VOITURE

- 2–3 boules de bois naturelles, non laquées
- 2–3 boules de feutre pure laine
- Cordon de chanvre
- Ciseaux et aiguille
- Huile essentielle, selon ton choix
- Un bocal de confiture

Préparation: Couper le cordon selon la longueur souhaitée, enfiler les boules de bois et de feutrine. Nouer le cordon. Placer l'objet dans un bocal de confiture et parfumer avec l'huile essentielle de ton choix. Fermer le bocal et laisser imbiber jusqu'à ce que les boules aient absorbé l'huile essentielle. Renouveler le parfum après 2–3 semaines.

ASTUCE POUR LA SÉLECTION DES HUILES ESSENTIELLES:

- Fraîcheur naturelle: agrumes, romarin, menthe
- Éloigner les insectes: clous de girofle, feuilles de laurier, basilic
- Paix intérieure: camomille, cannelle, lavande

ensemble.compétentes.engagées.
**Nous, les
femmes
de l'espace
rural.**
paysannes.ch



SILVIA AMAUDRUZ