

# Fiche animation atelier 8 : Cosmétiques et produits d'entretien DIY

 Low-tech Lab Grenoble

NO IMAGE YET





Recommended sizes: 800 / 600 px


All sizes are accepted.  
If possible, landscape format is preferred.

[https://wiki.lowtechlab.org/wiki/Fiche\\_animation\\_atelier\\_8\\_:Cosm%C3%A9tiques\\_et\\_produits\\_d%27entretien\\_DIY](https://wiki.lowtechlab.org/wiki/Fiche_animation_atelier_8_:Cosm%C3%A9tiques_et_produits_d%27entretien_DIY)

Dernière modification le 20/02/2022

 Difficulty **Very easy**

 Duration **90 minute(s)**

 Cost **30 EUR (€)**

## Description

Cette fiche tutorial propose un format d'atelier de réalisation de produits d'entretien et de cosmétiques et quelques conseils pour l'animer. Elle s'inscrit dans le cadre de la documentation d'un projet mené par le Low-tech Lab Grenoble, avec l'aide d'étudiants de Grenoble-INP. D'autres fiches d'ateliers sont à retrouver, cf notes et références.

# Summary

## Contents

Description

Summary

Introduction

Step 1 - Présentation de l'atelier et discussion (20 min)

Step 2 - Temps de restructuration et d'enrichissement (10 min)

Step 3 - Réalisation des recettes (3 x 15 min)

Step 4 - Temps de distribution (10 min)

Step 5 - Temps de célébration (5 min)

Step 6 - Contenu pédagogique à télécharger

Notes and references

Comments

# Introduction

Cette fiche tutorielle s'inscrit dans le cadre d'un projet initié par le Low-tech Lab Grenoble. En 2021 le Low-tech Lab Grenoble a proposé une dizaine d'ateliers à la maison des familles de Saint-Bruno. Il a ensuite été proposé à des étudiants de PISTE, un nouveau parcours d'ingénieurs au sein de Grenoble-INP, de continuer ce projet en proposant notamment des ateliers à la maison des familles (Rapport final à retrouver sur le forum Lowtre). Cette fiche atelier vise à partager l'expérience d'animation et de préparation acquise lors de ce projet. Le terme Cosmétiques et produits d'entretien DIY est très large. Ici nous l'utilisons pour désigner le fait d'acheter séparément des ingrédients nécessaires à la fabrication de produits du quotidien pour les confectionner soi-même et ainsi réduire leurs prix, savoir ce qu'il y a dedans, diminuer la production de déchets... Durant cet atelier nous avons réalisé du shampoing, du nettoyant multi-surface et du produit vaisselle.

## Materials

### Shampooing :

- 7g de poudre de rhassoul
- 10g d'huile d'olive
- 7mL d'eau
- 30g de sodium coco sulfate
- 4 gouttes de vitamines E


### Cake vaisselle :

- 250g de tensioactif Sodium coco sulfate
- 2 cuillères à soupe d'eau chaude
- 1 cuillère à soupe de cristaux de soude
- 1 cuillère à soupe d'acide citrique
- 10 gouttes d'huile essentielle de citron

### Multi-surface :

- 0,75L d'eau chaude
- 60g de cristaux de soude
- 150mL de vinaigre blanc
- 5 gouttes d'huile essentielle de citron

 Fiche conseils animation

 Fiche\_animation\_atelier\_8\_-\_Cosm\_tiques\_et\_produits\_d\_entretien\_DIY\_Recettes\_DIY\_multi\_surface\_shampooing\_cake\_vaisselle.pdf

---

## Tools

### Contenants :

- **Pour le cake vaisselle** : Des bocaux de taille moyenne où il est facile de passer la main pour frotter son éponge sur le produit.
- **Pour le multi-surface** : Des bouteilles ou de grands bocaux qui ferment.
- **Pour le shampoing** : Des bocaux peu hauts à large ouverture ou d'autres contenants à partir desquels le produit sera facilement démoulable.

### Ustensiles :

- 3 grands saladiers
- une douzaine de petites et grandes cuillères
- Un grand bac pour stériliser tous les contenants d'un coup. Ou un autre grand saladier pour procéder en plusieurs fois.
- 1 Bouilloire

## Step 1 - Présentation de l'atelier et discussion (20 min)

1. Initier un tour des prénoms pour se présenter, si le temps le permet il est possible de faire un brise glace ou une météo des émotions par exemple.

2. Présenter rapidement les produits que nous allons réaliser. Initier une discussion autour des pratiques de chacun. Est-ce certain·e·s ont déjà fait ça ? Ont des pratiques qui s'en approchent ? Connaissent des pratiques de leurs grands-parents ? De leurs pays d'origine ?... C'est super si vous pouvez apporter une expérience perso.

L'intention est ici de valoriser les connaissances des participant·e·s et les inclure pleinement à l'atelier.

---

## Step 2 - Temps de restructuration et d'enrichissement (10 min)

Avoir quelqu'un qui utilise ces produits est un plus.

L'intention ici est d'expliquer ce que nous allons réaliser, les recettes, les ingrédients... pour fournir quelques notions clés, par exemple :

1. La stérilisation des contenants est important pour tuer les agents pathogènes qui pourraient se développer et ainsi assurer la bonne conservation du produit.
2. Le sodium coco sulfate est un tensioactif. C'est-à-dire que c'est une espèce chimique qui est capable relier l'eau à l'huile, ici le gras des cheveux à l'eau de la douche. C'est grâce à elle que ça mousse.
3. La vitamine E est un conservateur.

Vous pouvez parler des autres ingrédients, mais aussi des ingrédients qu'il n'y a pas (agent texturant, parfum chimique, gélifiant...). On estime que quelqu'un qui se lave régulièrement avec des produits du commerce a environ 200 substances chimiques dans son organisme.

Vous pouvez parler de la réduction du prix, des déchets... Ce temps est fait pour contextualiser l'atelier et adapter son objectif à votre public.



## Step 3 - Réalisation des recettes (3 x 15 min)

Pour des raisons sanitaires, nous avons séparé notre groupe en 2. Nous avons installé chaque recette à un endroit et les 2 groupes ont tourné jusqu'à réaliser les 3 recettes.

Cette organisation est très facile à faire évoluer en fonction du contexte et du nombre de participant-e-s/d'animateur-ric-e-s.

Pour l'animateur-ric-e l'idée est de laisser les participant-e-s se débrouiller avec la recette, intervenir si besoin, et de continuer la discussion autour de l'usage, des pratiques, des bénéfices de ces produits...



## Step 4 - Temps de distribution (10 min)

Donner des conseils d'utilisation spécifiques aux produits réalisés.

**Cake vaisselle** : Laisser sécher 48h à l'air libre avant utilisation. Le produit devrait se durcir. Pour l'utiliser il suffit de passer son éponge sur le produit et faire la vaisselle normalement.

**Shampooing** : Mettre le mélange au frigo pendant 3h ou au congélateur pendant 1h puis laisser sécher à l'air libre pendant 1 ou 2 jours. Ensuite, tenter de la démouler et l'utiliser comme un savon dur classique.

**Multi-surface** : Peut-être utilisé tel quel, diluer, sur une éponge ou à la serpillère...

Répartir ce que chacun-e veut emmener dans les contenants.

---

## Step 5 - Temps de célébration (5 min)

Prendre une photo et remercier tout le monde d'avoir participé.



## Step 6 - Contenu pédagogique à télécharger

Vous pouvez télécharger les recettes dans la partie "Fichiers" du tutoriel (onglet au niveau de la section "Outils-Matériaux").

---

## Notes and references

Lien vers le rapport final du projet LUTH, commandité par le Low-tech Lab Grenoble.

<https://piste.pan6ora.net/Projets/LUTH/Rapport%20LUTH%20final.pdf>

Fiche animation atelier 9 : Présentation de notre travail et validation technique des low-tech à la Maison des Familles

Lien vers l'association dont nous tirons ces recettes. <https://association-cie.fr/>