Rengörning, hud- och hårvård

Ringblomssalva

1 liter ringblommor (hela blommor ordentligt nertryckta i litermått)
1 dl lavendelblommor (inte nödvändigt – men ger god doft)
1 liter kallpressad rapsolja
bivax

Plocka blommorna när det är torrt ute (fuktiga blommor kan göra att salvan möglar). Bred ut blommorna på ett bord så att småkrypen ger sig iväg. Hacka blommorna.

Blanda oljan med de hackade blommorna i en kastrull och värm långsamt. Småputtra i 5-10 minuter. Låt stå och dra över natt.

Värm igen så att massan blir rinnig. Sila bort blommorna genom att använda finmaskig trådsil och fånga upp oljan. Pressa inte i silen utan låt stå och droppa i några timmar eller över natt.

Lägg blommorna i komposten. Mät hur mycket olja du har kvar nu.

Till varje deciliter olja ska du nu tillsätta 18 gram bivax.

Värm blandningen av olja och bivax i kastrull på spisen men bara så att bivaxet smälter (smältpunkt 63 grader).

Om bivaxet innehåller orenheter kan oljeblandningen nu silas genom nylonstrumpa. I annat fall är det nu dags för finessen:

När salvan svalnar behöver man röra om hela tiden. Särskilt i början för att oljan och bivaxet ska hålla sig blandade. Om man inte rör om blir det ett hårt ytskikt och rinnigt under. Jag brukar röra med en slickpott för att hela tiden skrapa ner från kanterna där bivaxet stelnar först.

När allt är lagom krämigt kan man fylla upp det på små burkar.

Deodorant

En deodorant utan skadliga kemikalier som du kan göra själv.

1 dl bikarbonat
1 dl ekologisk kokosolja (kan bytas ut mot ringblomssalva)

1 dl arrowrot (eller potatismjöl eller maizena)

Blanda alla ingredienser och värm i vattenbad så att oljan smälter, rör om så att allt blandar sig.

Ska deon användas vintertid: Häll upp i muffinsformar. Låt stå och stelna i kylskåp minst en vecka. Därefter har du en klump som du kan stryka direkt mot huden.

Ska deon användas sommartid eller tas med på resa (över 24 grader): Häll upp i små glasburkar, t ex sådana som det varit vaniljpulver i. Den använder du genom att hämta upp lite med fingret som du stryker mot huden.

Smältpunkten för kokosoljan är 24 grader.

Hårschampo av såpnejlika

1. Plocka årets behov av blad och blommor i augusti och torka.
2. Ta en nypa torkad såpnejlika och eventuellt några blad av rosmarin. Häll på en skvätt ättika eller vinäger och kokhett vatten.
3. När det har svalnat till ljummen temperatur silas växtdelarna bort och schampot är klart att användas. Använd till exempel en tom sirapsflaska för att få en bra stråle. Det här schampot behvöer ingen surskölj efteråt eftersom det redan innehåller ättika eller vinäger.

Hårtvätt med ägg

Den som har egna höns kan ha så gott om ägg på våren att de räcker till att tvätta håret med:

1. Stoppa in en tratt i en tom sirapsflaska och knäck ett ägg i tratten. Fyll halva flaskan med vatten i lagom temperatur och skaka. Schampot är färdigt.
2. Tänk på att inte skölja med för varmt vatten så att äggvitan koagulerar i håret.
3. Avsluta med surskölj: 1 dl äppelcidervinäger till en sirapsflaska med vatten.

Kombucha som hårskölj

Svart och grönt te används som en vårdande hårskölj men är inte surt och du får därmed inte de positiva effekterna av det sura. Kombucha, fermenterat te, är däremot både naturligt surt och vårdande och mycket rikt på antioxidanter. (1/4 dl i 3/4 dl vatten)

Tvättmedel av kastanj

1. Skörda hästkastanjer från marken på hösten. Skär varje kastanj i 4 bitar och torka för årets behov.
2. När du ska tvätta ta 12 bitar och lägg i en glasburk.
3. Häll på en skvätt ättika eller vinäger och 2 dl kallt vatten.
4. Ställ burken att dra i kylskåpet några timmar. Testa att skaka burken, kommer det bubblor är tvättmedlet klart.
5. Sila av och använd 1 dl kastanjevatten i tvättmedelsfacket och tvätta som vanligt. Spara resten i kylskåp till nästa tvätt. Det håller ungefär en vecka.
6. Till vittvätt tillsätts dessutom 2 msk bikarbonat i en tvättmedelskula i tvättmaskinen.

Ylletvättmedel av såpnejlika

Koka torkad såpnejlika i ca 10 minuter och sila av. Tillsätt en skvätt ättika. Låt svalna till 30 grader. Använd för att tvätta yllekläder för hand. Kläderna blir mjuka och får tillbaka sin glans. (www.morotsliv.com/2013/07/sapnejlika-for-rena-klader-och-ren-hud.html)

Fönsterputs/badrumsspray/grovrengörning av hårda ytor

3 dl vatten

2 dl ättika (12%) (eller 1 dl 24%)

5 droppar diskmedel

Spraya, gnugga, skölj med vatten.

Fläckborttagning mattor och textilier

Fläckar av frukt och bär löses upp omgående med kokhett vatten

Övriga fläckar:

1. Blanda vatten med ättika så att det blir 2.5 % lösning. Om du har en tom diskmedelsflaska på 5 dl så fyll den med 4 dl vatten och 1 dl ättika (12%). Om ättikan är 24% ska det vara ½ dl ättika på 4.5 dl vatten. Sådana här mängder kommer förstås inte gå åt så det går ju bra att ta en mindre flaska. Eller blanda i ordning så finns blandningen klar när olyckan är framme.

2. Skrubba bort så mycket som möjligt av fläcken med en kraftig borste (typ nagelborste om det är en liten fläck, rotborste om det är en större).
3. Gnugga fläcken med bakpulver/bikarbonat
4. Låt bakpulvret sitta kvar och spraya fläcken med ättikslösningen. Låt blandningen verka i minst tre timmar.
5. Skrubba med borsten för att få blandningen att verka på djupet. Låt torka över natten.
6. Dammsug, borsta och dammsug igen.

På det här sättet fick jag bort en riktigt ”hopplös” fläck av svart toner på min nya beige matta. Gick det så går det nog med alla fläckar!

Maskindiskmedel

1 msk bikarbonat i diskmedelsfacket
1 msk vinäger i sköljmedelsfacket
(källa: Maria Österåker, Självhushållning i praktiken)