

rebost

VEP!  
Com anam?

# Cosmètica amb calèndula

## \*OLI ESSENCIAL DE CALÈNDULA

### *MATERIALS:*

- 1 manat de flors seques de calèndula
- oli d'ametles de primera premsada
- 2 ampolles de vidre de color fosc



### *PROCEDIMENT:*

- Collirem un bon grapat de flors de calèndula (també coneguda com a llevamans), les estendrem damunt un canyís i les deixarem assecar a l'ombra durant una setmana.
- Passat aquest temps, omplirem  $\frac{3}{4}$  part d'una ampolla de vidre de color marró amb les flors seques de calèndula, sense que quedin compactes. Es pot emprar vidre transparent, però en aquest cas s'haurà de guardar en un lloc fosc i sec on no li pegui la llum directa.
- A continuació, omplirem l'ampolla amb l'oli d'ametles de primera premsada cobrint totalment les flors seques per evitar el creixement bacterià. Llavors, ho deixarem tot macerant durant 40 dies a sol i serena i ho remenarem una mica cada dia.
- En haver passat els 40 dies, serà el moment de filtrar l'oli macerat i passar-lo a l'ampolla definitiva. I ja serà llest per emprar.
- L'oli essencial de calèndula té propietats antiinflamatòries, facilita la curació de qualsevol ferida o erosió en la pell i també s'empra per a fer massatges i com a loció per a després de l'afaitat.

# rebost

VEP!  
Com anam?

## \*POMADA DE CALÈNDULA

### *MATERIALS:*

- oli de calèndula natural
- cera d'abella
- pot de vidre



### *PROCEDIMENT:*

- Amb l'ajuda d'un ganivet, gratarem la cera d'abella fins a obtenir-ne uns 20 grams.
- A continuació, dedins un perol, fondrem al bany de Maria 100 mil·lilitres d'oli de calèndula juntament amb els 20 grams de cera. Ho remenarem amb un pal de fusta, prèviament desinfectat amb alcohol, fins que la cera sigui ben fusa.
- Llavors, deixarem refredar una mica el líquid obtingut i, tot d'una, l'empotarem dedins un pot esterilitzat prèviament.
- Quan el líquid s'hagi refredat, tindrà una textura suau de pomada i ja es podrà utilitzar.
- Aquesta pomada, a més de tindre les propietats curatives de l'oli de calèndula, també té propietats suavitzants i nutritives per la pell.

# rebost

VEP!  
Com anam?

## \*CREMA FACIAL DE CALÈNDULA

### *MATERIALS:*

- oli de jojoba
- oli de rosa mosqueta
- oli de calèndula
- extracte de lavanda
- extracte d'aranja
- cera d'origen vegetal ratllada
- aigua destil·lada o mineral
- 1 pot de vidre de color marró



### *PROCEDIMENT:*

- Per elaborar una crema hem de fer una emulsió que consta de dues fases: la fase oliosa i la fase aquosa.
- El primer que farem serà mesurar 10 mil·ligrams d'oli de jojoba, 10 mil·ligrams d'oli de rosa mosqueta, 10 mil·ligrams d'oli de calèndula i 8 grams de cera d'origen vegetal.
- A continuació, ficarem tots aquestos ingredients dins d'un perol, els fondrem al bany de Maria i, amb l'ajuda d'un pal de fusta desinfectat amb alcohol, els remenarem fins que es desfaci la cera. Això serà la fase oliosa.
- D'altra banda, mesurarem 60 mil·lilitres d'aigua destil·lada i els encalentirem dedins un altre perol. Això serà la fase aquosa.
- La temperatura ideal que han d'assolir tant la fase oliosa com l'aquosa ha de ser de 60°, perquè l'emulsió vagi així com toca.

# rebost

VEP!  
Com anam?

- En tenir les dues fases a idèntica temperatura, abocarem a poc a poc l'aigua destil·lada dedins el perol amb els olis i la cera i, tot d'una, ho remenarem amb un pal fins que vagi lligant, agafi una tonalitat blanquinosa i prengui textura de crema.
- Llavors serà el moment de donar-li el toc final a la crema: li posarem 8 gotes d'extracte de lavanda que, a més d'aromatitzar-la, li conferirà propietats antisèptiques i relaxants. I també li afegirem 8 gotes d'extracte d'aranja que actuaran com a conservant.
- Finalment, passarem la crema a un pot de vidre de color marró, deixarem que es refredi a temperatura ambient i el guardarem a un lloc fosc on no li pegui la llum directa o dedins la gelera.
- Aquesta crema hidratant és molt beneficiosa pel custis i és ideal emprar-la 3-4 pics al dia.
- Salut!