



REZEPTE

Pflegecreme

Fettphase: 10 g Lamecreme
8 g Kakaobutter
8 g Sheabutter
5,5 g Lanolin
17 ml Mandelöl
17 ml Jojobaöl
3/4 Messl. Vitamin E-Acetat
45 ml abgekochtes Wasser

Wirkstoffe: 3/4 Messl D-Panthenol
20 Tr. Fibrostimulin od.
1 Messl. Liposomenkonzentrat
10 Tr. Paraben
event. 3-4 Tr. äth. Öl oder Parfümöl

Zubereitung:

Fettphase auf kleinster Flamme schmelzen. Vitamin E-Acetat dazugeben.
Das heiße, abgekochte Wasser mit dem Stabmixer in die Fettphase einrühren.
Die Wirkstoffe in die handwarme Creme geben.

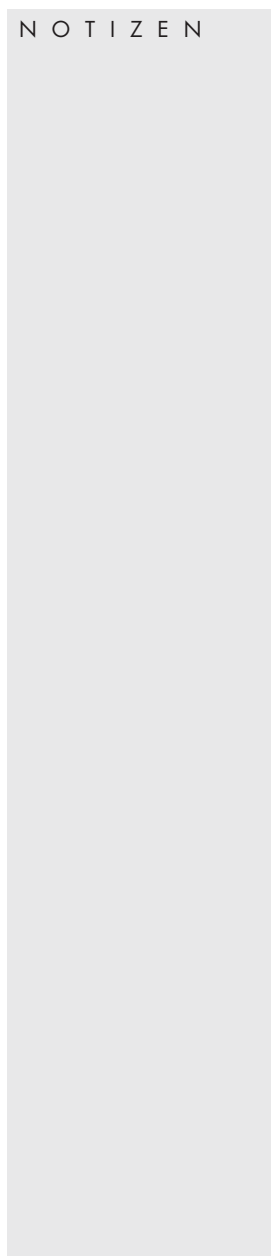
Körpermilch

10 g Tegomuls
2 g Fluidlecithin super
3 g Sheabutter
28 ml Jojobaöl

Zubereitung:

auf kleinster Flamme schmelzen.
Fettschmelze + 120 ml heißes abgekochtes Wasser in Schraubglas gießen
und fest schütteln oder mit dem Stabmixer einrühren. In die handwarme Milch
noch 1,5 Meßl D-Panthenol, 15 Tropfen Paraben K und ein paar Tropfen
ätherisches Öl rühren.

NOTIZEN





Wind- und Wetterschutzcreme (ca. 80 g fertige Creme)

Fettphase: 8 g Tegomuls
2 g Fluidlecithin super
30 g Sojaöl oder Mandelöl
1 Messl. Vitamin E Acetat

40 g abgekochtes Wasser

Wirkstoffe: 1 g Meristem Extrakt
10 Tropfen Paraben
event. 3-6 Tropfen ätherisches Öl oder Parfümöl

Zubereitung:

Fettphase bei niedriger Temperatur schmelzen, Vitamin E Acetat dazu rühren, kochendes Wasser dazugeben, im Schraubglas schütteln oder im Becherglas mixen damit sich eine Emulsion bildet. Creme abkühlen lassen und bei Handwärme die Wirkstoffe dazugeben.

Augenfaltencreme:

Fettphase: 5 g Emulsan
1/2 Messl. Fluidlecithin CM
0,5 g (1/2 Messl.) Walratersatz
15 g Jojobaöl
30 g abgekochtes Wasser

Wirkstoffe: 15 Tropfen Vitamin E Acetat
15 Tropfen Vitamin A Palminat Öl
1 Msp Hyaluronsäure
6 Tr. Paraben

Zubereitung:

Die Fettphase bei niedriger Temperatur schmelzen, dann das heiße Wasser dazugießen. Kräftig rühren, damit sich eine Emulsion bildet. Bei Handwärme die Wirkstoffe hinzufügen. Die Hyaluronsäure vorher in 1-2 ml dest. Wasser auflösen.

NOTIZEN



Handcreme bei trockener Haut

- 20 g Sesam- oder Olivenöl
- 3 g Cetylalkohol (zuerst auflösen)
- 9 g Tegomuls
- 5 g Bienenwachs

Zusatzstoffe:

- 1 Messl. D-Panthenol 75 %
- 30 Tropfen Aloe Vera 10-fach
- 1 Messl. Kamille Extrakt
- 20 Tropfen Silkprotein
- 2 Tropfen ätherisches Öl für den Duft
- 16 Tropfen Paraben K

Zubereitung:

Auf kleinster Flamme schmelzen. 110 ml Wasser abgekochtes, heißes Wasser dazurühren – am besten mit einem Stabmixer. In die handwarme Creme die Zusatzstoffe einrühren.

Fußbalsam

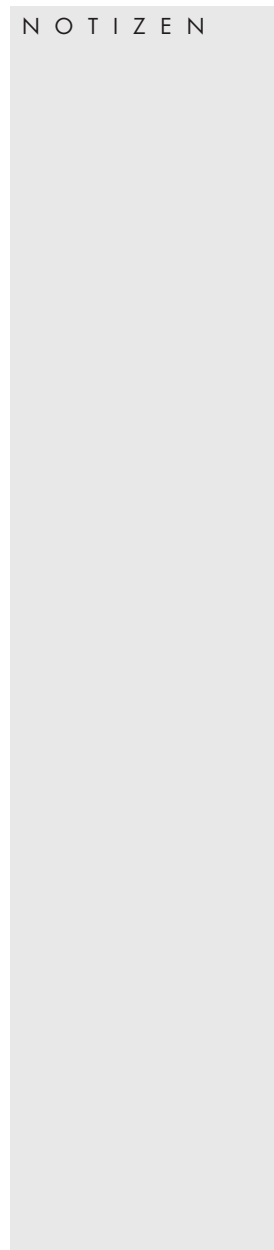
- 2 g Emulsan
- 2 g Sheabutter
- 2 g Bienenwachs
- 14 ml Macadamianußöl

Zubereitung:

Zusammen schmelzen und mit 10 ml heißem, abgekochten Wasser gut verrühren. In den handwarmen Balsam noch folgende ätherische Öle sowie das Konservierungsmittel einrühren.

- 1 Tropfen Salbeiöl
- 1 Tropfen Thymianöl
- 8 Tropfen Paraben K
- 1 Tropfen Rosmarinöl
- 20 Tropfen Teebaumöl

NOTIZEN





Mildes Kräutershampoo

- 0,5 g. Haarguar HT
- 80 ml frisch abgekochtes Wasser
- 80 g Tensidmischung
- 1 Messl. D-Panthenol
- 20 g Rewoderm
- 10 ml Plantessenz
- 1 Messl. Kalweg
- 40 Tropfen Paraben
- 1 Messl Fluidlecithin CM

Zubereitung:

Haarguar in ein Becherglas geben und das Wasser schnell einrühren damit sich das Pulver gut auflöst. Am besten mit einem Stabmixer oder Milchaufschäumer. Anschließend die Wasserphase in die Tensidmischung einrühren, ebenso das Rewoderm und die Zusatzstoffe.

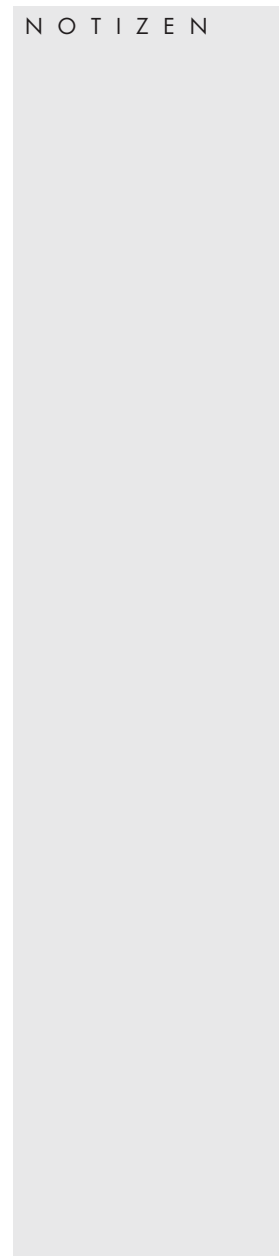
Shampoo gegen Schuppen

- 0,5 g Haarguar
- 2 Messl. Pirocton
- 110 ml frisch abgekochtes Wasser
- 85 g Tensidmischung
- 13 g Rewoderm
- 10 Tropfen Teebaumöl
- 10 Tropfen Bergamotte
- 5 ml Birkenextrakt
- 1 ml Kalweg
- 40 Tropfen Paraben

Zubereitung:

wie oben

NOTIZEN





Massage/ Körperöle

Durch die Massage werden die Blutversorgung und Lymphe des entsprechenden Gebietes verbessert. Dadurch verringern sich Muskelschmerzen, abgelagerte Giftstoffe werden besser beseitigt und über den Duft die Psyche beeinflusst.

Auf 100 ml Basisöl gibt man ca. 10-50 Tropfen ätherisches Öl. Als Basisöle eignen sich besonders Mandel-, Weizenkeim-, Jojoba- und Olivenöl aber auch andere hochwertige, kaltgepresste Pflanzenöle

Entspannendes Massageöl

- 100 ml Basisöl
- 4 Tr. Geraniumöl
- 8 Tr. Lavendelöl
- 6 Tr. Melisseöl
- 8 Tr. Orangeöl
- 8 Tr. Sandelholzöl
- 4 Tr. Zimtrindenöl

Orientalisches Massageöl

- 100 ml Jojobaöl
- 5 Tr. Jasminöl
- 3 Tr. Rosenöl
- 12 Tr. Patchouliöl
- 15 Tr. Sandelholzöl
- 4 Tr. Zimtrindenöl

Erfrischendes Massageöl

erhellte das Gemüt, fördert die Konzentration

- 100 ml Mandelöl
- 10 Tr. Litsea Cubebaöl
- 5 Tr. Limettenöl
- 10 Tr. Mandarinenöl

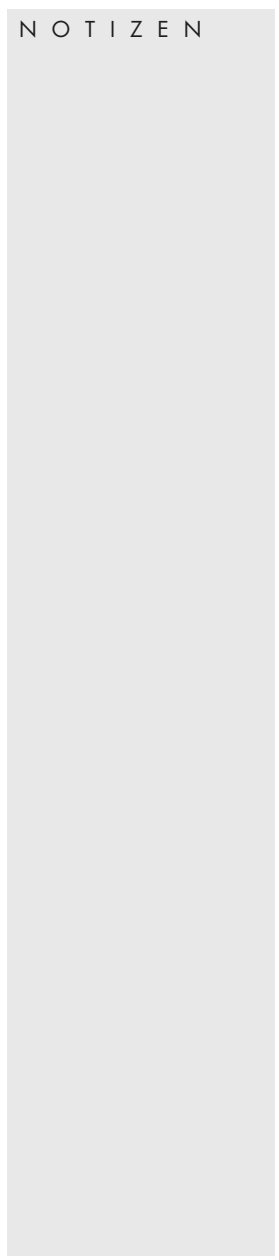
Würziges Massageöl

vermittelt innere Harmonie und Wärme

- 100 ml Basisöl
- 4 Tr. Orangeöl
- 5 Tr. Nelkenblütenöl
- 2 Tr. Zimtblätteröl
- 1 Tr. Weihrauchöl

Gesichtsmassageöl

- 20 ml Jojobaöl
- 8 Tr. Orangenöl
- 2 Tr. Ylang-Ylang





Lippenpflegestift (für ca. 10 Stifte)

50 ml Jojobaöl
20 g Bienenwachs
7 g Sheabutter
3 g Fluidlecithin super
20 Tropfen alpha bisabolol
30 Tropfen D- Panthenol
30 Tropfen Vanillearoma

Salbe mit Johanniskrautöl

50 g Lanolin
50 ml Johanniskrautöl
2 g Bienenwachs

Zubereitung: Bei niedrigster Temperatur schmelzen, etwas abkühlen lassen, event. 2-4 Tropfen Lavendelöl dazu rühren und in Dosen oder Gläser abfüllen. Das Johanniskrautöl kann auch durch andere Öle ersetzt werden (z.B. Avocadoöl, Aloe Vera Öl.)

Deo-Roll-On

20 ml kosmetisches Basiswasser
1/2 Messl. Xanthan oder Gelbildner
30 ml dest. Wasser
50 Tr. Tropfen Salbeiöl

Zubereitung: Xanthan oder Gelbildner im Basiswasser verteilen, Wasser u. Salbeiöl dazugeben, kräftig schütteln (im Schraubglas) u. in eine Roll-on Flasche füllen.

Gutes Gelingen und viel Freude mit Ihren selbst hergestellten Pflegeprodukten

wünscht **Creativ Cosmetic**
Waltraud Rettenbacher