



1 Le liniment oléo-calcaire stabilisé, nettoyant doux

"Le vrai liniment est conçu avec de l'huile d'olive et de l'eau de chaux, aux propriétés nettoyantes et désinfectantes, sans ingrédients chimiques. Lors du change, appliquer avec un coton ou avec un carré de tissu doux. Inutile de rincer, il laisse une pellicule grasse qui est protectrice et nourrissante", explique Sandrine Le Blanc, sage-femme libérale, membre de l'association Maman (Mouvement associatif pour un meilleur accueil nature). Originaire du Sud de la France, utilisé depuis plusieurs générations, les propriétés apaisantes et antiseptiques du liniment en font un produit recommandé, non seulement pour nettoyer et hydrater la peau de bébé, mais aussi en cas de rougeurs ou d'érythème fessier.

La recette du liniment maison.

par Céline et Juanita de l'association O'Natiwel

Ingrédients pour 200 ml de liniment

- 100 ml d'eau de chaux (en pharmacie)
- 100 ml d'huile d'olive alimentaire (première pression à froid, bio)
- 4 g de cire d'abeille en paillettes (émulsifiant, en magasin bio)

Préparation

1. Au bain-marie, faites fondre la cire d'abeille dans de l'huile d'olive. 2. Dès que la cire est fondue, retirez du bain-marie et ajoutez l'eau de chaux, en fouettant à la fourchette, désinfectée au préalable. 3. Ajoutez 5 gouttes d'extrait de pépin de pamplemousse. 4. Transvasez (avec un entonnoir ou une spatule) dans un flacon désinfecté, et notez la date à l'aide d'une étiquette collée sur le flacon. Pour une version plus basique, versez, dans un flacon stérilisé, 1 volume d'huile végétale pour 1 volume d'eau de chaux. Secouez énergiquement. Agitez bien avant chaque usage.

2 Le lait maternel, antibiotique naturel

"Radical pour les yeux irrités ou la conjonctivite ! Faites couler 1 à 2 gouttes de lait maternel dans l'œil, à l'aide d'une pipette de sérum physiologique ou d'une cuillère à café. Efficace aussi contre les piqûres d'insectes, en particulier des moustiques. Magique, gratuit et sans ordonnance !", conseille Sandrine Le Blanc. "Le lait maternel frais contient des antibiotiques naturels, anti-infectieux, des agents hydratants et protecteurs", ajoutent Céline et Juanita de l'association O'Natiwel.

Conseils d'utilisation

Ses propriétés sont intéressantes pour le lavage du nez de bébé lors de rhinites (tel un sérum physiologique), pour soigner les irritations, les petits boutons, les croûtes de lait, l'érythème fessier, l'eczéma...