

SEIFE SELBER MACHEN FÜR EINSTEIGER

Schritt für Schritt Ihre Naturseife ganz leicht
selber sieden für eine hautschonende,
umweltfreundliche und natürliche Körperpflege



INHALT

Das erwartet Sie in diesem Buch

Warum Naturkosmetik?

Vorteile selbstgemachter Seife

Was Seife ist und wie wirkt sie

Vorbereitung

Sicherheitshinweise

Utensilien

Inhaltsstoffe für Sie

Feste Fette

Flüssige-/Basisöle

Duftstoffe

Ätherische Öle

Farbstoffe

Überfettung

Arten von Seife – Rezeptsammlung

Anfänger

Haarseifen

Rasierseifen

Spezielle Seifen

Seifenreste

Anleitung

Lagerung und Umgang

Eine saubere Sache

Das erwartet Sie in diesem Buch

Mist! Schon wieder stehen Sie in der Drogerie und sind völlig überfordert. Volle Regale, bunte Farben, süße Düfte, unterschiedlichste Marken sind vertreten. ‚Seife‘ haben Sie auf Ihre Einkaufsliste geschrieben. Sie sehen sich mit großen Augen um. Flüssigseife, Shampoo, Seifenbars, feste Seife, Kernseife, Körperpeeling, ziemlich groß die Auswahl. Für den Körper soll sie sein, daher suchen Sie nach dem Geruch aus. Himbeere, Olive, Avocado, Citrus, vielleicht schauen Sie doch besser noch einmal auf die Inhaltsstoffe. Gut verträglich sollte sie sein und natürlich. Auf der Rückseite der Packung steht ja alles drauf. „Aqua, Citric Acid, Sodium Laureth Sulfate“, Sie hören auf, zu lesen, und geben auf. Die Seife zu Hause reicht bestimmt noch für ein paar Tage. Da muss es doch auch eine andere Alternative geben?

Die gibt es, selbst machen lautet die Devise. Wenn Sie bis jetzt noch nicht darüber nachgedacht haben, ist das überhaupt nicht schlimm. In diesem Buch bekommen Sie alles vermittelt, was Sie benötigen. Es soll Sie nicht nur motivieren, sich selbst an der Seifenherstellung zu versuchen, sondern auch zeigen, wie einfach es geht und wie viel besser es ist, als Produkte zu kaufen. Dabei sind die Möglichkeiten genauso vielfältig und der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Entscheiden Sie selbst darüber, was Sie an Ihre Haut lassen und worauf Sie verzichten möchten. Hierbei erfahren Sie genau, wie es funktioniert, und Sie werden Schritt für Schritt verständlich angeleitet.

Ich möchte Ihnen zeigen, wie viel Spaß die Herstellung bringen kann, mit zahlreichen Rezepten zum Anregen und

Nachmachen. Mit viel Freude sage ich also: „In die Küche, fertig, los!“.