

[PARTAGER]

Prendre soin de soi et des autres

Que de frénésie avant Noël ! Et si l'attention témoignée à quelqu'un donnait un autre sens au temps de l'Avent ? On peut même en profiter pour se faire plaisir à soi-même.

Mains douces



Une crème pour les mains faite maison !

Ingrédients

- 9 cuillères à soupe d'huile d'amande douce ;
- 20 gouttes d'huile essentielle de géranium rosat ;
- 3 cuillères à café de jus de citron ;
- 1 pot en verre ou un flacon de 100 ml.

Préparation

- Versez l'huile d'amande douce dans un bol.
- Incorporez le jus de citron, les gouttes d'huile essentielle et mélangez.
- Versez dans le pot (conservation 2 mois au réfrigérateur).

Les bons moments

Le calendrier 2021 personnalisé avec des photos de la famille, pour chaque mois de l'année.

Petite bouillotte

Une jolie chaussette remplie de riz et fermée d'un beau ruban peut remplacer une bouillotte.

La mettre 1 min au micro-ondes.

Merci !

Écrire une lettre de gratitude à une personne que l'on aime ou que l'on connaît moins. Lui préciser qu'elle pourra la relire en cas de « coup de blues », pour se redonner la pêche.

Chaud, chocolat...

- Sur feu très doux, faire fondre 200 g de chocolat noir dans un peu de lait.
- Ajouter ensuite le reste du litre de lait en remuant avec une cuiller en bois.
- Verser le mélange chaud dans des tasses.
- Juste avant de servir, les recouvrir d'un dôme de crème chantilly.
- Saupoudrer de copeaux de chocolat et déguster!

Sortir

Organiser un après-midi sur un thème qui touche l'un de nos amis et le partager avec lui.

Photorama de l'Avent

Chaque jour de l'Avent, par des photos envoyées par mail, faire découvrir à ses petits-enfants souvenirs de jeunesse et lieux préférés...

Convivial

Entre Noël et le Jour de l'an, faire un repas de fête pour des voisins, des amis souffrant de solitude...

Miam miam!

Réaliser un petit livre des recettes de famille avec leurs secrets de fabrication.

Un diffuseur de parfum

Délicate senteur

- Remplir un carré de gaze avec:
- des zestes d'orange;
 - des zestes de citron;
 - 2 ou 3 clous de girofle;
 - 1 étoile de badiane;
 - des brisures de bâton de cannelle.

Étui tout doux

Bande de feutrine

Fils de couleur

Bouton et bout de laine

- **Découper** une bande de feutrine de 40 x 10 cm. La plier à 4 cm du haut pour le rabat, puis plier la forme en 2.
- **Décorer** en cousant des étoiles.
- **Coudre** les bords de l'étui, sauf l'ouverture.
- **Coudre** un bouton sur l'étui et un bout de laine sous le rabat.