



HOJA DE DILUCIÓN

de Lisa Bronner

JABÓN PURO DE CASTILLA LIQUIDO

USOS PARA EL CUERPO:

MANOS-CARA-CUERPO

Unas gotas de jabón aplicadas sobre las manos mojadas o una toallita.

DISPENSADOR DE JABÓN CON BOMBA DE ESPUMA

Llene el envase con 1 parte de jabón y 3 partes de agua.

DESMAQUILLANTE

Humedeza la cara y frote unas gotas de jabón con las manos para hacer espuma. Masajee la piel para desmaquillar y enjuague.

CABELLO

Un par de gotas para cabello muy corto o hasta ½ cucharada (7,5 mL) para cabello largo, aplicado directamente sobre el cabello muy mojado o diluido previamente en una taza de agua. Enjuague y aplique un vasito de agua con vinagre de sidra de manzana como acondicionador.

BAÑERA

Aproximadamente 2 cucharadas (30 mL) de jabón para una tina de tamaño promedio. ¡No hace burbujas, pero limpia y huele muy bien!

AFEITADO

Cara, 10 gotas; Axilas, 3 gotas; Piernas, ½ cucharadita (2,5 mL). Frotar hasta hacer espuma con las manos mojadas, aplique al área deseada, afeite y enjuague.

DIENTES

1 gota en un cepillo de dientes. (Sí, sabe a jabón).

BAÑO DE PIES

½ cucharada (7,5 mL) en una tina pequeña con agua caliente.

DESPEJAR LA CONGESTIÓN NASAL

1 cucharada (15 mL) de jabón de menta o eucalipto en un recipiente con agua humeante pero no hirviendo. Respire el vapor, también puede mojar una toalla, exprimirla y colocarla sobre el rostro. ¡Relájese y respire profundo!

USOS PARA EL HOGAR:

PLATOS (LAVADO A MANO)

Recomendación: Diluir jabón 1:10 con agua en una botella. Use directamente y frote con un cepillo o esponja. 1-2 cucharadas (15-30 mL) de jabón en un fregadero lleno de agua. 1 gota de jabón para una olla o agregue más si es necesario. Si tiene agua dura, seque platos y demás a mano.

LAVANDERÍA

De ⅓ a ½ taza (80-120 mL) de jabón para una carga grande en una lavadora normal. Puede agregar 1 taza (240 mL) de vinagre al ciclo de enjuague.

Opcional: Para blanquear o desodorizar, agregue ½ taza (120 mL) de bicarbonato de sodio para el ciclo de lavado. Use mitad de estos montos para lavadoras HE.

LAVADO DE DELICADOS A MANO

Una cucharada (15 mL) de jabón en aproximadamente 1 galón (4 L) de

agua fría. Agite suavemente. Deje remojar 10 minutos. Agite de nuevo. Enjuague con agua limpia. Presione suavemente para remover el exceso de agua con una toalla. Cuelgue la ropa o extiéndela en plano para que seque.

TRAPEADO DE PISO

(MADERA/LAMINADO/PIEDRA/AZULEJO)

½ taza (120 mL) de jabón en 3 galones (12 L) de agua caliente. Remoje un trapeador (preferiblemente de microfibra) y escúrralo bien. Sobre madera y laminado, evita el exceso de agua y limpíe las zonas húmedas.

SPRAY DE LIMPIEZA MULTIUSO

¼ de taza (60 mL) de jabón en 32 oz (1 L) de agua en una botella con atomizador. Opcional: Agregue ¼ de cucharadita (1,25 mL) de aceite esencial de árbol de té.

VENTANAS

1 cucharada (15 mL) de jabón en 32 oz (1 L) de agua en una botella con atomizador. Aplique y use un escurridor de goma. Continúe con un rociado de agua mineral o mitad vinagre/mitad agua y un escurridor de goma.

INODORO

Diluya el jabón 1:4 con agua en una botella con atomizador. Agregue ¼ de cucharadita (1,25 mL) de aceite de árbol de té. Para mejores resultados, cierre la llave de paso y vacíe el inodoro. Rocíe el spray multiuso o agregue 2-3 gotas de jabón de castilla directamente en el cepillo. Espolvoree bicarbonato de sodio en el cepillo, frote el tazón, deje reposar 10 minutos, abra el agua y jale la cadena para enjuagar.

OTROS USOS:

LAVADO DE FRUTAS Y VEGETALES

¼ de cucharadita (1,25 mL) de jabón en un recipiente con agua. Sumerja y mezcle. Enjuague con agua limpia.

BAÑO DE MASCOTAS

Moje a fondo a su mascota. Masajee con suficiente jabón para crear una buena espuma. La cantidad varía según el tamaño, el tipo de cabello y la suciedad general - evite que entre jabón a los ojos y enjuague con bastante agua.

LIMPIEZA DE BROCHAS DE MAQUILLAJE

Moje la brocha y aplique 1-2 gotas de jabón a las cerdas, masajee suavemente durante más de 10 segundos y enjuague. Repítalo cuantas veces sea necesario hasta que el agua salga limpia.

SPRAY VEGETAL PARA INSECTOS

1 cucharada (15 mL) de jabón en un 1 litro (32 oz) agua. Rocíe sus plantas dos veces al día, hasta que desaparezca la infestación.

SPRAY PARA HORMIGAS (NO EN PLANTAS)

¼ de taza (60 mL) de jabón de castilla de árbol de té en un 1 litro (32 oz) de agua. (Esta concentración quemará las plantas).



Para más recetas visite:
LisaBronner.com

Going Green
with Lisa Bronner