

SE DÉTENDRE

Devenir savant ès savon

Ils sont venus de loin ce matin-là pour se retrouver à la ferme de Noé, une ferme bio de la campagne aixoise, posée au milieu des champs et des vignes, face à la montagne Sainte-Victoire. Dans ce cadre bucolique, les six participants au stage organisé par la savonnerie du Regagnas ont rendez-vous pour une journée d'atelier pratique. Une journée pour apprendre les rudiments de la méthode à froid, une technique qui permet de réaliser soi-même ses propres savons avec quelques ingrédients de base. Cet atelier, c'est Maria Gernem, savonnière professionnelle de talent qui l'organise pour, dit-elle, « permettre aux gens

de réaliser leur savon naturel dans une démarche ludique et écologique ». Car réaliser son savon de A à Z nécessite des savoirs et des techniques bien particuliers et les produits utilisés peuvent être dangereux s'ils sont mal manipulés. C'est cette méconnaissance des produits qui a poussé certains des participants à s'inscrire au stage. « On a déjà fait une tentative de savon. On avait suivi toutes les consignes trouvées sur internet mais on avait acheté des cristaux de soude au lieu de prendre de la soude caustique. Résultats des courses, le mélange n'a jamais pris et on a préféré arrêter la casse » explique Françoise, une montpelliéraine venue participer

au stage avec son frère. Pour ces apprentis savonniers, il faut donc commencer par les bases du métier : choisir ses huiles, doser et manipuler la soude en toute sécurité. Même si certains sont complètement novices en matière de cosmétiques naturels, on sent quand même un intérêt certain pour la question. Tous ont entendu parler et se méfient des parabènes et des conservateurs chimiques et la problématique de l'huile de palme ne leur est pas étrangère non plus. Déçus des savons industriels qui dépassent, certains se demandent s'ils vont pouvoir utiliser leurs savons sur le visage ou les offrir à des personnes qui ont la peau sensible. Maria explique alors que dans les savons industriels, la glycérine est enlevée et revendue à part car elle est plus chère que le savon en lui-même. C'est ce qui explique le côté desséchant de ces savons. « Quand on maîtrise un peu les bases de la savonnerie, comme à la fin de l'atelier, on est capable de doser sa soude et ses huiles de façon à mettre un peu d'huile en plus, c'est ce qui va donner un savon surgras, qui sera bien toléré par les peaux sèches et peut même soulager certains troubles comme l'eczéma avec un savon 100 %

Le savon, Maria n'est pas tombée dedans quand elle était petite. Elle a d'ailleurs longtemps travaillé comme chimiste et agronome dans le vin. Et puis un jour, il y a quelques années, elle a décidé de tout arrêter et de se tourner complètement vers les produits naturels. Elle a donc créé la savonnerie du Regagnas qui propose des savons faits mains à partir d'ingrédients biologiques et



naturels. Argiles, huiles essentielles, huiles nobles ou lait d'anesse, elle choisit soigneusement ses ingrédients afin de composer des savons adaptés aux besoins de chacun et propose même un savon surgras 100 % olive pour les peaux très réactives. Elle travaille avec la méthode dite « à froid » qui permet de ne pas rejeter de produits chimiques dans l'environnement.

Calculs et tambouille

Une fois les bases assimilées et les explications techniques terminées, tout le monde se lance dans l'élaboration de « sa recette ». Maria a apporté tout le matériel nécessaire pour faire un savon de base et même le superflu, des huiles essentielles pour parfumer et de l'argile pour colorer. Olive, pépin de raisin, karité, palme ou coco, chacun choisit ses huiles en fonction des ses attentes (douceur, mousse). Le calcul de la soude est un moment primordial, une erreur de quelques grammes et on obtient soit une pâte qui ne se transformera jamais en savon soit un savon caustique qui va ronger et brûler ! L'aide et le contrôle de Maria à ce moment

plus anxieux, déstabilisés par l'avalanche de recommandations à suivre lorsque l'on se lance dans la savonnerie « la soude, les calculs, les gants obligatoires, ça paraît très fastidieux mais une fois qu'on a intégré comme réflexes trois ou quatre règles de sécurité essentielles, on prend vraiment plaisir à faire ses mélanges et sa petite cuisine ».

Et à voir la ruine épanouie des participants lorsqu'ils obtiennent enfin « la trace », ce moment où la pâte à savon se transforme en une sorte de crème et qui atteste de la réussite du processus de saponification, on se dit que faire son savon permet d'apaiser bien plus que les peaux sensibles...



Photo : Camille Mesuret

Le masque et les gants

Fabriquer son savon, tout du moins au début et pour les recettes les plus simples, n'exige aucun investissement coûteux. En cherchant chez vous, vous trouverez sans doute tout ce dont vous avez besoin.

Il vous faut donc :

- Plusieurs récipients en verre dont au moins deux résistants à la chaleur, type Pyrex (un type verre doseur pour diluer la soude et un plus grand type saladier pour faire votre

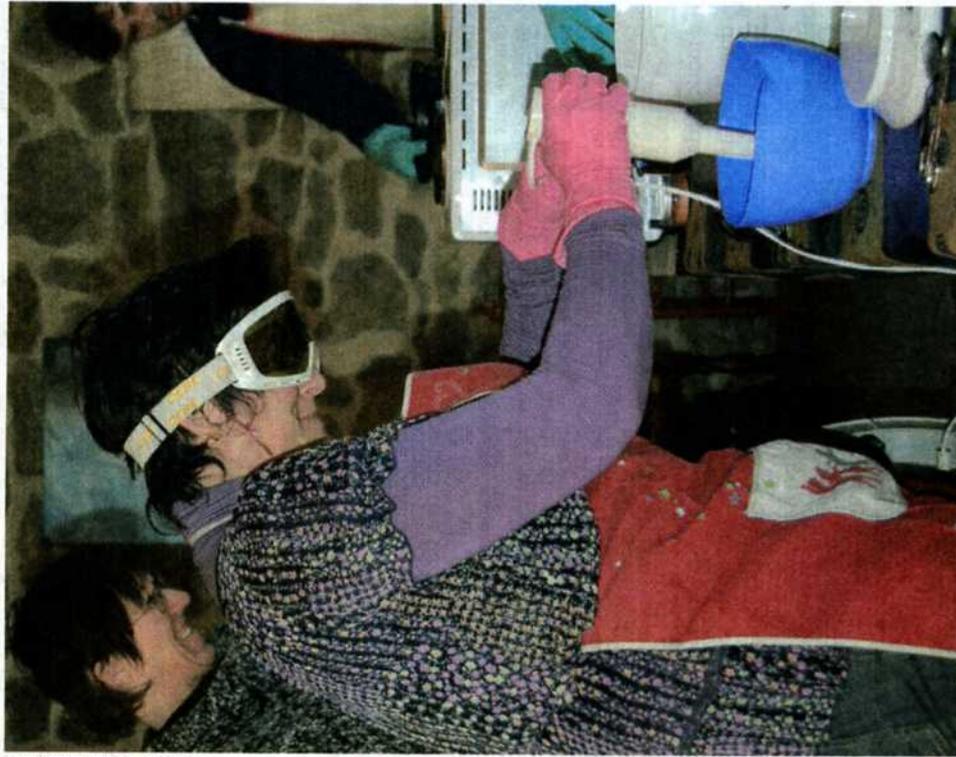


Photo : Camille Mesuret

mélange huiles-soude). Attention à ne pas employer d'aluminium car il réagit avec la soude.

- Un mixer plongeant (pas un batteur mais celui qui sert pour les soupes) ou à défaut un fouet et un bon coup de poignet pour les plus courageux.
- Une balance de cuisine électronique qui marque au gramme près.
- Des spatules en plastique pour mélanger et racler les « plats ».
- Lunettes de protection (professionnelles comme celles des soudeurs ou plus farfelues comme les masques de ski ou de plongée, l'important est de protéger l'œil d'éventuelles projections).
- Gants de ménage, vieille chemise ou tablier (manches longues indispensables !)
- Un thermomètre de cuisine
- Une grande cuillère en inox ou en plastique pour remuer lors de la dissolution de la soude (pas de bois car la soude le ronge).
- Des moules (en silicone si vous ne voulez plus les utiliser en cuisine, ils seront parfait pour vos savons), en plastique (ceux des enfants pour faire des pâtes de sable) ou plus simplement des briques de lait ou de jus de fruits. Une fois rincées, vous pouvez, soit découper le dessus et le remplir par le haut, soit découper l'une des faces dans le sens de la longueur et vous en servir comme un véritable moule à « cake ».

Mise en garde

La soude caustique est un produit dangereux qui nécessite d'être manipulé avec beaucoup de précautions. Il faut toujours la manipuler avec des gants et être correctement vêtu (manches longues, jambes couvertes). Les projections de soude peuvent occasionner des brûlures. Lorsque l'on dilue la soude dans l'eau, les émanations sont toxiques. Essayez donc de faire cette opération à l'extérieur ou sous une hotte aspirante en vous tenant le plus loin possible du récipient où vous versez la soude (mélangez à bout de bras en détournant la tête).

Pour des raisons de place sur cette page, la recette du savon maison que nous vous proposons se trouve en page 23. Elle a été testée, respectez scrupuleusement les consignes. *L'âge de faire* décline toute responsabilité en cas de ratage !

Assurez vous, avant chaque séance de savonnerie que votre matériel est propre. Il est grandement recommandé de ne pas réutiliser le matériel utilisé, même soigneusement lavé, pour faire de la cuisine. Il peut en effet rester des résidus de soude qui seraient toxiques. Essayez donc de travailler avec des récipients de récup' ou que vous n'utilisez jamais. Si vous souhaitez utiliser un mixer plongeant, achetez-en un d'occasion dans une brocante ou sur internet (entre 5 et 10 euros, vite rentabilisés quand on

regarde le prix des savons). Pendant votre tambouille, chaque fois que vous en avez terminé avec un ustensile, nettoyez-le avec un chiffon ou un essuie-tout que vous jeterez ensuite dans la poubelle. Mettez-le ensuite à tremper dans une eau fortement acidifiée de vinaigre (qui neutralise la soude). De cette manière, vous éviterez les rejets de soude lorsque vous ferez votre vaisselle complète à la fin de la séance (gardez vos gants pour le nettoyage et la vaisselle...)

C.M.

En savoir +

> La savonnerie du Regagnas :
Chemin de Graffine
13530 Trets - Tél. 06 79 22 00 22
www.savon-naturel-regagnas.com

> Blog de savonneries qui pourront vous aider :

Kafée : <http://kafee.fr>

Biscuit : www.biscuitshouse.com/shabony/index.html (idéal pour débiter)