FABRIQUER SOI-MÊME SES PRODUITS MÉNAGERS

Les produits ménagers du commerce : nocifs pour la santé et pour l'environnement !

Certains produits ménagers du commerce peuvent entraîner des effets négatifs sur la santé et notre environnement. En effet, des irritations de la peau, des yeux, du système respiratoire mais aussi des allergies ou des cas d'asthme peuvent être observés selon la sensibilité des personnes, le type de produits utilisés et/ou la durée d'exposition.

La faune et la flore sont également impactées par ces produits, notamment celles vivant dans les milieux aquatiques. Sont en cause les substances actives mais néfastes tels que les phosphates, les acides, les benzènes...

LES INGRÉDIENTS INDISPENSABLES ET LEURS PROPRIÉTÉS

	Savon noir	Vinaigre blanc	Bicarbonate de soude	Sel fin	Savon de Marseille	Huiles essentielles[1]
Dégraissant	X	X				
Désinfectant		X			X	X
Désodorisant		X	X		X	
Détachant		X				
Décapant			X	X	X	

[1] Veiller à utiliser au minimum l'huile essentielle de Tea Tree (arbre à thé) ou Citron, qui ont le plus de vertus pour le ménage.

QUELQUES RECETTES !

Nettoyant multi-usage[3]

- Bicarbonate de soude (2 CS)
- Vinaigre blanc (1 CS)
- Eau chaude (2 L)
- Huiles essentielles (1 à 3 CS avec un mélange de 3 huiles essentielles maxi dont Tea Tree ou Citron)

Crème à récurer[3]

- Bicarbonate de soude (1/2 flacon de 500 mL)
- Sel fin (1/4 de flacon)
- Savon liquide neutre (1 CS)
- Huiles essentielles (15 à 20 gouttes)
- Eau (1/4 de flacon)

Nettoyant pour meubles en bois[3]

- Vinaigre (5 CS)
- Huile d'olive (5 CS)
- Huile essentielle citron (15 gouttes)

Liquide vaisselle[3]

- Bicarbonate de soude (1 cc)
- Savon liquide neutre (1/6 du flacon de 500 mL)
- Eau (5/6 de flacon)
- Huiles essentielles (15 à 20 gouttes)

[3] Ces produits sont à utiliser de la même façon que les produits du commerce.

CS : Cuillère à soupe
cc : Cuillère à café

Nettoyant/décrassant WC[3]

- Bicarbonate de soude (2 à 3 CS)
- Sel fin (2 à 3 CS)
- Vinaigre blanc (1 verre) (ça mousse, laisser agir 15 minutes puis frotter)

Produits « faits maison » : les avantages

+ Respectueux de la santé
+ Respectueux de l'environnement
− 116 tonnes d'emballages par an ! [2]
− De molécules nocives rejetées dans le milieu naturel !
+ Economiques
+ 82 € par foyer et par an économisés !
= **Aussi efficaces** !

[2] considérant la population des 6 communes de la CIVIS

Précautions d'usage !

Certains produits peuvent être irritants pour les peaux sensibles comme le savon noir ou les huiles essentielles
Pour éviter tout désagrément, utilisez des gants.

Réutilisez vos emballages !

Pensez à réutiliser vos emballages de produits mènagers du commerce vides après rinçage pour fabriquer vos produits ! Plus pratiques à l'utilisation, ils ne peuvent être confondus avec d'autres produits (cela peut éviter des accidents domestiques).
De plus cela diminue la quantité de déchets jetée.

DépliantMénageAuNaturel-BAT.indd 2-3 20/03/12 18:06:08

ASTUCES !

Micro-onde : Placer un bol de vinaigre, faire chauffer quelques minutes, puis passer une éponge sur les parois. Les résidus alimentaires se décollent. Le vinaigre aura également pour effet de désodoriser votre four micro-onde.

Brûleurs : Faire tremper plusieurs heures dans du vinaigre blanc.

Odeur de poubelle : Mettre 2 grosses cuillères à soupe de bicarbonate de soude au fond de la poubelle pour éviter les odeurs.

Arrières de casseroles : Faire tremper dans de l'eau vinaigrée pendant une nuit. Passer une éponge avec du liquide vaisselle, rincer. Votre casserole retrouvera son éclat.

Planche à découper : Saupoudrer de bicarbonate de soude. Frotter. Rincer à l'eau.

Pour polir le métal : Faire une pâte avec le mélange bicarbonate + cendre + eau, puis frotter.

Fonds de casseroles brûlés : Juste après la cuisson, mettre un peu de vinaigre blanc et du sel. Laisser tremper. Sinon, faire bouillir 10 minutes de l'eau avec de 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude. Finir de nettoyer avec du liquide vaisselle, rincer.

Toutes les recettes et astuces sont disponibles gratuitement dans :
Le grand ménage de Raffa
blog Internet - livret de recettes téléchargeable gratuitement
http://raffa.grandmenage.info/

AÉRATION !

Pensez à aérer au moins 5 à 15 minutes par jour toutes les pièces de la maison en créant des courants d'air. Ainsi votre case respirera le propre.

Les produits éco-labellisés

2 éco-labels officiels existent. Ils vous garantissent une efficacité du produit à l'usage et un impact environnemental moindre qu'un produit ne présentant pas d'éco-label officiel.

NF ENVIRONNEMENT

EU Ecolabel
www.ecolabel.eu

CIVIS COMMUNAUTÉ INTERCOMMUNALE DES VILLES SOLIDAIRES
Ensemble durablement

JE CHOISIS NOTRE AVENIR, LA CIVIS, ENSEMBLE DURABLEMENT

ADEME

Illustrations : Stéphane Bertaud - 2012

LE MÉNAGE AU NATUREL

UN PAS VERS L'ESSENTIEL !

Fabriquer vous-même vos produits d'entretien :
− de déchets + d'économies !

DépliantMénageAuNaturel-BAT.indd 4-5 20/03/12 18:06:14