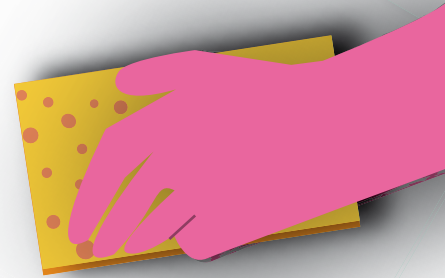


Recettes produits ménagers



Lessive maison



Ingédients

- savon de marseille
- bicarbonate de soude
- vinaigre blanc
- huiles essentielles
- eau

Matériels

- un bidon de 3 litres
- une cuillère à soupe
- une balance
- un entonnoir
- une casserole

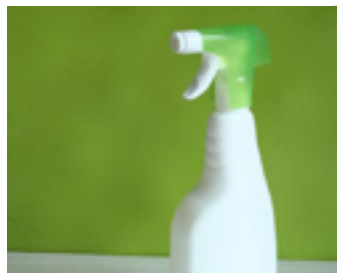
Recette

- Pesez 150 grammes de paillettes de savon de marseille et mettez les dans 1 litre d'eau bien chaude: mélangez bien.
- Versez dans le bidon de 3 l et ajoutez 2 CS de bicarbonate de soude et 2 CS de vinaigre et une dizaine de gouttes d'huiles essentielles, complétez d'eau tiède.
- Secouez vivement.

Application

- Remplir un verre de moutarde par lessive.

Désinfectant maison



Ingédients

- bicarbonate de soude
- vinaigre blanc
- huiles essentielles (HE)
- eau

Matériels

- un bidon de 1 litre
- une cuillère à soupe
- un entonnoir
- un verre

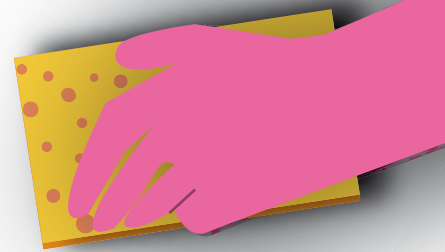
Recette

- Dans le bidon de 1 litre, mettre 1 CS de bicarbonate de soude et ajoutez 1 litre d'eau chaude et mélangez.
- Dans un verre, préparez 1 CS de vinaigre blanc et 1 CS d'un mélange d' HE (citron, tea tree)
- Versez dans le bidon et secouez.

Application

- Bien agiter avant chaque utilisation pour désinfecter. Peut aussi être utiliser comme nettoyant avec 1 CS de savon noir.

Recettes produits ménagers



Nettoyant dégraissant



Ingédients

- Cristaux de soude
- vinaigre blanc
- savon noir ou liquide vaisselle
- eau

Matériels

- un flacon d'1,5 litre
- une cuillère à café
- une cuillère à soupe

Recette

- Mélangez dans un 1,5 l d'eau chaude : 3 cc de cristaux de soude, 3 c. à c. de savon noir et 3 c. à soupe de vinaigre blanc.

Application

- Utilisez le mélange pour nettoyer votre cuisine, vos meubles. En cas de tâches difficiles ou de surfaces très grasses, triplez la dose de cristaux de soude.

Nettoyant salle de bain



Ingédients

- Percarbonate de soude
- Vinaigre blanc
- Liquide vaisselle écologique

Matériels

- un flacon de 500 ml
- une cuillère à soupe

Recette

- versez 450 ml de vinaigre blanc, 3 CS de percarbonate et 3 CS de liquide vaisselle. Complétez d'eau.

Spray anti calcaire



Ingédients

- eau tiède
- 1 poignée de gros sel
- 2 cuillère à soupe de vinaigre

Matériels

- un flacon de 500 ml
- une cuillère à soupe

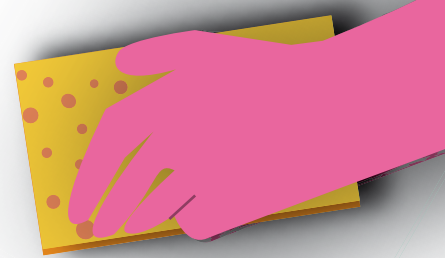
Recette

- Versez dans 500 ml d'eau tiède 1/2 poignée de sel et ajoutez-y 1 CS de vinaigre. Mélangez bien pour dissoudre le sel.

Application

- Frottez à l'éponge les surfaces plombées de calcaire et laissez agir 30 minutes avant de rincer. cela fonctionne également avec les machines à laver. Pour ce faire, faites tourner à vide votre machine en versant préalablement le liquide dans le bac lessive

Recettes produits ménagers



Produit à vitres

- dans un vaporisateur : remplir 2/3 d'eau et 1/3 de vinaigre.

Nettoyant sol

Carrelage: Versez dans un seau, versez un bouchon de désinfectant maison et 1 CS de savon de Marseille finement râpé ou du savon noir.

pour le lino: Dans un seau, mélangez : 4 litres d'eau tiède + 2 cuillères à soupe de savon de Marseille en copeaux ou du savon noir. Trempez une serpillière dans cette solution en l'essorant bien puis lavez toute la surface. Rincez à l'eau tiède, puis séchez au plus vite à l'aide d'une serpillière propre et sèche

Nettoyant universel

Dans un pulvérisateur de plus d'un litre, versez 20 CS de savon de marseille en copeaux et 10 CS de vinaigre blanc, complétez avec 1l d'eau chaude. Secouez vivement le flacon et pulvérisez sur les surfaces à nettoyer.

Crème à récurer «express»

- versez du bicarbonate dans un petit récipient et ajoutez un peu d'eau pour faire une pâte. Appliquez sur la surface et laissez agir. (pour le chrome, l'inox...) Rincez à l'eau puis polir.

Nettoyant micro-ondes

- Mélangez dans une petite tasse allant au micro-ondes un tiers de vinaigre blanc et 2/3 d'eau. Faites fonctionner le micro-ondes pendant 4 minutes et laissez fermer 5 minutes pour laisser la vapeur agir. Retirez ensuite la tasse et nettoyez avec une éponge ou une lingette microfibrés. (fonctionne aussi avec du jus de citron)

Crème à récurer

- Dans un pot, remplir jusqu'à la moitié avec du bicarbonate, puis ajoutez 1/4 de sel fin, 1 CS de liquide vaisselle et 15 gouttes d'huiles essentielles.
- Mettre un peu d'eau pour faire une pâte et agitez. Ne pas utiliser sur des surfaces fragiles telles que les vitrocéramiques.

Nettoyant Bois

- Versez dans un vaporisateur, 5 CS de jus de citron ou vinaigre et 5 CS d'huile d'olive. Ajoutez 15 gouttes d'huiles essentielles. Mélangez. Vaporisez soit directement sur la surface ou sur votre chiffon propre et sec.

Les produits d'entretien « maison »

Rien de plus facile à faire!



Avec 10 ingrédients seulement vous pouvez fabriquer l'ensemble des produits nécessaires pour un intérieur propre et sain.

Ingrédients	Propriétés	Où le trouver?	Prix	Conso	Commentaires
Vinaigre d'alcool	Conservateur, dégraissant, désodorisant, détartrant, antiseptique, désinfectant, anti-parasite, antifongique	Grande surface	Moins de 1 € le litre	Environ 1 l par mois	Dilué, le vinaigre évite le rendre les joints de caoutchouc poreux. Ceux en silicone ne risquent rien.
Bicarbonate de soude	Désodorisant, abrasif doux, adoucissant, nettoyant	Grande surface, droguerie ou magasin de bricolage	1,50 € à 5 € les 500 g	Environ 250 g par mois	Ne pas le confondre avec les cristaux de soude (plus basiques) ou la soude caustique (très dangereuse).
Cristaux de soude	Désodorisants, dégraissants, fongicides, détachant, adoucissant, désinfectant	Grande surface	Moins de 1 € le kilo	Moins de 1 kg par mois	Plus basiques que le bicarbonate de soude, ils peuvent être irritants. Mieux vaut protéger les peaux sensibles
Savon noir	Très dégraissant et détachant	Droguerie, magasin « bio »	Environ 5 € le litre	Moins de 500 ml par an	Fabriqué à partir de potasse et d'huiles végétales (lin, olive, noix), il est aussi très concentré et peu irrité les peaux sensibles
Savon de Marseille	Antiseptique et dégraissant	Grande surface, magasins spécialisés	Environ 3 € les 600 g		En bloc ou en copeaux, le « vrai » savon de Marseille est fabriqué à base d'huile d'olive uniquement et a une teneur minimale en acides gras de 72 %.
Le percarbonate de soude	Détachant, blanchissant	Droguerie, magasin « bio »	5 € les 500 g	Moins de 100 g par mois	Composé de carbonate de soude et d'eau oxygénée, il remplace les activateurs de blancheur pour le linge

Les autres ingrédients

- ⊙ Le sel pour détacher, décaper, désodoriser, absorber et fixer les couleurs.
- ⊙ Les huiles végétales pour nettoyer et faire briller le bois.
- ⊙ Le Jus de citron pour décolorer, raviver la pierre et l'émail, désodoriser, détartrer.
- ⊙ L'eau du robinet! Indispensable pour la fabrication des produits

Bon marché, ces ingrédients se conservent bien et du fait de leur efficacité, il n'est pas nécessaire d'en utiliser de grande quantité.

82 € d'économie réalisée/an par des foyers adoptant le ménage écologique!***

Pour commencer en douceur, pourquoi ne pas choisir de réaliser une « recette » simple? Ainsi vous découvrirez progressivement les avantages des produits d'entretien faits « maison » et nul doute que vous serez convaincu de leur efficacité.

Sources :

*AREHN (Agence Régionale de l'Environnement de Haute-Normandie)

**Le Grand Ménage Les produits d'entretien Raffa

***CIVIS (Communauté Intercommunale des Villes solidaires)