

1) Les produits ménagers

Entretien son logement avec des produits ménagers naturels, c'est meilleur pour votre santé, votre portemonnaie et pour l'environnement.

L'air intérieur est souvent plus pollué que l'air extérieur : il est essentiel d'aérer son logement tout les jours, minimum 15min !

Retrouvez nos conseils en feuilletant notre [exposition](#) .

LES INDISPENSABLES :

LE VINAIGRE BLANC (ou cristal, ou d'alcool) :

Propriétés : conservateur, dégraissant, désodorisant, détartrant, antiseptique, désinfectant, antiparasites, antifongique...

Coût : moins de 1€ le litre.

Consommation pour une maison : +/- 1 litre tous les mois.

Où le trouver : vinaigre premier prix en grande surface. On peut le remplacer par du « vinaigre de ménage » le moins trafiqué possible (composition idéale : eau + acide acétique).

Alternative : il peut souvent (cela dépend pour quels usages) être remplacé par du jus de citron.

1) Les produits ménagers

LE BICARBONATE DE SOUDE :

Attention : ne pas le confondre avec son grand frère le carbonate de soude ou avec la soude caustique NaOH (très dangereuse).

Propriétés : neutralise les acides et donc de nombreuses odeurs, abrasif doux, nettoyant, adoucisseur d'eau.

Coût : de 1,5 € à 5 € les 500 g.

Consommation pour une maison : à vue de nez 250g/mois.

Où le trouver : rayon savons, rayon nettoyeurs, ou rayon sel dans les grandes surfaces, aussi en magasin de bricolage ou en droguerie.

Alternative : il peut souvent être remplacé par le borax (moins écologique) ou les cristaux de soude. Pour sa propriété abrasive, il peut être remplacé par de l'argile, de la craie, de la poudre de pierre ponce...

1) Les produits ménagers

LES SAVONS :

LE SAVON NOIR :

Attention : très concentré. Peut irriter les peaux sensibles. Ne pas avaler. Tenir hors de portée des enfants.

Propriétés : très dégraissant et détachant. Il permet de dégraisser les hottes et les fours, de nettoyer les vitres, d'enlever les taches de goudron ou de décaper la peinture à l'huile. Il peut aussi être utilisé comme détachant avant lavage (attention aux textiles fragiles). C'est également un antiseptique et un insecticide très efficace. Il nettoie en profondeur, fait briller, nourrit et protège les surfaces, en particulier les ardoises, le marbre, tous les carrelages ou les lino.

Coût : dépend de la qualité (cette dernière influence sa biodégradabilité). +/- 5€ le litre.

Consommation pour une maison : moins de 500 ml par an.

Où le trouver : droguerie, épicerie bio, certaines grandes surfaces.

Alternative : il peut souvent (cela dépend pour quels usages) être remplacé par les cristaux de soude.

1) Les produits ménagers

LES SAVONS :

LE SAVON DE MARSEILLE :

Propriétés : moins efficace que le savon noir pour le nettoyage de la maison. Idéal pour le linge, la vaisselle.

Antiseptique. Utilisation hygiène personnelle.

Ne contient que 2 ingrédients (huile et soude). Il en existe du vert (plutôt pour le corps) et un beige (pour le ménage)

Alternative : Il peut souvent être remplacé par
Des plantes à saponines (coques de noix de
Lavage en particulier).

Coût : environ 15€/kilo

Où le trouver : pou un véritable savon de Marseille, suivez le guide : <http://www.lecurionaute.fr/enquete-guide-achat-trouver-vrai-veritable-savon-de-marseille-test-conseils/>

Retrouvez tous ces ingrédients indispensables [ICI](#)

1) Les produits ménagers

LES HUILES ESSENTIELLES :

Les huiles essentielles n'ont pas qu'un pouvoir parfumant. Puissantes, il est nécessaire des les utiliser avec précaution.

Définition : « C'est un extrait aromatique liquide concentré, obtenu par distillation à la vapeur d'eau de différentes parties de plantes : sommités fleuries, feuilles, bois, racines, écorce, fruits... Les parties de la plante sont ensuite disposés dans un alambic dans lequel on introduit de la vapeur d'eau. Les gouttelettes d'eau vont récupérer les molécules aromatiques. Ce sont ces essences, autrement dit, ces concentrés aromatiques qui sont récupérés et mis en flacon. Une huile essentielle est donc l'essence distillée de la plante aromatique ». *

Attention : les HE se dosent en gouttes, ne pas dépasser le dosage recommandé.

Certaines HE sont dermocaustiques.

Tenir hors de portée des enfants.

Les enfants de moins de 7 ans et les chats sont particulièrement sensibles aux HE.

* <https://www.consoglobe.com/huiles-essentielles-definition-precautions-usage-3561-cg>

1) Les produits ménagers

-Ressources :
fiche pratique WECF

Internet regorge de recettes naturelles pour entretenir votre logement : c'est meilleur pour votre santé, votre porte-monnaie et la planète !

Quelques sites :

<https://lesecolohumanistes.fr/lessive-maison/>

<https://www.consoglobe.com/diy-produits-entretien-menager-cq>

<https://www.rustica.fr/maison-ecologique/3-produits-menagers-naturels-a-faire-soi-meme,12907.html>