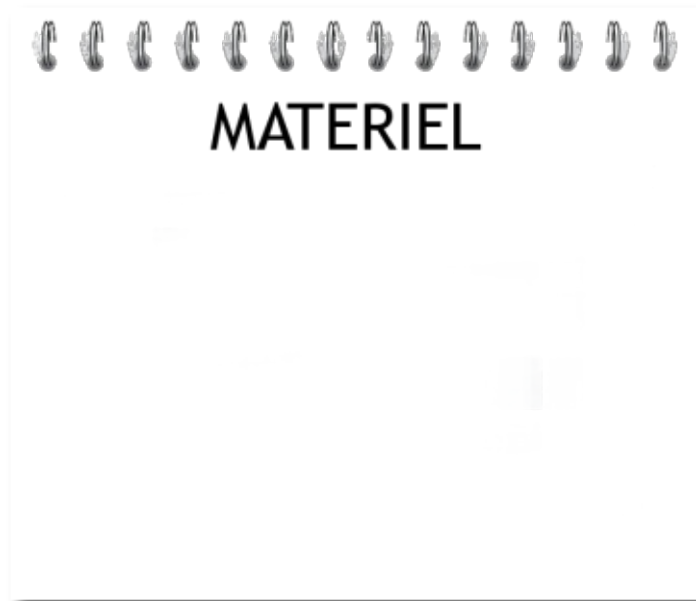


Les produits ménagers à faire soi-même



JEUNE-ADULTE



1 MIN



30 MIN

OBJECTIF(S)

- » Découvrir des moyens pour améliorer la qualité de son air intérieur

»»» DÉROULÉ

Vous trouverez en annexe différentes recettes de produits ménagers à faire soi-même.

Ces ateliers de fabrication de produits ménagers sont l'occasion d'aborder de manière informelle avec les participants la pollution intérieure par les produits de consommation, en premier lieu les produits ménagers mais également les meubles ... Nous vous conseillons de vous documenter sur les COV, formaldéhyde... Toutefois une entrée par le volet économique peut s'avérer intéressante et parlante pour certains.

Source : *Le Grand ménage, Mes recettes pour une maison propre naturellement, Raffa, Editions Soliflor.*

Le désinfectant multiusage

»»» RECETTE

- 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude
- 2 litres d'eau chaude, mélanger
- Préparer dans un verre une cuillère à soupe de vinaigre blanc et 1 à 3 cuillères à soupe d'un mélange d'huile essentielle (composé par exemple d'une cuillère à soupe de citron, une cuillère à soupe de pin et une cuillère à soupe de tea tree et de cannelle)
- Verser dans le bidon
- Fermer le bouchon et agiter doucement

UTILISATION :

- Bien secouer à chaque utilisation.
- Il s'utilise pur, sur une éponge pour les surfaces à désinfecter.
- Ne pas rincer.

Le nettoyant multiusage

»»» RECETTE

- Remplir le vaporisateur de désinfectant multiusage
- Ajouter une à trois cuillères à café de savon liquide.

UTILISATION :

- Vaporiser sur la surface à nettoyer ou directement sur l'éponge
- Eponger
- Rincer



MATERIEL

- Bidon opaque de 2 litres
- Entonnoir
- Cuillère à soupe
- Verre

INGRÉDIENTS

- Bicarbonate de soude
- Vinaigre blanc
- Huile essentielle
- eau



MATERIEL

- Vaporisateur de 500 ml
- Entonnoir
- Cuillère à café

INGRÉDIENTS

- Désinfectant multiusage (voir la recette)
- Savon liquide ou savon noir



Le liquide vaisselle

»»» RECETTE

- Une cuillère à café de bicarbonate de soude
- 1/6 à 1/4 du flacon : savon liquide (selon sa concentration de départ) ou savon noir ou liquide vaisselle écologique
- 15 à 20 gouttes d'huiles essentielles (citron, pin, menthe ...)
- Agiter doucement pour éviter les débordements
- Compléter avec de l'eau

La poudre à récurer

C'est une poudre pour les tâches coriaces qui convient pour toutes les surfaces.

»»» RECETTE

- Une mesure et demie de blanc d'Espagne ou d'argile blanche
- Huiles essentielles (dosage en fonction du volume total, pour un flacon d'épices environ 5 gouttes)
- Une mesure de bicarbonate
- Une demie mesure de poudre de pierre ponce ou de cendre de bois
- Une mesure de savon en paillettes réduit en poudre au mixeur
- Bien mélanger à la cuillère ou à la main
- Verser dans le bocal

UTILISATION :

- Saupoudrer la surface à récurer
- Frotter
- Rincer



MATERIEL

- flacon de 500 ml
- Entonnoir
- Cuillère à café
- Cuillère à soupe

INGRÉDIENTS

- Bicarbonate de soude
- Savon liquide ou savon noir
- Liquide vaisselle (si possible écologique)
- Saponines
- Huiles essentielles
- Eau

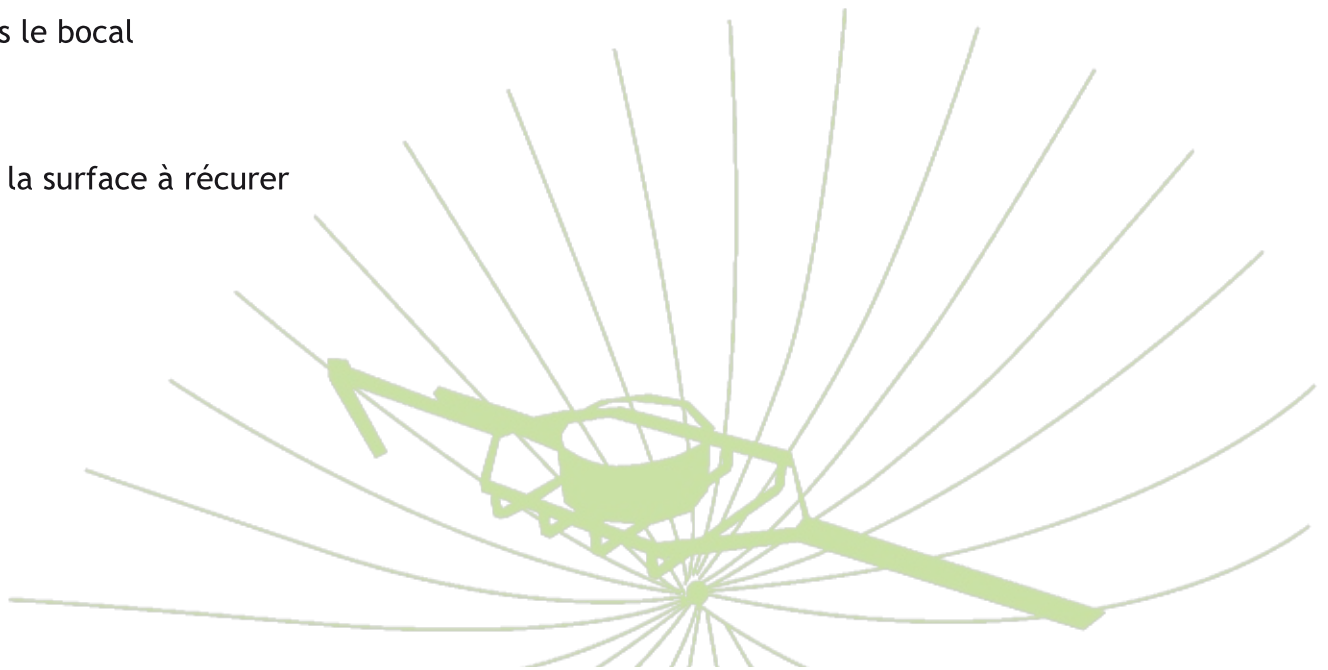


MATERIEL

- Bocal avec bouchon saupoudreur
- Cuillère à soupe

INGRÉDIENTS

- Bicarbonate de soude
 - Blanc d'Espagne (ou argile blanche)
 - Savon de Marseille en paillettes ou râpé
 - Huiles essentielles (citron, pin, menthe...)
- Facultatif : poudre de pierre ponce, cendres.
Attention, la pierre ponce est à éviter sur les surfaces fragiles.*



Le nettoyant WC

»»» RECETTE

- 1/3 de vinaigre
- 2/3 d'eau
- 1 cuillère à café de savon liquide
- 2 cuillère à café d'huiles essentielles de Tea Tree (arbre à thé) ou autre

UTILISATION :

- Vaporiser sur les parois
- Laisser agir 15 à 20 minutes
- Brosser
- Rincer



MATERIEL

- Vaporisateur de 500 ml
- Entonnoir
- Cuillère à café

INGRÉDIENTS

- Vinaigre blanc
- Huile essentielle
- Eau
- Savon liquide (facultatif)

