

## Mes premiers pas vers moins de produits chimiques dans la maison.

Nous passons beaucoup de temps dans nos maisons et n'avons pas toujours conscience de la pollution chimique que nous subissons au quotidien. Pour certaines, comme les composants de nos meubles par exemple, on peut difficilement agir mais en ce qui concerne les produits d'entretien, on peut limiter activement leur utilisation en privilégiant des produits naturels très courants, en voici quelques exemples, il y en a d'autres...

### Produits simples et indispensables dans les placards

- Citron, vinaigre blanc : pour retirer le calcaire, faire briller, désinfecter, assainir...
- Savon de Marseille ou savon noir : pour nettoyer toutes les surfaces
- Huile de lin : entretien des bois
- Cire d'abeille ou cire végétale : entretien des meubles en bois et des planchers
- Bicarbonate de soude (! : vérifier l'usage) :
  - pour nettoyer tapis et moquette : saupoudrer sur la tâche, laisser agir quelques heures avant d'aspirer,
  - pour dégraisser, nettoyer,
  - pour neutraliser les odeurs dans le frigo : 3 à 6 cuillères dans une tasse à placer dans le frigo. Mélanger de temps en temps et le changer tous les mois
- Astuce pour parfumer : quelques gouttes d'huiles essentielles (citron, mandarine, lavande... (vérifier l'usage)

### Mon nettoyeur multi usages

**Préparation : 5 min - Coût : 1 à 3€ pour 1 spray d'1 litre**

**Ingrédients :**

- 50 cl de vinaigre blanc
- 50 cl d'eau
- Écorces d'agrumes
- Herbes aromatiques (romarin, etc.)

**Recette :** dans un flacon-spray, glissez les écorces d'agrumes et les herbes aromatiques, versez le vinaigre et l'eau. Mélangez. Il est prêt à être utilisé ! Lorsqu'il est vide, retirez les écorces et renouvelez avec des écorces fraîches. (Attention aux surfaces en pierre calcaire).