



PRODUITS D'ENTRETIEN MAISON

POURQUOI FAIRE SES PRODUITS D'ENTRETIEN ?

- **Pour votre santé** : avez-vous déjà lu la longue liste des ingrédients contenus dans n'importe quel produit d'entretien ? Beaucoup sont nocifs : pour la peau, pour les voies respiratoires. L'air de nos maisons est souvent plus pollué que celui de l'extérieur, en cause les produits d'entretien !
- **Pour notre planète** : cela permet de réutiliser les vaporisateurs et autres flacons, moins de déchets. Mais surtout avec 5 produits et l'eau du robinet, l'essentiel de la composition, on peut fabriquer 10 produits d'entretien de base !
- **Pour votre portefeuille** : avec quelques ingrédients simples et bon marché, vous pouvez nettoyer votre maison en profondeur !
- **Pour gagner du temps** : entre aller au supermarché, attendre pour payer et faire une recette « maison » en 2 minutes, c'est vite vu !
- **Pour en faire un jeu d'enfants** : jouer au chimiste avec vos enfants, tout simplement, une belle activité familiale !

Vous avez encore peur de vous y mettre ? Commencez par la recette simplissime du produit pour les vitres

QUELS SONT LES INGREDIENTS DE BASE POUR MAINTENIR UNE MAISON Saine ET FABRIQUER DES PRODUITS ?

Ces ingrédients sont écologiques, pour la plupart, naturels et 100% biodégradables. Ils remplacent avantageusement les produits industriels (y compris l'eau de Javel) dont on déplore les effets nocifs sur les voies respiratoires, le développement de l'asthme, d'allergies, de migraines...

Tout aussi efficaces, non polluants et beaucoup moins chers, ils sont une vraie alternative aux produits du commerce. Attention, ils ne sont pas sans danger, ils doivent être tenus hors de portée des enfants.

L'EAU – H₂O

Principal ingrédient des produits d'entretien, il est indispensable pour le nettoyage proprement dit. Pour accroître son efficacité, il faut augmenter ses propriétés tensio-actives – capacité à mouiller et détacher la graisse – soit en utilisant de l'eau chaude, soit en y ajoutant des produits (vinaigre blanc, savon,...). A Maisons-Laffitte, notre eau étant peu calcaire, le savon a toute son efficacité ; on peut donc diminuer les doses de lessive.

L'AIR

Les produits d'entretien industriels, les peintures, le mobilier, les jouets en plastique, le lino ou tout autre matière issue de la pétrochimie, émettent durant toute leur vie, des molécules volatiles toxiques. L'air intérieur est en général plus pollué que l'extérieur. L'aération quotidienne (au moins 10 minutes, même en hiver) est donc indispensable pour assainir l'air. De plus, le froid et la lumière avec ses rayons UV ont la capacité d'éliminer ou de ralentir le développement des bactéries, acariens, etc.

Association MLDD - Maisons-Laffitte Développement Durable

<https://www.facebook.com/MLDDTOUSENSEL> - <http://maisons-laffitte-dd.hautetfort.com>
asso.mldd@gmail.com



Le VINAIGRE d'ALCOOL, blanc ou cristal – CH₃COOH

100% naturel et biodégradable. Avec le bicarbonate de soude, c'est l'ingrédient de base des recettes. Il remplace, seul ou accompagné, de nombreux produits du commerce.

Obtenu par fermentation d'un alcool dilué de maïs ou de betterave, cette solution aqueuse contient au moins 6 % d'acide acétique, d'où son pH acide, de 3,5 à 5.

Dégraissant, désodorisant, antiseptique, antiparasites, antifongique, bref, un produit d'entretien idéal.

Détartrant, il dissout le calcaire déposé sur les sanitaires ou la bouilloire.

Alternative : il peut être remplacé par un jus de citron dilué ou de l'acide citrique en poudre, à raison de 2 à 5 cuillères à soupe par litre d'eau.

Le BICARBONATE de sodium ou bicarbonate de soude – NaHCO₃

100% naturel et biodégradable. Cette poudre inodore et soluble, se trouve naturellement dans l'eau de mer et chez tous les êtres vivants. Grâce à son pH basique : 8 à 8,5, il neutralise les acides et donc de nombreuses odeurs.

Grâce à ses très nombreuses propriétés, le bicarbonate a de nombreuses utilisations :

- adouçissant et anticalcaire, il est parfait pour le linge et le nettoyage de la salle de bain et de la cuisine ;
- dégraissant et abrasif, parfait pour nettoyer les surfaces ;
- insecticide et fongicide, il élimine les parasites des légumes ;
- absorbe les odeurs, de la poubelle ou du frigo ;
- remplace la levure chimique, mélangé au citron, le bicarbonate fait lever les pâtes ;
- facilite la digestion de certains légumes comme le chou grâce à une pincée dans l'eau de cuisson, il luttera contre les remontées acides,...

Le SAVON NOIR ou savon mou

Liquide très visqueux, brun doré, ne mousse pas ou peu. Il est fabriqué à partir de potasse et d'huile végétale (lin, olives, maïs,...).

Très dégraissant et détachant, il nettoie le four, la hotte, les vitres, enlève les taches de goudron et décape les peintures à l'huile. Peut aussi être utilisé comme détergent dans le lave-vaisselle.

Nettoie en profondeur et fait briller, nourrit et protège les surfaces, en particulier les ardoises, le marbre, tous les carrelages et les linos.

C'est également un antiseptique et un insecticide très efficace.

Le SAVON de Marseille

Sous forme de bloc, copeaux ou paillettes, il est fabriqué avec de la soude (NaOH) et des huiles végétales (olive, arachide, coco, coprah, palme,...) ou des graisses animales pour le savon industriel. Ce dernier contient également de nombreux additifs qui diminuent sa biodégradabilité. Moins efficace que le savon noir pour le nettoyage de la maison, il est idéal pour le linge.

Les CRISTAUX de SOUDE ou carbonate de sodium - Na₂CO₃

Ils peuvent se trouver à l'état naturel ou se fabriquer à partir de sel et de craie. Plus basique, que le bicarbonate, pH 11,4 : ils peuvent irriter les peaux sensibles. Ils neutralisent les acides, décomposent les matières organiques : taches alimentaires, mais aussi les bouchons des canalisations. Ils réagissent avec le calcaire de l'eau, permettant d'augmenter l'efficacité du savon. Utile pour le nettoyage de l'émail, pour la lessive, pour adoucir l'eau.

L'ACIDE CITRIQUE

Cet acide naturel, extrait de fruits tels que citron ou groseilles, présenté en poudre, peut remplacer le vinaigre d'alcool. C'est un bon détartrant pour l'émail. Attention, il peut irriter les muqueuses et provoquer des allergies.



LES RECETTES

NETTOYANT MULTI-USAGES (sols,...)

Ingrédients

- 2 cuillères à soupe de savon noir
- 1 L d'eau chaude
- 2 cuillères à soupe de cristaux de soude
- 50 gouttes d'huile essentielle (citron, pin sylvestre...)
- un flacon d'1 L

Mettre l'eau à chauffer, verser le savon et les cristaux de soude dedans (attention, pas l'inverse, voir recette de la lessive). Laisser refroidir, remplir le flacon, puis ajouter l'huile essentielle.

Utilisation : lavage des sols, des surfaces en email, inox, plastique, verre, plaques de cuisson...)

CREME A RECURER

A utiliser pour toute surface (plaque de cuisson, évier, lavabo, douche, etc.)

Ingrédients

- 2 mesures de blanc d'Espagne (ou de Meudon ou d'argile blanche)
- 2 mesures de bicarbonate de soude
- 1 mesure de savon noir
- 30 gouttes d'huile essentielle. Le choix est large :
le tea tree est le meilleur antibactérien, fongicide, parasiticide et antiviral ;
le citron donne une bonne odeur et reste un excellent antibactérien, antiseptique et antiviral ;
l'eucalyptus, un peu moins puissant comme antiseptique que les précédents, reste excellent ;

Dans un pot plus large que haut, par exemple un pot de mascarpone, mettre les ingrédients secs et mélanger à la cuillère. Ajouter le savon noir pour en faire une pâte épaisse. Enfin, ajouter l'huile essentielle.

Utilisation : passer une éponge humide sur le produit et frotter la surface à nettoyer.

NETTOYANT POUR VITRES

Ingrédients pour 1,5 L

- 0,5 L de vinaigre blanc (ou d'alcool)
- 1 cuillère à café de savon noir
- 1 L d'eau

Mettre tous les ingrédients dans un flacon vaporisateur. Bien secouer pour mélanger, c'est prêt !

Utilisation : Nettoyer avec une éponge imbibée de produit. Passer la raclette, puis le chiffon.

LESSIVE POUR LE LINGE

Attention ! Précaution à prendre avec les cristaux de soude : toujours verser les cristaux de soude dans l'eau et jamais l'inverse, car ceci provoquerait des projections nocives pour la peau et les yeux.

Ingrédients pour 4 litres de lessive

- 100 g de cristaux de soude
- 70 g de savon de Marseille rapé ou de paillettes de savon (contenant au moins 72% d'huiles végétales, mais pas d'huile de palme)
- 30 à 40 gouttes d'huile essentielle de tea-tree, citron ou encore eucalyptus qui joue le rôle de conservateur et d'antibactérien
- 4 litres d'eau
- 2 bidons de lessive récupérés de 3 litres



Mettre ½ litre d'eau à chauffer dans une casserole. Y verser la soude (jamais l'inverse) et le savon pour les faire fondre. Continuer à chauffer jusqu'à dilution complète.

Ajouter les 3,5 litres d'eau restants. Si la lessive est trop épaisse, alors rajouter de l'eau. Quand la lessive est refroidie, la partager entre les 2 bidons. Enfin, verser l'huile essentielle choisie dans chaque bidon et secouer pour mélanger.

Pour une meilleure efficacité de la lessive

- Dans le compartiment lessive, ajouter 2 cuillérées de **bicarbonate de soude** pour du linge de couleur ou 2 cuillérées de percarbonate pour du blanc.
- Au milieu du linge, mettre des **balles de lavage, de golf ou de tennis** pour augmenter l'efficacité de la lessive par une action mécanique.
- Comme adoucissant, utiliser du **vinaigre blanc** (2 cuillérées) pour dissoudre le calcaire qui raidit le linge et entretenir la machine.
- Si le linge a des taches difficiles, les frotter au **savon de Marseille** avant de le mettre dans la machine. Sinon, une fois cuites, elles ne partiront plus.

ADOUCISSANT POUR LE LINGE

Ingrédients pour 1 L d'adoucissant

- 2 cuillères à soupe de bicarbonate
- 30 cl de vinaigre blanc
- 10 gouttes d'huile de lavandin ou de citron (facultatif)
- une bouteille récupérée

Prendre de préférence une bouteille d'1,5 litre (pour éviter le risque de débordement du mélange).

Avec un entonnoir, transvaser 50 cl d'eau tiède et le bicarbonate dans la bouteille.

Bien secouer pour dissoudre parfaitement la poudre.

Ajouter 30 cl de vinaigre blanc (à faire petit à petit pour éviter que le mélange ne déborde) et enfin l'huile essentielle.

Attendre que l'effervescence se calme avant de fermer.

Utilisation : remuer avant chaque utilisation et verser environ 1 verre (10 cl) dans le bac assouplissant de la machine.

SAVON LIQUIDE POUR LES MAINS

Ingrédients

- 300 ML d'eau
- 20g de savon de Marseille râpé
- 1 cuillère à soupe de Savon noir
- 10 gouttes d'Huile essentielle de votre choix (lavande...)
- 1 cuillère à soupe d'huile végétale (ce peut être de l'huile d'olive ou de l'huile d'amande douce)
- 2 cuillères à soupe de miel liquide

Dans une casserole, mettre à chauffer l'eau jusqu'à ébullition. Couper le feu et incorporer en remuant le savon de Marseille. Quand celui-ci est dissous, ajouter le miel liquide puis l'huile végétale et le savon noir. Mélanger le tout.

Quand le mélange aura refroidi, ajouter l'huile essentielle.

Si une fois refroidi, le mélange est trop épais (cela dépend du savon de Marseille utilisé) on peut rajouter de l'eau chaude.

Bien mélanger puis transvaser dans un flacon ad hoc, récupéré.



NETTOYANT pour les CUIVRES

Ingrédients

- une poignée de farine
- une poignée de gros sel
- un petit verre de vinaigre blanc

Mélanger les ingrédients secs, ajouter suffisamment de vinaigre pour former une pâte.

Pour plus d'informations :

<https://www.youtube.com/watch?v=TGIrdEWbWeM>

NETTOYANT / DETARTRANT WC

Ingrédients

- 30cl de vinaigre blanc
- 60cl d'eau
- 10 gouttes d'huile essentielle (citron, pamplemousse,...)

Dans un vaporisateur d'un litre, verser tous les ingrédients et secouer. Le vinaigre, légèrement acide dissout le calcaire et les résidus qui s'accrochent à l'émail. L'huile essentielle tient lieu de désodorisant.

Utilisation : vaporiser les parois de la cuvette et laisser agir ¼ d'heure. Brosser, essuyer et tirer la chasse d'eau.

POUDRE LAVE-VAISSELLE

Ingrédients

- 200g de cristaux de soude en poudre
- 75g de sel fin
- 50g d'acide citrique

Mettre des gants et mélanger tous les ingrédients. Transvaser le tout dans un contenant en verre.

Utilisation : 15 g maximum pour un lavage. Bien respecter la dose car en cas de surdosage, la vaisselle ressortirait avec un voile opaque.

DEBOUCHE – EVIER / DEBOUCHE - TUYAUTERIE

Avant tout, essayer de déboucher avec une ventouse (ne pas oublier d'obturer le trou du trop-plein). Si ça reste bouché et que l'accès au siphon est facile, dévisser la partie inférieure, vider, rincer et revisser. En l'absence de résultat, utiliser ce déboucheur :

Ingrédients

- un verre de cristaux de soude (ou de bicarbonate)
- un verre de gros sel
- un verre de vinaigre
- une ventouse

Verser les ingrédients dans la vidange bouchée, passer la ventouse pour remuer le mélange. Laisser agir pendant 30 minutes.

Verser une casserole d'eau bouillante dans la vidange.

Si votre tuyau est toujours bouché, il faut alors passer un furet en démontant le siphon.

Si cela ne marche toujours pas, appeler un plombier.

Ne jamais utiliser de déboucheur chimique aux acides sulfuriques ou chlorhydriques, surtout si vous utilisez de l'eau de Javel. Ce mélange produit une réaction qui dégage des gaz très toxiques.