

- de risques pour la santé
- de déchets
- + d'économies

								
Eau chaude	Vinaigre blanc	Savon noir	Bicarbonate de soude	Paillettes de savon de marseille	Cristaux de soude	Citron	Gros sel	Huile essentielle



Lessive

1 L

3 cs

100 g

5 à 10 gouttes



Nettoyant sol

1 L

250 mL

2 cs

5 à 10 gouttes



Liquide vaisselle

1 L

1 cc

1 cc

20 g

1 cc

5 à 10 gouttes



Absorbant d'humidité

1 coupelle



Assainissant WC

350 mL

150 mL

5 à 10 gouttes



Pâte anti-moisissures

3 cc

1 citron

*cc = cuillère à café // *cs = cuillère à soupe



LESSIVE

- Mettre 100g de savon de Marseille en copeaux ou à raper soi-même dans un saladier.
- Faire chauffer 1L d'eau dans une casserole ou bouilloire.
 - Verser petit à petit l'eau chaude sur les copeaux en mélangeant bien avec une cuillère en bois.
- Une fois les copeaux bien dissous, ajouter 3 cuillères à soupe de bicarbonate de soude et mélanger bien vigoureusement.
 - Ajouter 5 à 10 gouttes d'huile essentielle et mélanger.
- Verser dans un bidon et secouer très régulièrement jusqu'à ce que la lessive soit froide.



ASSAINISSANT WC

- Verser dans un vaporisateur 350mL d'eau chaude et 150mL de vinaigre blanc.
 - Ajouter 5 à 10 gouttes d'huile essentielle.
- Vaporiser sur les parois, laisser agir 15 à 20 min et brosser.



ABSORBEUR D'HUMIDITE

- Mettre le gros sel (ou du riz) dans une coupelle dans toutes les pièces humides.
- Changer le contenu de la coupelle régulièrement.



LIQUIDE VAISSELLE

- Mélanger dans un saladier 20g de paillettes de savon de marseille à 1L d'eau préalablement chauffée.
 - Une fois le savon dissous, ajouter 1 cuillère à café de bicarbonate de soude, de cristaux de soude et de savon noir ainsi que 5 à 10 gouttes d'huile essentielle.
- i** Pour les peaux sèches, il est également possible de rajouter à la préparation 1cc d'huile végétale (argan, amande douce...).



NETTOYANT SOL

- Mélanger dans 1L d'eau chaude 2 cuillères à soupe de savon noir et 250mL de vinaigre blanc.
- Si vous souhaitez ajouter un désinfectant, ajouter 5 à 10 gouttes d'huile essentielle de Tea Tree (arbre à thé) qui est un désinfectant naturel.
- !** Pour les sols fragiles comme le parquet, supprimer le vinaigre blanc.



PÂTE ANTI-MOISSISSURES

- Mélanger 3cc de bicarbonate de soude et le jus d'un citron jusqu'à l'obtention d'une pâte épaisse. Très antibactérienne et fongicide, elle désinfecte et tue les moisissures.
- Frotter cette pâte avec une brosse à dent pour accéder aux petits recoins.



Matériel

- un seau
- un saladier
- une casserole ou une bouilloire
- un bidon
- un vaporisateur
- une coupelle
- une cuillère en bois
- un fouet ou un mixeur
- une brosse à dent
- chiffon micro-fibre



Précautions

Les **huiles essentielles** sont à utiliser avec **parcimonie** : respecter toujours les doses. A proscrire pour les femmes enceintes, les asthmatiques et les allergiques. Pour les personnes sensibles, doser et adapter selon la sensibilité.



Conseil

"Privilégiez les logos environnementaux et repérez les symboles de danger !"

