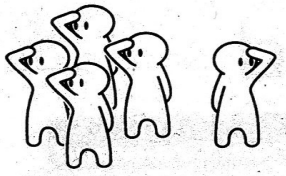

Alternatives

» CHRONIQUE

ÉCOLOGIE PRATIQUE

Michel Scrive

Agir pour l'environnement, cela peut se faire au quotidien : en utilisant des matières naturelles, en les transformant, en se réappropriant des savoir-faire et en les transmettant par l'échange. Faire soi-même rend acteur et moins dépendant du système. C'est aussi souvent plus économique, meilleur pour votre santé et pour la planète.

Faire ses produits ménagers

Les produits du ménage passent dans nos mains, nos assiettes... alors autant faire attention à ce qu'ils ne soient pas toxiques. Faire ses produits ménagers, c'est plus écologique, plus sain et beaucoup plus économique ! En achetant les produits de base, vous produirez aussi moins de déchets et d'emballages en réutilisant les mêmes bouteilles. Et ce sera autant de pollution en moins dans les eaux usées...

Pour nettoyer, le premier ingrédient s'appelle l'huile de coude. Un détergeant, c'est un détachant et la meilleure recette, c'est de frotter ! Les polluants s'accumulent dans des espaces fermés, pensez à aérer.

Les produits utilisés pour le ménage « naturel » se trouvent facilement dans les rayons droguerie des magasins.

Le vinaigre d'alcool blanc est un détartrant, conservateur, dégraissant, désodorisant, antiseptique, désinfectant, anti-fongique.

Le bicarbonate de sodium adoucit l'eau, neutralise les mauvaises odeurs, nettoie et désinfecte. Il est fabriqué avec de la craie et du sel. Ne pas utiliser pour la laine, la soie et les objets en aluminium.

Les cristaux de soude dissolvent les matières grasses, détartrent et débouchent la plomberie. Ils sont faits avec du sel de mer. Ne pas utiliser avec l'aluminium et ne pas confondre avec la soude caustique.

Le sel de cuisine détache, décape, désodorise, absorbe, il sert comme antigel et fixateur de couleur.

Quelques autres ingrédients bien utiles : le savon de Marseille, l'argile blanche, le blanc de Meudon (craie), le savon noir, la terre de Sommières pour détacher et les huiles essentielles pour parfumer et conserver (avec modération).

Et voici quelques recettes :

Recette de liquide vaisselle

Mélanger dans votre contenant 1 cuillère à soupe de bicarbonate de soude, 1/2 verre de savon noir, 1 demi litre d'eau chaude et trois ou quatre gouttes d'huiles essentielles.

Recette de nettoyant universel

- 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude,
- 2 litres d'eau chaude,
- quelques gouttes d'huile essentielle de citron/eucalyptus diluées dans 3 cuillères à soupe d'eau,
- 1 cuillère à soupe de vinaigre blanc

Dissoudre le bicarbonate dans l'eau. Ajouter le mélange d'eau et d'huile essentielle. Finir par le vinaigre.

Recette de lessive

- entre 100 et 150 grammes de savon de Marseille râpé,
- 3 cuillères à soupe de bicarbonate de soude,
- 1 litre eau très chaude,

Mélanger les ingrédients et faire reposer 1 heure. Ajouter ensuite 1 litre d'eau tiède, rajouter quelques gouttes d'huile essentielle et mélanger. Compléter le lendemain avec un litre d'eau froide.

Recette de la lessive de cendre

Passer au tamis des cendres récupérées, puis les mettre dans un bocal en verre. Verser de l'eau bouillante et fermer le bocal. Filtrer le lendemain en utilisant un tissu ou un papier de filtre à café.

Il est possible d'utiliser des plantes contenant des saponines à l'état naturel comme la saponaire ou le lierre pour la lessive. Ce qui est naturel n'est pas forcément comestible, donc il faut bien rincer. Les plantes contenant de la silice comme la pariétaire de Judée étaient utilisées pour récurer les casseroles.

Si vous n'avez pas le temps de faire vos produits, sachez que ceux vendus dans le commerce sont très concentrés. Vous pouvez diluer entre 1/3 et la moitié des contenus avec de l'eau, même pour vos produits certifiés bio (liquide vaisselle, shampoing...), en gardant une efficacité réelle.

➤ *Pour aller plus loin :*
http://ateliers-ecologie-pratique.org/IMG/pdf/ateier-produitsmenagers.pdf
http://www.arehn.asso.fr/publications/cpa/cpa66.pdf
http://raffa.grandmenage.info/

Si vous voulez contribuer et m'aider pour cette rubrique sur l'écologie pratique et les savoir-faire, n'hésitez à me faire part de vos expériences : Michel Scrive, 5, rue de la Paix, 93500 Pantin, mishelu@riseup.net