

Laver sans polluer ... des idées économes et écologiques

Article publié dans le magazine Vidourle #69



Au printemps, nous sommes nombreux à sentir le besoin de **faire un grand nettoyage**. On aère, on chasse la poussière, les tâches et les vieilleries. En même temps que nous traquons les coins encrassés, nos cœurs s'emballent pour la beauté des arbres en fleurs et des insectes en cuissardes de pollen. Et là, nous sommes pris d'un léger doute. Tous mes produits miracles, anti calcaire, désinfectants, anti salissures, anti odeur... ne seraient-ils pas aussi anti-vie, polluant pour l'eau, l'air, la terre et donc mauvais pour les arbres et autres butineurs sus nommés ?

Bonne nouvelle : laver sans polluer est facile et économique ! Il suffit de changer quelques habitudes et de décrocher en douceur de l'addiction à l'eau de javel.

Mais qu'est-ce qu'elle a mon eau de javel ? J'aime bien désinfecter moi !

De sa fabrication à son rejet final, l'eau de Javel libère du chlore qui réagit avec les matières organiques du sol, de l'eau, de l'air et forme des composés organochlorés qui sont toxiques pour la faune et persistants : ils s'accumulent dans la chaîne alimentaire et sont cancérigènes ou mutagènes. L'usage régulier de l'eau de Javel favorise les bactéries résistantes et la diminution de

l'immunité. Désinfecter systématiquement avec de l'eau de javel est donc inutile et dangereux.

Les produits de base

Simple, économiques et écologiques ils remplacent tous les produits qui remplissent nos placards.

✓ Vinaigre d'alcool (ou vinaigre blanc).

Conservateur, dégraissant, désodorisant, détartrant, antiseptique, désinfectant, antiparasites, antifongique.

✓ Cristaux de soude

Dégraissant, désodorisant, adoucissant de l'eau, non corrosif. Détartrant. Aide au lavage du linge en émulsionnant les matières grasses et en neutralisant l'acidité des souillures. Plus irritant que bicarbonate de soude.

✓ Bicarbonate de soude

Ne pas le confondre avec les cristaux de soude ou avec la soude caustique ! Neutralise les acides et donc de nombreuses odeurs, abrasif doux, nettoyant, adoucisseur d'eau.

✓ Les savons

Les choisir sans additif & à l'huile d'olive - si possible sans huile de palme.

- Savon noir

Nettoyant, dégraissant, détachant, antiseptique, insecticide, lavage du linge foncé, nourrit carrelage et marbre. Il existe un autre savon noir - pour le corps - qui contient de la glycérine et souvent d'autres huiles végétales.

- Savon de Marseille

Nettoyant, dégraissant, lavage du linge et du corps, antiseptique, nettoyage des plaies et morsures de chien.

✓ Percarbonate (eau oxygénée + carbonate de soude).

Blanchissant et détachant du linge.

✓ Jus de citron

Décolorant, désodorisant, son jus frais ravive les bassines en cuivre.

✓ Argile

A part les vertus médicinales, c'est un nettoyant, absorbant des graisses, abrasif doux.

✓ Cendre de bois

Tamisée c'est un nettoyant, dégraissant, absorbant, abrasif doux.

✓ Huiles essentielles

- Thym : Antiseptique, antiviral, antibactérien puissant.
- Citron : Antibactérien, antiseptique, antiviral.
- Pin sylvestre : Haut pouvoir antiseptique.
- Menthe poivrée : antiseptique.

Attention : Il faut environ 100 kg de plantes fleuries pour produire 1 kg d'huile essentielle.



Utiliser avec modération ces extraits hautement concentrés, notamment pour les produits ménagers.
A réserver pour les besoins réels de désinfection.

Comment faire ?

- **Nettoyer évier et lavabos** au savon de Marseille et vaporiser du vinaigre d'alcool pur contre le calcaire.
- **Nettoyer, assainir désinfecter les WC et poubelles** : vaporiser du vinaigre d'alcool chaud et laisser agir. Si besoin de désinfection, ajouter au vinaigre 1 goutte d'huile essentielle de pin, citron ou thym.
- **Détartre** : vinaigre bouillant avec ou sans sel de mer.
- **Décrasser toute surface** avec du savon noir pur sur une éponge ou dilué dans un seau d'eau chaude pour lavage des sols. Si ça résiste : saupoudrer du bicarbonate de soude sur l'éponge ou sur la surface à nettoyer et ajouter un peu de savon noir pur : très efficace et remplace les produits type « Cif ».
- Pour **dégraisser, désodoriser frigo, congélateurs, bouteilles et verrerie** : cristaux de soude dans de l'eau très chaude.
- **Assainir et désodoriser la maison** : fumiger avec des brins de sauge séchés (allumer la sauge comme un encens et laisser fumer) ou vaporiser 2 gouttes d'huile essentielle de thym, menthe, ou citron.
- **Assainir et désodoriser un placard ou un frigo** : coupelle de vinaigre d'alcool à l'intérieur.
- **Vitre d'insert** : éponge grattante mouillée + cendre du foyer : on frotte quand la vitre est encore chaude.
- **Vitre et miroir** : eau chaude vinaigrée avec quelques gouttes de produit vaisselle.

Dans le prochain numéro, retrouvez la recette de trois produits d'entretien à fabriquer soi-même : un nettoyant toute surface, un produit à vaisselle et une lessive liquide pour le linge.
Bon nettoyage de printemps !



Rédaction : Astrid Géraud pour le CIVAM du Vidourle
Photos libres de droit et Astrid Géraud
Article proposé par **le CIVAM du Vidourle**