


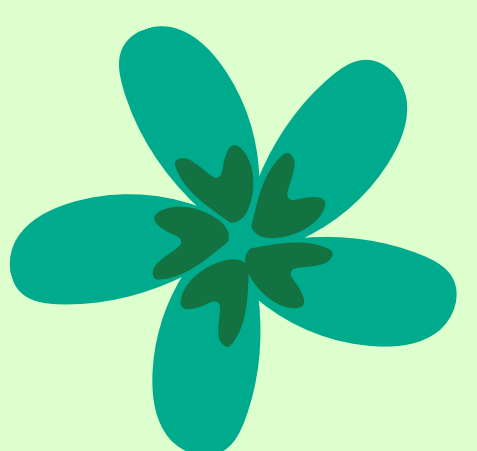


**COMMENT FAIRE
SES PRODUITS
MÉNAGERS**



PRÉCAUTIONS

Tenir toutes les préparations et ingrédients hors de portée des enfants.

Porter des gants de ménage.

Ne jamais utiliser de produits acides (ex.vinaigre) en même temps que l'eau de Javel.

Bien étiqueter les produits ménagers !

CS : cuillère à soupe = 15 ml

cc : cuillère à café = 5 ml

LES PRODUITS ET LEURS UTILISATIONS

LE VINAIGRE BLANC

Irritant

Éviter de respirer les vapeurs de vinaigre chaud

Détartre...

Les robinets, égouttoirs, etc. : vaporiser du vinaigre, laisser agir quelques minutes, puis essuyer avec une éponge ou un chiffon en microfibre.

Les mousseurs, aérateurs : les dévisser et les faire tremper dans un mélange $\frac{1}{2}$ vinaigre + $\frac{1}{2}$ eau chaude pendant 1 heure.

La pomme de douche en métal : la faire bouillir 15 min dans une solution de 250ml de vinaigre + 1 litre d'eau.

La pomme de douche en plastique : la faire tremper dans un mélange $\frac{1}{2}$ vinaigre, $\frac{1}{2}$ eau chaude toute une nuit.

La cafetière : faire tourner un cycle avec un mélange d'eau et de vinaigre et enchaîner avec un cycle d'eau seule.

La bouilloire : recouvrir le fond de vinaigre, faire bouillir et laisser refroidir, bien rincer avant d'utiliser.

La machine à laver et le linge : 1 verre de vinaigre dans le compartiment « adoucissant ».

Le fer à repasser : remplir le réservoir de vinaigre et la laisser complètement s'évaporer.

Faire briller...

Les vitres, miroirs : remplir un vaporisateur avec 1/3 de vinaigre puis 2/3 d'eau.

Les verres, les plats en verre : un bain de vinaigre dilué de quelques heures.

La vaisselle : verser un trait de vinaigre dans le bac de rinçage.

Nettoyer / Désinfecter...

La poubelle : faire bouillir une solution 1/2 vinaigre, 1/2 eau.

Les sols durs (carrelage, linoléum, vinyle, bois) : 225 ml de vinaigre dans un seau d'eau chaude.

Le carrelage : 2 verres de vinaigre dans 1 seau d'eau chaude.

Les carreaux de salle de bains/cuisine et les joints : vaporiser du vinaigre pur, laisser agir 1 heure, frotter.

La porte de douche (tartre, savon) : frotter avec une éponge imbibée de vinaigre pur chaud.

Le rideau de douche : le faire tremper 1 heure dans une solution d'eau chaude + vinaigre.

Les moisissures (peu importantes) : vaporiser un mélange 1/2 vinaigre, 1/2 eau froide (sans rincer).

Les éponges : les faire tremper dans 1/4 de tasse de vinaigre + 1 litre d'eau.

Le réfrigérateur : nettoyer avec une éponge imbibée de vinaigre pur.

Le lave-vaisselle : nettoyer l'intérieur avec une éponge imbibée de vinaigre ou un vaporisateur de vinaigre (non dilué).

Le four à micro-ondes : faire chauffer un bol de vinaigre quelques instants et passer une éponge sur les parois.

Le four : essuyer les parois avec un mélange 1/2 vinaigre, 1/2 eau.

Les brûleurs : les faire tremper dans du vinaigre plusieurs heures si nécessaire.

Les bois (y compris sols) : vaporiser du vinaigre pur et essuyer avec un chiffon.

Les brosses et peignes : les faire tremper une cuvette d'eau additionnée d'1 verre de vinaigre.

Adoucir...

Le linge : 1 verre de vinaigre dans le compartiment « adoucissant ».

Désodoriser...

La planche à découper : vaporiser après utilisation.

Les canalisations : 1 tasse de vinaigre.

Détacher...

Le linge (tâches d'herbe, à base de tomate, tissus moisis) : faire tremper dans une solution ½ eau froide, ½ vinaigre pendant 1 nuit, laver le lendemain.

Les tâches de transpiration : vaporiser du vinaigre, rincer.

Les résidus de bicarbonate : après nettoyage (voir « Bicarbonate »), vaporiser un mélange ½ vinaigre, ½ eau froide.

BICARBONATE DE SOUDE

Ne pas nettoyer l'aluminium avec le bicarbonate

Ne pas utiliser pour la soie et de la laine !

Nettoyer / Désinfecter...

Le sol : 2 CS de bicarbonate dans 2 litres d'eau chaude.

L'évier, la baignoire : répandre du bicarbonate sur une éponge/un chiffon, frotter, rincer à l'eau chaude.

Les joints (salle de bains) : appliquer une pâte faite de bicarbonate et d'eau, laisser sécher puis rincer.

Les métaux (chrome, inox, or, argent) : appliquer une pâte faite avec 3 cc de bicarbonate et un peu d'eau, laisser éventuellement agir (sans frotter), rincer à l'eau chaude, puis polir.

Les accessoires de beauté (ex. brosses) : les faire baigner dans une solution d'1 litre d'eau + 4 CS de bicarbonate de soude.

La moquette, les tapis et canapés : saupoudrer de bicarbonate, frotter, laisser agir 1 heure, puis passer l'aspirateur.

Le réfrigérateur, le micro-ondes : une éponge ou un chiffon humide imprégné d'un peu de bicarbonate.

La planche à découper

Un thermos : verser 2 CS de bicarbonate et de l'eau chaude et laisser tremper 1h en secouant de temps en temps.

Blanchir...

Le linge

Raviver...

Les couleurs du linge : 1 ou 2 CS de bicarbonate lors de lavage.

Désodoriser ...

Le linge (odeur de chlore) : ajouter 2 CS de bicarbonate lors du lavage.

Le réfrigérateur : déposer une coupelle avec 1 ou 2 cc de bicarbonate.

La poubelle : disperser du bicarbonate dans le fond de la poubelle (propre et sèche).

Les canalisations : verser 1 tasse, laisser agir 1 heure avant de verser de l'eau bouillante.

La litière du chat

Récurer...

Le four : vaporiser les parois d'eau, saupoudrer de bicarbonate, vaporiser à nouveau, laisser agir. Le lendemain retirer avec un éponge ou une spatule en bois.

Les casseroles brûlées : répandre une couche dans le fond, laisser agir une nuit.

La grille de barbecue

Les carreaux (salle de bains), porte de douche ... : répandre un peu de bicarbonate sur une éponge humide, essuyer, rincer à l'eau chaude.

Déboucher...

Les canalisations - Entretien régulier (1 fois par semaine) : ¼ de tasse de bicarbonate puis rincer à l'eau chaude.

Détacher...

Le linge : le faire tremper dans une bassine remplie d'1 litre d'eau chaude + 1 verre de bicarbonate.

La vaisselle (tâche de café, thé...) : imbiber une éponge de bicarbonate et frotter la tâche.

Adoucir...

Le linge : ajouter 50g de bicarbonate au cycle de lavage.

CRISTAUX DE SOUDE

Réservés à un usage ménager, éviter tout contact avec la peau et les yeux, manipuler avec des gants.

Ne pas utiliser sur l'aluminium ou les surfaces cirées, peintes ou laquées (sauf pour les décaper), éviter d'utiliser sur le chêne et le châtaigner !

Nettoyer...

Tout (cuisinière, meubles, lavabo, baignoire, moisissures sur rideau de douche, hotte, peintures,...) : solution de 10g de soude par litre d'eau chaude, bien rincer à l'eau chaude.

Le linge (très sale) : dissoudre 3 CS de cristaux de soude dans une tasse d'eau chaude, mettre dans le compartiment « assouplissant ».

La moisissure (rideau de douche) : solution de 250 g de cristaux de soude dans 600 ml d'eau chaude.

La poubelle, les carreaux, les joints : solution de 600 ml + 125 g de cristaux de soude.

Accroître l'efficacité...

de la lessive : ajouter 100 g de cristaux de soude à la machine ou 1CS de soude dissoute dans un verre d'eau chaude.

de la poudre de lave-vaisselle : 1 cc de poudre classique + 1 CS de cristaux de soude.

du nettoyant/désinfectant fait maison (voir recette) : verser 1 bouchon de nettoyant/désinfectant + 1 poignée de cristaux de soude dans un seau d'eau chaude

Décrasser...

Les casseroles/poêles brûlées : mettre une couche de cristaux de soude, recouvrir d'eau bouillante, mettre un couvercle et laisser agir quelques heures, puis laver et bien rincer.

Les toilettes : diluer $\frac{1}{2}$ verre de cristaux de soude dans un seau d'eau chaude, appliquer, laisser agir 15 minutes, brosser, tirer la chasse d'eau.

La terrasse : diluer 2 CS de cristaux de soude dans un seau d'eau chaude, frotter avec un balai brosse.

Les vitres et miroirs très sales/gras : tremper un chiffon dans une solution de 600 ml d'eau froide + 1 CS de cristaux de soude, le passer sur les surfaces, nettoyer avec une raclette, sécher avec un chiffon.

Dégraisser...

Le four, les plaques de cuisson, la vaisselle... : utiliser une solution de 250g de cristaux de soude + 600 ml d'eau, bien rincer à l'eau chaude.

Détacher...

La vaisselle (thé, café) : remplir le récipient avec une solution de 20 à 40g de cristaux de soude par litre d'eau chaude, laisser agir quelques heures puis bien rincer.

Le linge (tâches de sang, d'œuf...) : le faire tremper dans une solution dans une solution de 250g de cristaux de soude + 600 ml d'eau.

Déboucher...

Les canalisations

Faire briller...

La verrerie : remplir le récipient avec une solution de 20 à 40 g de cristaux de soude par litre d'eau chaude, laisser agir quelques heures puis bien rincer.

PERCARBONATE DE SOUDE

Comburant , nocif en cas d'ingestion, provoque lésions oculaires graves, manipuler avec des gants !

Corrosif pour les métaux.

Blanchir...

Le linge : pour le blanc (1 CS), les tâches colorées (2 CS), le lavage à la main ou le trempage (1 CS).

Détacher...

Les tâches organiques (thé, café, vin rouge, fruits, sauce tomate, graisses, maquillage, transpiration...)

Les tâches de sang (avant lavage) : le diluer dans un peu d'eau et appliquer.

Les tâches dans le fond des WC : verser 1 CS de percarbonate au fond, broser, tirer la chasse d'eau.

LE BLANC DE MEUDON

Nettoyer et raviver l'éclat ...

Des métaux (argenterie, laiton, inox, cuivre, étain...), des vitres, de la faïence, du marbre, du plastique, des plaques vitrocéramiques, des menuiseries métalliques... : mélanger le Blanc de Meudon avec de l'eau pour former une pâte, appliquer et frotter.

Récurer...

mélanger le Blanc de Meudon avec de l'eau pour former une pâte.

Détacher...

Les tâches de graisse et d'huile : saupoudrer la tâche de Blanc de Meudon.

LE SAVON NOIR

Nettoyer/Faire briller...

Les sols et carrelages : diluer 2 à 3 CS de savon noir dans 5 litres d'eau tiède (parquets, tomettes) à chaude.

Les ustensiles en cuivre, laiton, argent : faire tremper dans une bassine d'eau tiède + 4 CS de savon pendant 10 minutes. Essuyer sans rincer.

Les vitres : diluer 1 cc de savon noir dans 2 litres d'eau chaude, passer une éponge, essuyer avec raclette et chiffon micro-fibre.

La vaisselle : utiliser comme liquide vaisselle.

Nourrir en profondeur/Faire briller...

Les sols et carrelages : diluer 2 à 3 CS de savon noir dans 5 litres d'eau tiède à chaude.

Le cuir (canapé, veste,...) : un peu de savon noir sur un chiffon, frotter puis rincer à l'eau tiède.

Dégraisser...

Les surfaces, plans de travail, cuisinières, plaques de cuisson, hotte, four... : quelques gouttes de savon noir sur une éponge, laver puis rincer à l'eau chaude.

Les poêles, friteuses, casseroles : quelques gouttes de savon noir sur une éponge, laver puis rincer à l'eau chaude.

Le four : appliquer du savon sur les parties encrassées lorsque le four est tiède, laisser agir pendant une nuit, puis nettoyer et rincer.

Le barbecue : mettre un peu de savon noir sur une brosse, frotter puis rincer à l'eau chaude.

L'insert de cheminée : mettre un peu de savon noir sur du papier journal, frotter puis rincer à l'eau chaude.

Détacher...

Les tâches tenaces : appliquer quelques gouttes de savon noir, laisser agir ½ heure, frotter à la main puis mettre en machine.

Le linge : verser 3 à 4 CS de savon noir dans le compartiment (comme lessive traditionnelle).

LE SAVON DE MARSEILLE

Nettoyer

Les sols, les surfaces... : mélanger du savon de Marseille râpé ou en copeaux dans 1 litre d'eau bouillante.

La vaisselle, les sols, les surfaces : diluer 30 g de savon de Marseille râpé dans 1 litre d'eau bouillante, agiter et laisser figer 1 nuit. Utiliser 1 volume de produit pour 10 volumes d'eau.

Le linge : 3 poignées de copeaux dans le tambour (râper un pain de savon ou acheter du savon en paillettes).

Détacher

Le linge : mettre quelques gouttes d'eau sur le savon, frotter la tâche à sec sur l'endroit et l'envers du tissu, faire tremper à l'eau froide puis mettre en machine .

LES HUILES ESSENTIELLES

Ne pas dépasser le dosage – tenir hors de portée des enfants (très sensibles)

Parmi les moins onéreuses et les plus utiles pour le ménage :

Citron

Antiseptique, antibactérienne, antivirale, bonne odeur de propre (pour le linge : stimulantes, action blanchissante).

Tea Tree

Antibactérienne puissante à large spectre d'action, fongicide, parasiticide, antivirale

Pin sylvestre

Antiseptique, bonne odeur de propre.

Eucalyptus

Antiseptique, antibactérienne, antivirale, bonne odeur de propre (pour le linge : excellent pour rhumes et sinusites).

Menthe Poivrée

Antiseptique, antibactérienne, antivirale, fongicide, vermicide, bonne odeur de propre pour le linge : soulage le rhume et les sinusites).

Lavande

Bonne odeur de propre, antiseptique, bactéricide, antivirale, fongicide, anti-mite, éloigne les moustiques (pour le linge : sédatives).

Thym

Antibactérienne très puissante à large spectre d'action, fongicide, parasiticide, antivirale.

LE CITRON

Nettoyer / Désinfecter...

Les sols : le jus d'un demi-citron dans un seau d'eau chaude.

Le four à micro-ondes : faire chauffer un bol de jus de citron quelques instants et passer une éponge sur les parois.

Les planches à découper

Les plaques de cuisson

Détartre...

Carreaux (salle de bains), porte de douche, ... : vaporiser du jus de citron pur, laisser agir 30 min puis rincer à l'eau chaude.

Robinets : frotter un morceau de citron.

Récurer...

Les joints : découper 1 citron en deux et le tremper dans du sel.

Blanchir...

Le linge : ajouter 115 ml de jus de citron au cycle de rinçage.

Le linge blanc/les couches sales avant lavage : les faire tremper dans une seau d'eau chaude ou froide + le jus d'1/2 citron.

Un évier blanc : le frotter avec du jus de citron.

LE SEL

Récurer/Décaper...

Les joints/ les planches à découper / les casseroles en cuivre : découper 1 citron en deux et le tremper dans du sel.

Dégraisser...

Le four, les plaques de cuisson : sel + brosse.

Les poêles : parsemer de sel puis nettoyer.

Détacher...

Les tâches de sang, d'œuf, les traces de transpiration,... : pré-trempage dans un mélange eau + sel.

Les tâches de café/thé : frotter avec du sel.

Tâche de vin : recouvrir immédiatement la tache de sel.

Désinfecter...

La planche à découper : saupoudrer, laisser agir 10 minutes, rincer avec de l'eau très chaude.

LE MARC DE CAFÉ

Déboucher...

Les canalisations (entretien régulier) : 1 cc de marc de café sous un jet d'eau chaude.

Désodoriser...

Le réfrigérateur, les placards, la buanderie... : disposer une coupelle avec du marc de café sec.

Polir...

Les meubles : laisser tremper le marc de café dans de l'eau tiède puis appliquer un peu de ce mélange sur les petites égratignures visibles.

Nettoyer/Dégraisser...

Les objets sales ou encrassés : mélanger du marc de café avec un peu d'eau tiède et utiliser une brosse à poils doux pour récurer en douceur.

La vaisselle : utiliser simplement le marc de café (2 poignées) sur la vaisselle pour la nettoyer.

La cuisinière

L'HUILE D'OLIVE

Nourrir / Faire briller...

Les meubles : mettre quelques gouttes sur un chiffon doux.

L'acier inoxydable : mettre quelques gouttes sur un chiffon doux.

Les chaussures en cuir : mettre quelques gouttes sur un chiffon doux.

Détacher...

Le plastique tâché de sauce tomate : frotter avec de l'huile végétale.

QUELQUES RECETTES...

Produit nettoyant multi-usages

Désinfectant universel

Dans un vaporisateur, verser :

½ vinaigre

+ 10 gouttes d'huiles essentielles (tea-tree, citron, eucalyptus, orange..)

+ ½ eau

assainir les zones sensibles (WC, lavabos, éviers...)

Produits nettoyants pour sols et surfaces

Produit nettoyant au savon noir

Dans un grand récipient en verre, mélanger :

7 CS de savon noir + 1 litre d'eau

Transvaser dans un flacon

Utiliser 1 volume de produit pour 10 volumes d'eau

Produit nettoyant aux cristaux de soude

Dans un grand récipient en verre, mélanger :

Utiliser 1 volume de produit pour 10 volumes d'eau

Produit nettoyant au savon de Marseille

Dans un grand récipient en verre, mélanger :

30 g de savon de Marseille râpé

15 gouttes d'huile essentielle de citron (facultatif)

1 litre d'eau bouillante

Agiter et laisser figer 1 nuit

Utiliser 1 volume de produit pour 10 volumes d'eau

Produit vaisselle

Liquide vaisselle au savon noir

Dans un flacon, mélanger :

½ verre de savon noir

2 CS de bicarbonate de soude

500 ml d'eau tiède

10 gouttes d'huile essentielle (citron, pin, menthe..)

Produit Wc

Produit nettoyant wc au savon noir

Dans un récipient en verre, mélanger :

30 g de savon râpé (ou 7 cuillères à soupe de savon noir)

30 gouttes d'huile essentielle de citron

1 litre d'eau bouillante

Agiter, laisser se figer pendant 1 nuit (peut être dilué)

Utiliser 2 cuillères à soupe par nettoyage

Produit à vitres

Produit à vitres au vinaigre

Remplir un vaporisateur de 2/3 d'eau et 1/3 de vinaigre

Vaporiser puis passer un chiffon sec

Lessive

Si très sale/très tâché : faire pré-tremper

Lessive au savon de marseille

Dans un bocal en verre, mélanger :

30 g de savon de Marseille râpé

+ 15 gouttes d'huiles essentielles (lavande, citron, ...)

+ 1 litre d'eau bouillante

Remuer, ajouter 30 g de cristaux de soude, mélanger, laisser se figer pendant 1 nuit

Pour une consistance plus liquide, diluer le produit

Utiliser ½ verre par lessive dans le tambour

Lessive en poudre

Dans un contenant, mélanger :

125 g de savon de Marseille râpé

125 de cristaux de soude

125 g de bicarbonate de soude

(en option : 10 gouttes d'huile essentiel - lavande, citron, ...)

Utiliser 2 cuillères à soupe par machine

Lessive « express »

50 g de paillettes de savon dans le tambour

Ou 3 cuillères à soupe de savon

Déboucheurs de canalisations

Produit d'entretien hebdomadaire

Dans un bocal, mélanger :

1 verre de bicarbonate

1 verre de sel fin

Agiter

Utilisation : 3 cuillères à soupe du mélange dans la tuyauterie, faire suivre d'eau bouillante vinaigrée.

Déboucheur

(après avoir essayé la ventouse ou et/ bouchon n'est pas au niveau du siphon – dévisser)

Verser dans la tuyauterie :

1 verre de bicarbonate (ou 1 poignée de cristaux de soude, plus efficace)

1 verre de sel

1 verre de vinaigre

Ventouser pour remuer, attendre 30 minutes, verser de l'eau bouillante, ventouser à nouveau.

Crème à récurer

Crème à récurer

Remplir un flacon de 500 ml :

½ bicarbonate de soude

¼ à 1/5 de sel fin

1 CS de liquide vaisselle écologique/ savon neutre liquide

15 gouttes d'HE (citron, pin, menthe...)

Compléter avec de l'eau, agiter (puis avant chaque utilisation)

Ne pas utiliser sur des surfaces fragiles (ex. vitrocéramiques)

Crème à récurer « express »

Verser du liquide vaisselle sur une éponge

Saupoudrer la surface

Frotter avec l'éponge

Pierre récurante

Dans un pot opaque, verser :

1,5 mesure de blanc de Meudon

10 gouttes d'huile essentiel (citron, pin, menthe...)

1 mesure de bicarbonate

1 mesure de savon neutre

Bien mélanger, rajouter un peu d'eau, laisser sécher au soleil au moins 24 h

Utilisation : frotter une éponge sur la pierre

Produit d'entretien des meubles en bois

Dans un petit vaporisateur, verser :

5 cuillères à soupe de jus de citron ou de vinaigre blanc

5 cuillères à soupe d'huile d'olive

15 gouttes d'huile essentiel citron

Vaporiser sur la surface à traiter, frotter avec un chiffon doux.