

Recettes de produits nettoyants écologiques*

Produit	Ingrédients	Mode de préparation
Désinfectant	5 à 10 gouttes d'huile d'eucalyptus, 1 litre d'eau	Mélanger bien les ingrédients et les mettre dans une bouteille à pulvériser. Secouer bien avant l'utilisation.
Crème à récurer	60 ml (¼ tasse) de bicarbonate de soude, 30 ml (2c. à table) de borax et 30 ml (2c. à table) de cristaux de soude, savon liquide, huile essentielle	Mélanger bien les ingrédients et ajouter une quantité suffisante de savon pour produire une pâte crémeuse. Parfumer le mélange en y incorporant une dizaine de gouttes d'huile essentielle. Transférer ensuite dans une bouteille souple et compressible. Verser un peu de crème à récurer sur une éponge ou un chiffon humide. Nettoyer puis rincer généreusement.
Poudre à récurer	250 ml (1 tasse) de bicarbonate de soude, 60 ml (¼ tasse) de borax	Mélanger les ingrédients et conserver le mélange dans un contenant à saupoudrer. Répandre un peu de produit sur les surfaces sales et frotter avec un chiffon mouillé. Rincer par la suite.
Désodorisant	1 ml (¼ c. à thé) de bicarbonate de soude, 125 ml (½ tasse) d'eau, citron, huile essentielle	Dissoudre 1 ml (1/4 c. à thé) de bicarbonate de soude dans 125 ml (1/2 tasse) d'eau chaude. Ajouter à la solution quelques gouttes de jus de citron ainsi qu'une dizaine de gouttes d'huile essentielle. Mélanger bien et verser dans un vaporisateur. Vaporiser le mélange dans la pièce pour éliminer les mauvaises odeurs.
Renvois d'eau	60 ml (¼ tasse) de bicarbonate de soude, 60 ml (¼ tasse) de vinaigre, eau	Verser le bicarbonate et ajouter ensuite le vinaigre et laisser reposer 15 minutes. Verser ensuite une pleine bouilloire d'eau bouillante.
Assouplisseur pour la lessive	Bicarbonate de soude	Ajouter 1 c. table de bicarbonate de soude à chaque rinçage.
Nettoyant à vitre	10 ml (2 c. thé) vinaigre, 1L (4 tasses) d'eau chaude	Mélanger les ingrédients et verser le mélange dans un vaporisateur. Vous pouvez utiliser du papier journal roulé en boule pour essuyer.
Nettoyant tout usage	125 ml (½ tasse) de vinaigre, 65 ml (¼ tasse) de bicarbonate de soude, 2 litres d'eau	Mélanger le vinaigre et le bicarbonate dans l'eau. Ranger et garder.
Nettoyant à four	Bicarbonate de soude, eau	Faire une pâte composée de bicarbonate de soude et d'eau. Étendre et laisser agir une nuit. Nettoyer à l'éponge le lendemain
Nettoyant pour les planchers	60 ml (¼ tasse) de vinaigre, eau	Verser 60 ml (1/4 tasse) de vinaigre dans un seau rempli de 4 litres (1 gallon) d'eau tiède. Nettoyer le plancher à l'aide d'une vadrouille bien essorée.
Nettoyant pour les cuisinières	45 ml (3 c. à table) de bicarbonate de soude, 15 ml (1 c. à table) d'eau, vinaigre	Mélanger 45 ml (3 c. à table) de bicarbonate de soude avec 15 ml (1 c. à table) d'eau. Rincer avec un linge mouillé imbibé de vinaigre. Utiliser le même produit pour nettoyer l'évier, les côtés, le haut et l'intérieur de la porte du four.
Nettoyant pour cuvette	60 ml (¼ tasse) de bicarbonate de soude, vinaigre	Verser le bicarbonate de soude dans la cuvette et ajouter le vinaigre. Laisser reposer une demi-heure. Brossez la cuvette et actionner la chasse d'eau.

Points de vente de produits écologiques

Points de vente	Produits			
	Savon pur liquide	Cristaux de soude	Borax	Huiles essentielles
Yotta, épicerie fine 550 de Mortagne, Boucherville Tél: 450-655-9688			X	
Avril Supermarché Santé 1185, du Tremblay, Longueuil Tél: 450-448-5515		X	X	X
Herbier de France 680, av. Victoria, Saint-Lambert Tél: 450-466-0733				X
Aliments Naturels Tau 6845, bld Taschereau, Brossard Tél: 450-443-9922	X	X	X	X
L'eau vive 248, rue Saint-Georges, Mont-Saint-Hilaire Tél: 450-464-5767	X	X	X	X

Ingrédients écologiques

Le **bicarbonate de soude** (bicarbonate de sodium) est aussi connu sous le nom de « petite vache », « soda à pâte ». Cette poudre légèrement abrasive nettoie, désodorise, blanchit et assouplit les tissus. Vous pouvez en faire l'achat dans les épicerie, les pharmacies ou autres commerces.

Le **borax**, un minéral d'origine naturelle, possède des propriétés nettoyantes, désodorisantes et désinfectantes. Ce produit est offert dans les magasins d'aliments naturels et les pharmacies.

Les **cristaux de soude** (carbonate de sodium), aussi appelés « cristaux à lessive », délogent efficacement la saleté et la graisse et font disparaître les tâches. Vous pouvez vous en procurer dans certains magasins d'aliments naturels.

Les **huiles essentielles** sont des substances aromatiques extraites de plusieurs plantes. Une grande variété de fragrances (agrumes, lavande, pin, menthe, etc.) est offerte dans les pharmacies et les magasins d'aliments naturels.

Le **savon liquide à base d'huile végétale** contient des gras naturels facilement biodégradables. Vous pouvez faire l'achat de ce produit dans les magasins d'aliments naturels, les pharmacies et certaines épicerie.

Le **vinaigre blanc** nettoie, désinfecte, désodorise, déloge la graisse, dissout les dépôts calcaires, élimine les moisissures et prévient leur apparition. De plus, il fait disparaître les taches, blanchit les vêtements, élimine l'électricité statique et assouplit les tissus. Il est offert dans les épicerie.

Références

Raffa, Le Grand ménage, Recettes écologiques et économiques pour l'entretien de la maison, <http://raffa.over-blog.com>

Ville de Montréal, Maison propre et Jardin vert, Guide de l'entretien ménager et du jardinage écologiques, www.ville.montreal.qc.ca/environnement

Pour plus d'informations:

Marc Geet Éthier «Ménage vert-se faciliter la vie en la protégeant», 2008, Trécarré, Montréal.

Marc Geet Éthier «Zéro Toxique, le guide abrégé», 2008, Trécarré, Montréal.

Gérard Lambert «Petits et grands ménages écologiques avec le bicarbonate de soude», 2008, Édimag.

Inés Peyret «Le vinaigre à tout faire. Collection : Vie pratique», 2008, Dauphin.



Nature-Action Québec
120 rue Ledoux
Beloeil, Qc, J3G 0A4
Tél. 450 536-0422