



## Zéro déchet : Nettoyage de la maison

### Description

Aujourd'hui, nous ouvrons au nouveau chapitre sur le zéro déchet : nettoyage de la maison. En moyenne, l'air à l'intérieur des bâtiments est **5 à 10 fois plus pollué que l'air extérieur** ! Cela est dû aux matériaux de construction utilisés, chauffage, climatisation, mais aussi aux produits d'entretien. De nombreux produits, en plus d'être très toxiques (comme l'eau de javel par exemple), émettent des composés volatiles organiques qui peuvent être cancérogènes. Et pour ne rien arranger, beaucoup ont un usage unique. On finit donc avec de très nombreux produits d'entretien, toxiques, chers et qui contaminent tant l'air que l'on respire que l'environnement. Nous allons voir comment remplacer de très nombreux produits d'entretien par des solutions plus durables et respectueuses de la nature.

image= »3340? img\_size= »large »

alignment= »center »][vc\_column][vc\_row][vc\_row][vc\_column][vc\_column\_text]

## Les éponges végétales

Commençons par les éponges. Généralement, quand on parle d'éponges, on a en tête les éponges synthétiques. Mais quel est le problème ? Il y en a en fait plusieurs : elles ne sont ni recyclables, ni biodégradables, sont souvent fabriquées de dérivés du pétrole et de produits chimiques, et sont un vrai nid à bactéries et à microbes. Il existe maintenant plusieurs solutions pour les remplacer de manière durable. Moi, j'ai opté pour des **éponges végétales en luffa** (voir photo ci-dessus). La luffa est une sorte de courgette que l'on peut faire pousser dans son jardin ! Il suffira de la laisser grandir, de la sécher, puis de l'utiliser jusqu'au moment où on la jettera...au composte ! C'est aussi simple que ça ! Si comme moi vous n'avez pas de jardin, elles se trouvent aussi dans le commerce.

## Nettoyage au vinaigre blanc

Le vinaigre blanc (ou vinaigre d'alcool) était déjà l'allié du nettoyage pour nos grand-mères. C'est un produit naturel et l'un des produits d'entretien les plus économiques qui existent. Avec ses vertus

dégraissantes, désinfectantes et anti-microbiennes, il peut servir pour nettoyer presque toutes les surfaces.

- Dans un flacon avec spray, mélanger moitié eau et moitié vinaigre. Vous pouvez utiliser ce **spray multi-usages** comme nettoyant multi-surfaces : plaque de cuisson, plan de travail, évier, salle de bain...
- Il suffit d'imbiber un chiffon d'un mélange de vinaigre et d'eau pour retrouver l'éclat de vos **vitres, miroirs et carrelages**.
- C'est aussi un **puissant anti-calcaire**, il sera donc parfait pour faire briller vos robinets et portes de douche. Je l'utilise très souvent pour détartre ma bouilloire. Je remplis ma bouilloire d'eau, y verse un demi verre à moutarde de vinaigre et laisse poser toute la nuit. Il faut éviter de faire chauffer le vinaigre pur dans vos appareils, car le vinaigre chaud est un puissant acide qui peut donc détériorer votre électroménager.
- Ses vertus anti-calcaire et désodorisantes en font également un très bon **adoucissant pour le linge**. Je verse une dose de vinaigre dans la machine à laver (à la place de l'adoucissant), et le tour est joué !

Si l'odeur du vinaigre vous incommode, vous pouvez laisser **infuser des épluchures de citron Ou d'orange** pendant une dizaine de jours. N'ayez pas peur de la couleur que prendra le vinaigre, cela ne tachera ni votre linge, ni les surfaces à nettoyer.

Bonus: il peut aussi servir à calmer les piqûres de moustique et comme **dés herbant naturel** dans le jardin (proportions : 1/4 de litre d'eau pour 1/2 de vinaigre).  
image= »3346? img\_size= »large »  
alignment= »center »

## Le savon noir : nettoyage naturel et qui sent bon

Le savon noir est un puissant savon végétal, 100% naturel, fait à base d'huile d'olive ou de lin. Il remplacera sans problème bon nombre de vos produits d'entretien grâce à ses vertus dégraissantes et assainissantes. On le trouve sous forme liquide ou sous forme de pâte, presque tout le temps sous forme concentrée. Un flacon permettra une utilisation pendant plusieurs mois.

- **Nettoyage des sols** : mélangez 1 à 2 cuillères à soupe de savon noir dans un seau d'eau. Cela convient à tous les types de sols (carrelage, parquet, céramique...). Etant un produit naturel, aucun problème pour laisser les bébés crapahuter à 4 pattes sur le sol.
- **Nettoyant multi-surfaces** : il suffira de mélanger 2 cuillères à café de savon noir avec 1L d'eau et placer le mélange dans un flacon avec spray.
- Le savon noir est très dégraissant, il sera donc parfait pour **nettoyer vaisselle, casseroles, plaque de cuisson, four et plan de travail**. Verser un peu de savon noir sur une éponge, frotter puis bien rincer à l'eau claire (chaude). Il faut rincer abondamment pour éviter de laisser des traces sur la vaisselle.

[/vc\_column\_text][/vc\_column][/vc\_row][vc\_row][vc\_column][vc\_column\_text]

## Le bicarbonate de soude : l'allié contre les odeurs

Le bicarbonate de soude est une substance biodégradable, comestible et économique qui peut servir pour nettoyer de nombreuses surfaces, en plus de ses usages en cuisine ou dans nos recettes cosmétiques maison. Poudre aux mille usages, elle est notamment l'allié numéro un contre les odeurs et les taches.

- Pour **retirer une bonne partie des pesticides des fruits et légumes**, diluez 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude dans une bassine d'eau. Laissez-y tremper vos fruits et légumes pendant 15 minutes. Ensuite, rincez à l'eau claire.
- **Supprimez les mauvaises odeurs** avec un peu de bicarbonate de soude. Saupoudrez-en un peu au fond de votre bac à poubelle ou laissez-le dans un petit ramequin dans votre frigo. Vous pouvez aussi en saupoudrer dans vos chaussures pour en éliminer les mauvaises odeurs.
- Utilisez-le pour nettoyer vos **planches à découper en bois**. Saupoudrez-les de bicarbonate, laissez agir 5 minutes puis frottez avec un demi citron. La plaque sera comme neuve et sans odeur !
- Utilisez du bicarbonate de soude pour récupérer vos **fonds de casserole brûlés**. Il suffit de mélanger le bicarbonate avec un peu d'eau chaude. Laissez agir une demi-heure puis frottez. Cela sera plus facile d'éliminer le brûlé.
- Le bicarbonate de soude permet aussi de **nettoyer efficacement peignes et brosses à cheveux**. Diluez 2-3 cuillères à soupe de bicarbonate dans un litre d'eau, plongez-y vos peignes et brosses. Laissez agir toute une nuit. Ensuite, rincez et séchez.

[/vc\_column\_text][/vc\_column][vc\_row][vc\_row][vc\_column][vc\_column\_text]

## Nettoyage zéro déchet avec du marc de café

Nous avons déjà parlé des mille vertus du marc de café dans cet article : [10 manières d'utiliser le marc de café](#). Il n'y a pas plus économique que le marc de café, qui finit généralement à la poubelle ou au composte. Autant lui donner une seconde vie ! Revenons et approfondissons sur le nettoyage.

- Le marc de café est mon n°1 pour **nettoyer et entretenir les canalisations**. 1 à 2 cuillères à soupe dans l'évier chaque semaine, et elles restent propres et sans odeurs.
- Il **élimine naturellement les odeurs** grâce à ses vertus absorbantes. On pourra en mettre un peu dans le fond de la poubelle, ou encore dans un ramequin dans le frigo ou dans un endroit propice aux odeurs (buanderie...). Il est aussi très bon pour **se laver les mains** après avoir coupé de l'ail ou de l'oignon. En plus, on profite d'un gommage délicat en même temps !
- C'est un **fort dégraissant** qui permettra de laver la cuisine est les poêles. Il suffit d'ajouter un peu de marc de café sur une éponge, puis de frotter sur la surface à dégraisser. Je l'utilise souvent pour nettoyer l'évier de la cuisine, qui en ressort comme neuf ! Attention à ne pas l'utiliser sur des surfaces poreuses, le marc de café colore naturellement ces matières.

[/vc\_column\_text][vc\_single\_image image= »3344? img\_size= »large » alignment= »center »][/vc\_column][vc\_row][vc\_row][vc\_column][vc\_column\_text]

## Savons végétaux : Marseille, Castille et Alep

Les savons de Marseille, de Castille et d'Alep sont tous trois des **savons élaborés à base d'huile végétale**. La différence ? En plus de leur lieu d'origine (comme l'indiquent leurs noms respectifs), le savon d'Alep est saponifié à froid alors que les deux autres le sont à chaud. Dans un cas, le savon est fait « sans cuisson » alors que dans l'autre, les ingrédients sont chauffés. Les savons de Marseille et de Castille sont tous deux élaborés avec de l'huile d'olive (avec au moins 70%). Le savon d'Alep, connu comme le plus vieux savon du monde, est composé d'huile d'olive et d'huile de baies de laurier. Les savons de Castille et d'Alep se trouvent notamment sous forme solide ou liquide. Comment les utiliser pour nettoyer la maison ?

- Pour **nettoyer la vaisselle** : il suffira soit de diluer 1 volume de savon dans 10 volumes d'eau, ou bien de simplement poser le savon à côté de l'évier et d'y frotter l'éponge. Attention, il faut y aller avec parcimonie car trop en utiliser peut laisser des traces sur les verres.
- Ces trois savons peuvent aussi être utilisés, dilués, pour **laver les sols** (carrelage, bois...) mais aussi comme **lessive** !

Pour ma part, je suis une fervente utilisatrice de ces produits pour le nettoyage de la maison, et principalement du marc de café, du savon noir et du vinaigre blanc. Cela fait des mois que je n'ai plus acheté de produits chimiques industriels, et la maison reste tout aussi propre. En ce qui concerne la vaisselle au savon (de Marseille, pour moi), l'idée m'a séduite, mais je n'ai jamais réussi à avoir mes verres sans traces. Je me suis donc rabattue sur du liquide vaisselle en vrac, et j'en suis ravie !

Il ne faut pas oublier que le changement vers **le zéro déchet est une transition** pendant laquelle on cherche et on essaye de nouvelles solutions. On finit par les adopter (ou pas), mais l'essentiel est d'essayer, de trouver sa voie et surtout qu'il ne s'agisse pas d'une contrainte. Je suis profondément convaincue que chaque petit geste compte, même s'il semble minime.

## Pour lire plus de trucs et astuces

### CATEGORY

1. Trucs et astuces
2. Zéro déchet

### POST TAG

1. entretien

**Categorie**

- 1. Trucs et astuces
- 2. Zéro déchet

**Tags**

1. entretien

**date créée**

15/07/2020

**Auteur**

admin

default watermark