



## **Super conseils pour un nettoyage écologique**

### **Le printemps! Vert et propre**

Le nettoyage de printemps : bon pour notre maison, pour notre tête et aussi pour la nature? Cela vous le déterminez. Car certains produits (chimiques) ne sont pas si amicaux pour notre planète et notre santé. La solution? L'Éco-cleaning! Ainsi vous rendez tout propre de manière naturelle. Les ingrédients dont vous avez besoin se trouvent dans votre supermarché SPAR favori. Vinaigre blanc? Ok. Huile d'olive? Ok. Bicarbonate de soude ou bicarbonate de sodium? Ok. Prêt? Avec ces conseils écologiques simples un vent de fraîcheur souffle dans votre maison!

### **Cristaux magiques**

Les cristaux de soude (bicarbonate de sodium) ressemblent à de la glace et sont un vrai produit miracle : ils dissolvent la saleté comme le soleil fait fondre la neige.

#### **Petites odeurs désagréables dans le frigo**

Mettez un peu de cristaux de soude sur une petite assiette et les odeurs disparaissent.

#### **Casseroles tachées?**

Mettez dedans un peu d'eau avec des cristaux de soude. Mettez la casserole sur le feu et la saleté se détache.

#### **Matelas comme neuf**

Saupoudrez un peu de cristaux de soude sur votre matelas : byebye les petites odeurs et l'humidité. Il ne reste qu'à aspirer les cristaux et votre matelas sent délicieusement le frais.



## **DIY: un WC vert**

### **Déboucher un WC?**

Besoins:

- 175 g de cristaux de soude
- 180 ml de vinaigre
- 1 l d'eau bouillante.

Mettez les cristaux dans la toilette et versez le vinaigre par-dessus. Par la réaction chimique cela commence à pétiller. Versez ensuite l'eau bouillante.

### **Nettoyer un WC?**

Besoins pour 32 doses:

- 450 g de cristaux de soude
- 200 g d'acide citrique
- huile essentielle (20 gouttes: arbre à thé, menthe et citron)

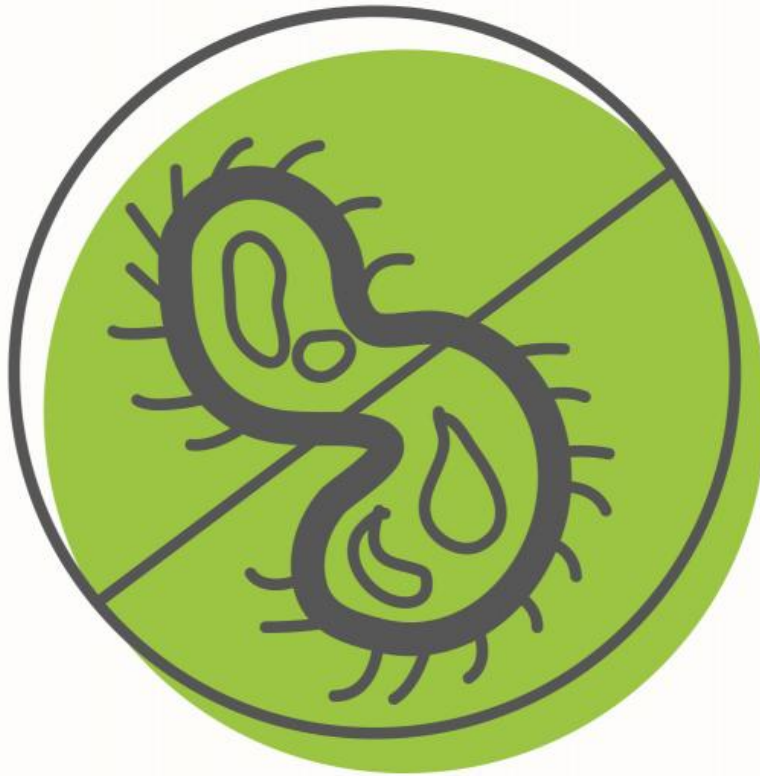
Mélangez tout dans un plat. Avec un atomiseur ajoutez de l'eau petit à petit. Continuez à remuer pour que le mélange devienne plaquant et friable. Mettez le mélange dans une forme en silicone (pour glaçons ou cakes) et tassez bien. Laissez durcir au moins 6 heures. Jetez une dose dans la toilette et laissez calmement pétiller. Nettoyez encore un peu avec la brosse-WC.

**CONSEIL:** conservez les petits cubes dans un pot refermable. Il est important qu'ils restent secs.



## **Byebye les acariens**

Les peluches, les coussins, les édredons ou les rideaux sont parfois difficiles à laver. Mais si vous les pendez dehors quand il gèle, vous êtes ainsi débarrassé de tous les acariens (et bactéries). 100% d'impact pour la fraîcheur de votre literie, zéro impact sur le milieu!



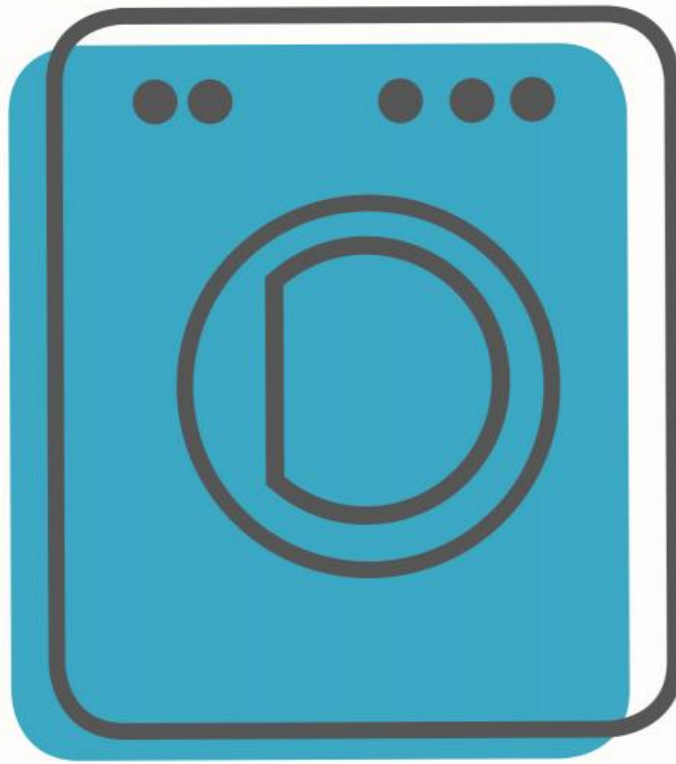
## **Lessive écologique?**

- Choisissez sciemment une lessive concentrée, idéalement avec l'écolabel EU.
- N'utilisez pas non plus trop de produit: c'est mieux pour l'environnement et votre machine!
- Autant que possible essayez de lessiver en programme économique et à basse température. C'est mieux pour l'environnement et vos vêtements durent plus longtemps!

Vous trouvez plus de trucs et astuces sur

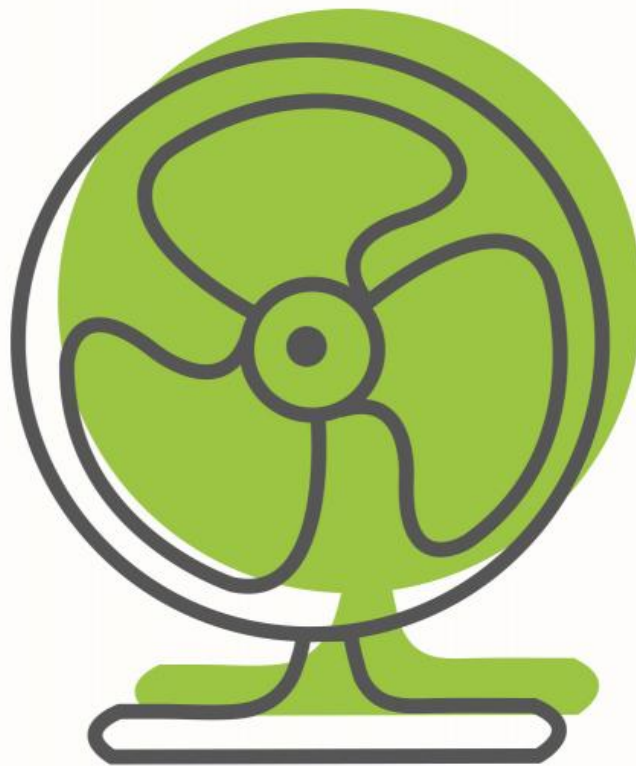
[www.iprefer30.eu](http://www.iprefer30.eu)

[www.goedgewassen.be](http://www.goedgewassen.be)



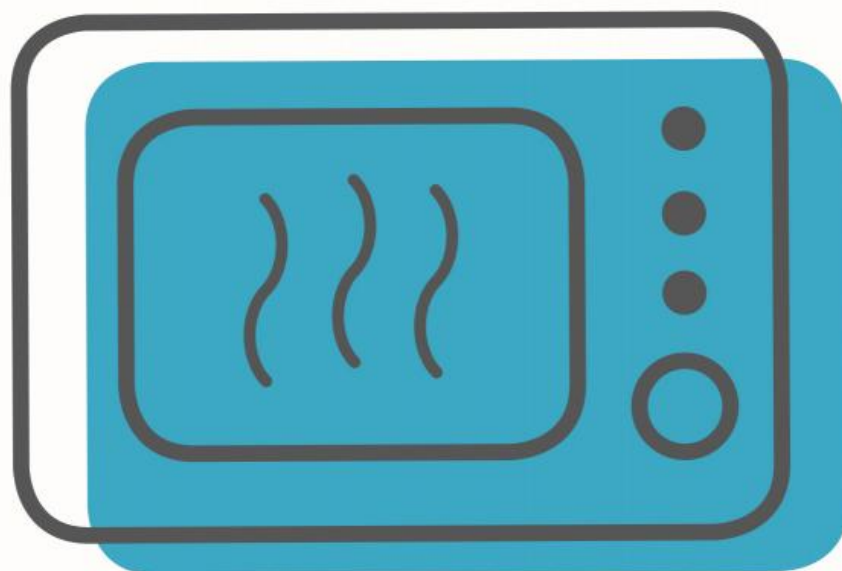
### **Courant d'air contre l'humidité**

Pendant l'hiver nous sommes plus souvent à l'intérieur: il y a donc plus d'humidité dans la maison. Nous aérons aussi moins car il fait vraiment froid dehors. Mais saviez-vous que l'air est beaucoup plus sec quand il gèle? Si vous ouvrez de temps en temps vos fenêtres pendant quelques minutes, cet air sec peut rentrer dans la maison et l'air humide s'en aller. L'air sec se réchauffe aussi beaucoup plus vite que l'air humide d'où le fait que vous épargnez directement un peu d'énergie.



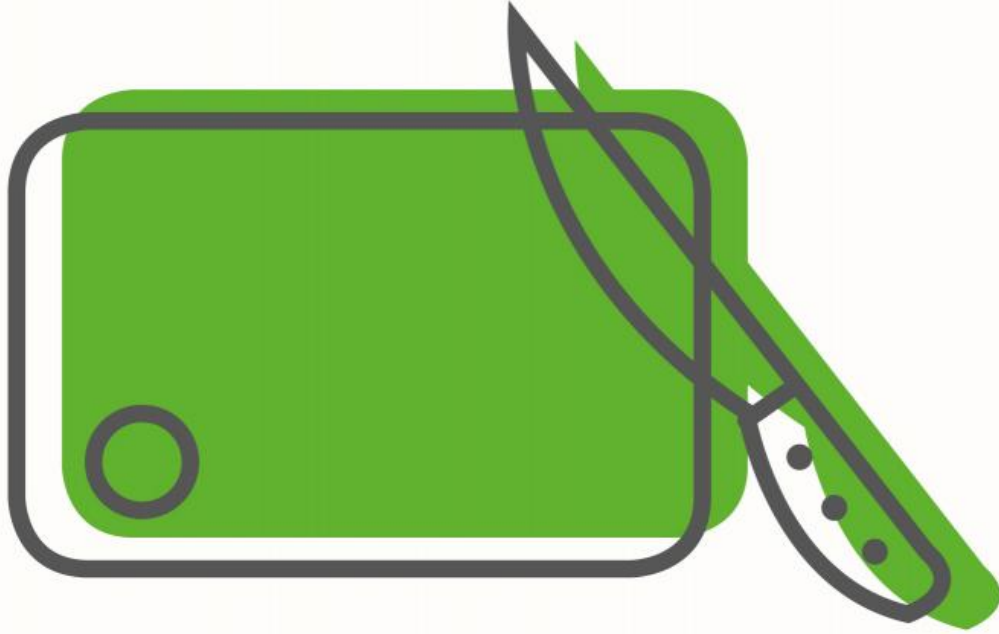
### **Micro-ondes, micro-bactéries**

Mettez un petit plat avec quelques rondelles de citron ou avec du jus de citron dans le micro-ondes. Faites tourner quelques minutes à pleine puissance. La vapeur et le jus de citron détachent toute la saleté. Et le four a une meilleure odeur. Essayez avec un chiffon propre et c'est fait!



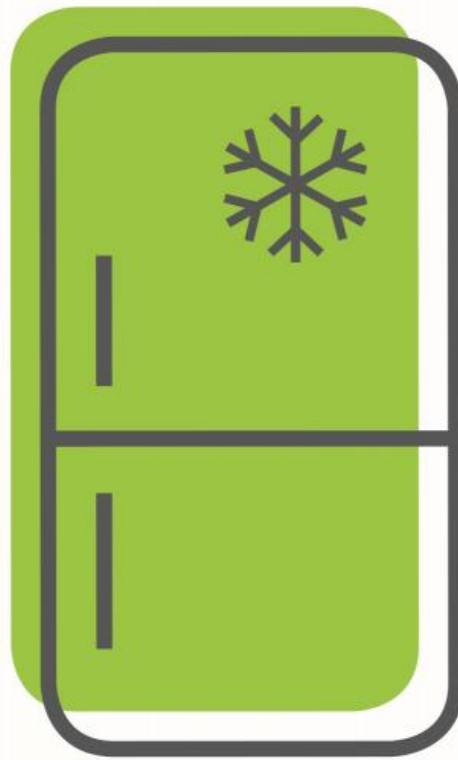
### **Planche de découpe propre**

Pressez un citron au-dessus de votre planche à découper et laissez le jus agir 30 minutes. Frottez ensuite avec une éponge pour enlever toutes les taches et les bactéries. Rincez un peu la planche avec de l'eau et c'est propre!



### **Gèle-t-il? Alors nettoyez votre congélateur!**

En hiver nettoyer le congélateur est nettement plus facile. Mettez le contenu à l'extérieur (dans le jardin/sur la terrasse), remplissez un vaporisateur avec de l'eau tiède et dégelez rapidement toute la glace de votre congélateur. Faites alors un peu d'eau savonneuse et nettoyez l'intérieur. Remettez tout à l'intérieur et c'est fait.



### **Ranger convenablement**

Des choses que vous n'utilisez pas (ou plus)? Débarrassez-vous-en. Apportez-les dans un magasin de 2<sup>ème</sup> main, vendez-les sur un marché aux puces ou sur internet ou donnez-les. Ainsi vous rendez quelqu'un d'autre heureux et vous avez une maison plus claire et plus agréable avec moins de brol.