

Faire le ménage du printemps de façon naturelle

Recettes de produits nettoyants économiques à réaliser soi-même pour une maison saine.

Solutions de rechange naturelles, saines et économiques aux produits nettoyants courants!

À l'arrivée du printemps, nous aimons tous redonner de l'éclat à notre maison, mais l'usage de détergents forts n'est peut-être pas la meilleure option si nous voulons avoir un environnement intérieur sain. De nos jours, les [nettoyants](#) contiennent de nombreux produits chimiques qui peuvent nuire aux membres de la famille et aux animaux de compagnie.

Selon l'[Environmental Protection Agency](#) : « L'étude menée par notre équipe a démontré qu'à l'intérieur de la maison, il existe environ une douzaine de polluants organiques courants dont le taux est de deux à cinq fois plus élevé qu'à l'extérieur, et ce, que la maison se situe en zone rurale ou dans un secteur très industriel. »

Le [CCHST](#) indique que lorsque la qualité de l'air intérieur est mauvaise, les occupants du lieu peuvent observer un ou plusieurs des symptômes suivants :

- sécheresse et irritation des yeux, du nez, de la gorge et de la peau;
- maux de tête;
- fatigue;
- essoufflement;
- hypersensibilité et allergies;
- congestion des sinus;
- toux et éternuements;
- étourdissements;
- nausées.

Une exposition à long terme peut entraîner [davantage de problèmes](#) et nuire à la santé de manière [permanente](#). Diminuer l'utilisation de produits chimiques lorsque vous faites votre nettoyage habituel améliorera la qualité de l'air intérieur. Voici quelques solutions de rechange naturelles pour se confectionner des détergents sains et économiques que l'on peut utiliser au quotidien.

Nettoyant à vitres : Mélangez 2 tasses d'eau et 2 cuillères à soupe de vinaigre dans un flacon pulvérisateur. Vaporisez le liquide sur les vitres et essuyez à l'aide d'un linge sec et doux.

Nettoyant pour le four : Formez une pâte en combinant ½ tasse de bicarbonate de sodium et un peu d'eau. Enduisez l'intérieur du four de la préparation et laissez agir pendant quelques heures. Essuyez à

l'aide d'un linge humide. Cette pâte est aussi efficace pour nettoyer les joints des carreaux de la salle de bains : à l'aide d'une petite brosse, récurer les joints pour enlever les taches tenaces. Essuyez avec un linge humide.

Produit d'entretien pour le bois : Mélangez le jus d'un citron, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive et 2 cuillères à soupe d'eau. Astiquez les surfaces en bois à l'aide d'un linge sec et doux.

Nettoyant pour cuvette de toilette : Combinez $\frac{1}{4}$ de tasse de borax ou de bicarbonate de sodium et 1 tasse de vinaigre (attention, ça mousse!), puis versez le mélange dans la cuvette. Utilisez la brosse de toilette pour étaler le produit partout dans la cuvette. Laissez reposer 15 minutes, puis récurer et tirez la chasse d'eau.

Produit d'entretien pour tuyau d'évacuation : Versez $\frac{1}{2}$ tasse de bicarbonate de sodium dans le tuyau d'évacuation deux fois par mois pour le garder propre. En cas d'obstruction, versez-y $\frac{1}{2}$ tasse de bicarbonate de sodium, puis $\frac{1}{2}$ tasse de vinaigre blanc. Laissez agir pendant 15 minutes, puis faites couler de l'eau bouillante dans le conduit. Répétez au besoin.

Nettoyant tout usage : Mélangez 1 tasse d'eau, 1 tasse de vinaigre de cidre de pomme et 10 gouttes d'huile de lavande dans un flacon pulvérisateur. Utilisez le liquide pour nettoyer les comptoirs, la salle de bains et même le plancher. L'huile de lavande est naturelle, antibactérienne et douce pour les enfants.

Désodorisant maison : Au lieu d'assainir, les désodorisants libèrent des produits chimiques qui dégradent la qualité de l'air intérieur. Même s'ils portent la mention « naturel », la plupart comportent des [substances chimiques et des allergènes connus comme étant cancérigènes](#).

Utilisez du bicarbonate de sodium pour chasser les odeurs de votre poubelle, des meubles et de la moquette. Il suffit d'en répandre sur les surfaces à nettoyer, de laisser agir pendant 15 minutes, puis de passer l'aspirateur.

Préparez votre propre désodorisant en combinant $\frac{3}{4}$ de tasse d'eau, 2 cuillères à soupe de vodka, 4 gouttes d'huile d'arbre à thé et 6 gouttes d'huile essentielle de citron.

Source URL (modified on 05/12/2016 - 09:50):

<http://ecovie.banquescotia.com/faire-le-m%C3%A9nage-du-printemps-de-fa%C3%A7on-naturelle/1086>