

Défendre santé et environnement : mieux nettoyer sa maison.

Entretien de la propreté de son logement est nécessaire. Cependant cela ne signifie pas vivre sans bactéries : conditionnés par la publicité, nous prétendons pourtant les éliminer toutes de notre environnement. Or cela est impossible et pas souhaitable : les éliminer avec acharnement contribue à affaiblir notre organisme et empêche le développement de nos défenses immunitaires. Résultat on tombe plus facilement malade et on est plus sensible aux allergies. D'autant que les produits utilisés sont également souvent nocifs. Il est donc temps de nettoyer mieux et autrement...

Comment nettoyer son four sans produits toxiques ?

Utilisez du bicarbonate de soude : déposer sur les saletés carbonisées une pâte constituée d'eau et de bicarbonate de soude. Laisser agir toute une nuit puis frotter avec une éponge ; saupoudrez le bicarbonate de soude sur une éponge ce qui servira aussi de nettoyeur pour les baignoires, les lavabos, le chrome, les joints de carrelage, pour éliminer la graisse brûlée qui entoure les plaques de cuisson, les jouets des enfants, etc. **Le bicarbonate de soude est un produit non toxique et plus respectueux de l'environnement disponible en pharmacie.**

Savoir faire du neuf avec du vieux :

Le savon noir : formé de potasse et d'huile végétale, il permet le nettoyage et l'entretien des sols (les carrelages et sols plastiques notamment).

Le vinaigre blanc : incolore et pas cher, il est un bon détartrant pour cafetières, casseroles, éviers, robinetterie, vitres et toilettes. Il permet aussi de désinfecter (le réfrigérateur par exemple, après l'avoir nettoyé) et de faire briller les carrelages (sauf les marbres). On peut aussi l'utiliser comme anticalcaire dans le lave linge : faites tourner le lave-linge vide avec du vinaigre (attention cependant : le vinaigre a tendance à attaquer les élastiques) ; l'huile de lin permet de nettoyer et de faire briller les meubles en bois. Elle fait briller et protège toutes les surfaces naturelles (bois, peintures, etc.).

L'alcool à brûler légèrement dilué : pour le nettoyage des ordinateurs, téléphones, etc.

Ces produits anciens permettent un nettoyage tout aussi efficace et moins coûteux et cela en préservant notre environnement.

Quelques sources de pollution aérienne dans la maison :

L'isolation (amiante) ; le chauffage au fioul ; les encres d'imprimante ou de photocopieur ; les aérosols d'hygiène (déodorants, laques, etc.) ; la fumée de cigarette ; les moquettes, cloisons et revêtements muraux.

Éviter les produits à usage unique : Les lingettes jetables sont des textiles imprégnés d'un produit détergent, jetés après un usage : ni recyclables, ni composables, ces lingettes ont un effet désastreux sur l'environnement car ils génèrent bien plus de déchets que les produits plus traditionnels (1,1 kg par an dans le cadre de l'entretien classique d'une maison de 100 m², 23 kg dans le cas d'un entretien par lingettes de la même maison). Certes ils sont très pratiques mais ils sont aussi 15 fois plus chers... Évitez au maximum l'emploi de ces lingettes : nous produirons alors moins de volume, économiserons de la matière première et éviterons la pollution qui est liée à la fabrication de ces produits.

Comment chasser les mauvaises odeurs ?

Aérez largement et régulièrement les pièces de la maison : c'est tout aussi efficace que les désodorisants, moins polluant et permet le renouvellement de la qualité de l'air ; dans les toilettes, faites aussi craquer une allumette : la combustion de soufre chasse les odeurs désagréables. L'aération des pièces permet de diminuer la prolifération des acariens et sera très bénéfique pour les asthmatiques.

Purifier les toilettes efficacement :

Pour détartre : versez du vinaigre froid dans la chasse d'eau le soir et laissez-le agir toute la nuit.

Pour nettoyer la cuvette des toilettes : utilisez également du vinaigre froid en versant directement sur les parois. Une fois par semaine nettoyez avec du savon de Marseille fondu dans l'eau (cela donne une pâte épaisse à verser sur la brosse des toilettes).

Pour éloigner les insectes :

Contre les fourmis : utilisez le citron, soit tout simplement coupé en deux, soit en huile essentielle. Les feuilles de laurier les éloignent également ;

Contre les mouches : également un citron coupé en deux, avec quelques clous de girofles.

Limiter l'utilisation de l'eau de Javel :

C'est le chimiste français Berthollet qui découvre les propriétés décolorantes du chlore et invente l'eau de Javel. En 1777 une manufacture de produits chimiques est construite à Javel, un village à l'ouest de Paris. Ce produit est très actif contre les bactéries, virus, champignons et algues mais son utilisation ne devrait être réservée qu'aux cas exceptionnels car l'eau de Javel détruit tout jusqu'au moment où les bactéries vont finir par s'habituer et devenir plus résistantes.

Lorsqu'une désinfection s'impose, utilisez plutôt des produits à base d'eau oxygénée bien moins nocifs pour l'environnement.

Être attentif aux eaux usées :

N'utilisez que des produits biodégradables (prenez par exemple que des détergents sans phosphates ni décolorants) ; ne jetez pas n'importe quoi dans les toilettes (mégots, tampons, médicaments, etc.)

Laisser entrer le soleil :

Les rayons UV peuvent transformer l'ADN des bactéries, des moisissures et les rendre impropres à la multiplication. Pour permettre de diminuer les cas d'allergies, faites entrer le soleil ! À l'inverse, évitez de surprotéger votre maison des infections ou allergènes car les enfants trop protégés finissent par devenir plus fragiles que ceux qui vivent dans des conditions moins aseptisées.