

60

millions
de consommateurs

EXCLUSIF !
**La liste noire
des produits
toxiques**



Entretenir sa maison au naturel et à moindre prix



**NOTRE
BEST-SELLER
ENRICH**

Bicarbonate, vinaigre, huiles essentielles, citron...

400 RECETTES & FICHES PRODUITS

5,90 €

www.60millions-mag.com

Vous êtes déjà lecteur !
Rejoignez-nous sur

LE NOUVEAU SITE

60millions-mag.com

+ d'actus, d'essais, d'enquêtes, d'interactivité...



témoigner

s'informer

échanger des avis

alerter

site 100 % indépendant

accessible sur PC, tablettes et smartphones

Magazine édité par l'**Institut national de la consommation**
18, rue Tiphaine, 75732 Paris Cedex 15
Tél. : 01 45 66 20 20
www.conso.net

Directrice de la publication
Agnès-Christine Tomas-Lacoste

Rédacteur en chef
Thomas Laurenceau

Rédactrice en chef déléguée
Adeline Trégouët

Directrice artistique
Véronique Touraille-Steir

Rédaction
Adeline Trégouët, Sandrine Didier,
Raquel Hadida, Valérie Devillaine,
Gwénaëlle Deboutte, Isabelle Fontaine,
Adrian de San Isidoro, Héléne Colau

Secrétariat de rédaction
Jocelyne Vandellos
(première secrétaire de rédaction)
Gilles Godard

Maquette
Valérie Lefeuvre
(première rédactrice graphique)
Guillaume Steudler

Responsable photo
Michèle Héline

Assistante de la rédaction
Kadidia Traoré

Photos de couverture
Une : Thinkstock ; J. Chiscano / «60»
4^e de couverture : Thinkstock ; Shutterstock

Site Internet
www.60millions-mag.com
Fabienne Loiseau (coordinatrice)
Matthieu Crocq (éditeur Web)
Brigitte Glass (relations avec les internautes)
redactionweb@inc60.fr

Diffusion
William Tétré (responsable)
Gilles Taillandier (adjoint)
Chloé Leroi (assistante)

Relations presse
Anne-Juliette Reissier-Algrain
Tél. : 01 45 66 20 35

Directeur administratif et financier
Jean-François Andréoletti

Contact dépositaires, diffuseurs et réassort
Promévente
Tél. : 01 42 36 80 84

Service abonnements
60 Millions de consommateurs
4, rue de Mouchy
60438 Noailles Cedex.
Tél. : 01 55 56 70 40

Tarif des abonnements annuels
11 numéros mensuels + Spécial impôts :
46 € ; étranger : 59,50 € ;
11 numéros mensuels + Spécial impôts
+ 7 hors-séries : 78 € ; étranger 103 €

Dépôt légal
avril 2016

Commission paritaire
N° 0917 E 89330

Photogravure
Key Graphic

Impression
RFI

Distribution
Presstalis

ISSN
1270-5225

© Il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement les articles contenus dans la présente revue sans l'autorisation de l'INC. Les informations publiées ne peuvent faire l'objet d'aucune exploitation commerciale ou publicitaire.

éditorial



J. CHISCANO/«60»

ADIEU, LES PRODUITS "CRACRA" !

Je dois l'avouer : pendant des années, j'ai utilisé innocemment et non sans plaisir des Mr Propre fraîcheur citron, des O'Cedar dépoussiérants, des Carolin à l'huile de lin, des Ajax Fête des fleurs, et même – « horreur ! » crieront certains de mes collègues – des lingettes antibactériennes. À cela je répondrai que celui ou celle qui n'a jamais péché me jette la première lingette... Mon arrivée à *60 Millions de consommateurs* a été l'occasion d'une vraie prise de conscience de la pollution silencieuse des produits ménagers. Contrairement aux cosmétiques, les articles des rayons entretien et droguerie sont peu étudiés. La mention de leur composition sur l'emballage n'est pas obligatoire. Certes, les fabricants doivent indiquer l'adresse d'un site Internet où le consommateur peut la trouver. Mais, dans la pratique, tout semble fait pour le décourager à s'engager dans cet aride jeu de piste qui aboutit à des listes d'ingrédients aux noms sibyllins.

C'est la raison pour laquelle nous vous offrons, en exclusivité, un mémo des toxiques dans les produits ménagers, afin de vous aider à vous repérer. Pour les besoins de notre hors-série, nous avons en effet sillonné les magasins et acheté plusieurs centaines de produits. Malheureusement, ils contiennent en majorité une ou plusieurs substances indésirables, présentant des risques pour la santé humaine et pour l'environnement. La question de la présence même de ces produits dans nos foyers doit être posée, car il existe d'autres moyens pour avoir une maison propre et saine. Plus que jamais nous espérons que ce numéro spécial de «60» vous aidera à faire le tri et à dire adieu aux produits "cracra" !

ADELINE TRÉGOUËT
RÉDACTRICE EN CHEF DÉLÉGUÉE

sommaire



Prudence est mère de sûreté !

Les méthodes et recettes maison, même avec des ingrédients le plus inoffensifs possible, n'empêchent pas de faire preuve de précautions.

- Ne surdosez pas ! Vous réduirez le nombre d'emballages à recycler.
- Pensez à bien étiqueter les flacons et bouteilles que vous employez selon leur usage. Évidemment, cela est impératif si vous réutilisez des emballages alimentaires.
- Stockez vos ingrédients et vos préparations dans des placards fermés, inaccessibles aux enfants.
- Enfin, dans le feu de l'action, n'oubliez pas d'enfiler des gants de ménage pour protéger votre peau.

Édito..... 3

Oust, les toxiques inutiles ! 6

Antibactériens et désinfectants agressifs, nettoyeurs surpuissants corrosifs, parfums allergisants, produits gadgets surpolluants : ils sont nocifs pour la santé et la nature. Claquez-leur la porte au nez !

Décoder le jargon des étiquettes... 16

Produits ménagers : le mémo des toxiques 17



LES PRODUITS NATURELS 20

Bicarbonate de "soude" 22

100 % d'origine naturelle, cette poudre fine constitue un ingrédient de choix pour nettoyer, détacher, désodoriser, adoucir l'eau, faire briller...

Vinaigre blanc ou d'alcool 26

Il remplace avantageusement de nombreux produits d'entretien pour lutter contre la tartre.

Savons noirs et de Marseille 28

Malgré leur réputation de produits à l'ancienne, certains savons contiennent des substances indésirables.

Cristaux de soude et percarbonate 32

Décrassants, dégraissants, blanchissants, ils sont de puissants alliés dans la cuisine et la buanderie.

Argile, terre de Sommières 36

Capables d'absorber jusqu'à 80 % de leur poids en eau, certaines argiles peuvent éliminer les taches et désodoriser.

Les huiles essentielles..... 38

Elles ont des propriétés désinfectantes, désodorisantes et répulsives, mais doivent être utilisées de manière ciblée.



**100 FICHES
PRODUITS pages 23 à 55**

LES ACCESSOIRES..... 42

Les microfibras sont partout 44

Elles ont su se rendre indispensables pour dépeussier, dégraisser, absorber. L'efficacité des microfibras est toutefois très variable selon les marques.

Balais espagnols et serpillières 48

Avec leurs franges de différentes textures et leur seau essoreur, plus besoin de se baisser pour mettre les mains dans l'eau sale. Du moins en théorie...

Des éponges qui grattent 52

Synthétiques, végétales, antirayures, écologiques... Le nombre des références au rayon des éponges ne cesse de s'accroître.

300 RECETTES BRILLANTES..... 56

La cuisine..... 58

Dégraisser, désodoriser, donner de l'éclat...

► Je fabrique mon liquide vaisselle, ma poudre pour lave-vaisselle, mes nettoyeurs.

Le salon 68

Rénover, encaustiquer, raviver...

► Je fabrique mon pot-pourri, mon vaporisateur à odeurs, mon encaustique, mon produit à vitres.

La chambre..... 76

Dépeussier, cirer, désinsectiser...

► Je fabrique mon huile pour entretenir le parquet, mon antimites sans produits chimiques.

La salle de bains 82

Détartre, lessiver, assainir...

► Je fais pousser mes éponges, je fabrique ma crème à récurer.

La buanderie 88

Laver, détacher, rafraîchir...

► Je fabrique ma lessive.

► Cahier spécial taches.

Les toilettes..... 98

Blanchir, désinfecter, désodoriser...

► Je fabrique mon nettoyeur désinfectant.

L'atelier 102

Dégripper, décaper, toiletter...

► J'installe mon répulsif à fourmis, je fabrique mes allume-feux.

Bibliographie..... 108

Index 110

À NOTER

• Les produits cités dans ce numéro sont indiqués à titre d'exemples. La totalité de l'offre commerciale des fabricants ne peut être représentée. Les prix ont été relevés en magasin ou sur Internet : ils peuvent fortement varier selon les points de vente.

• Notre mémo des substances toxiques a été établi en se basant sur une abondante bibliographie scientifique, dont les avis du Comité scientifique européen pour la sécurité des consommateurs (CSCC) et les fiches toxicologiques de l'Institut national de recherche et de sécurité (INRS).

• Dans nos recettes, 1 verre équivaut à environ 20 cl. Attention : certains produits sont plus concentrés que d'autres.

OUST, LES TOXIQUES INUTILES !

Ils traquent les bactéries jusqu'au fond des canalisations, ils croquent les odeurs des chambres d'ados, ils pulvérisent la graisse. Mais, derrière la fraîcheur promise, ces produits forment un cocktail toxique pour la santé, la nature, et ruineux pour le porte-monnaie. Halte à la course aux armements, faisons le tri dans nos placards.





NE LES LAISSEZ PAS ENTRER CHEZ VOUS

Désinfectants agressifs, nettoyants surpuissants ou corrosifs, parfums allergisants, produits gadgets surpolluants ou faussement "écologiques"... Ils sont nocifs pour la santé et l'environnement. Cliquez-leur la porte au nez !

Les produits d'entretien ont envahi nos foyers. Pour créer de nouveaux besoins, les industriels font de la surenchère marketing et multiplient les gammes. Il y en a pour tous les goûts (et odorats), tous les formats, tous les usages possibles et imaginables. Détergents pour sols, pour vitres, pour cuisine, pour salle de bains, pour fours, nettoyants spéciaux pour le bois, l'innox, le lino, le cuir, ou pour les canalisations. Lessives pour les couleurs, le noir, les sous-vêtements blancs ou pour les bébés ! Sans compter les

détachants, les désinfectants, les croqueurs d'odeurs (des petits coins au frigo !), les diffuseurs de parfum... La palette est impressionnante. Malheureusement, l'immense majorité des produits du marché contient une ou plusieurs substances indésirables. Et si vous refusiez de les laisser entrer chez vous ?

Non aux antibactériens et aux désinfectants !

La peur des microbes et des maladies est un terreau de choix pour les marques, qui en ont fait un argument de vente essentiel. Elles agitent le chiffon rouge tous azimuts pour nous convaincre de désinfecter toutes les pièces et surfaces, et même l'air de nos logements.

LA LUTTE CONTRE LES MICROBES JUSQU'À LA PHOBIE

L'argumentaire semble imparable : « Dans de bonnes conditions, des bactéries comme l'*Escherichia coli* peuvent se diviser et se multiplier toutes les 20 minutes. En seulement 8 heures, une seule bactérie peut former près de 17 millions de bactéries », explique la marque Dettol, spécialisée dans les produits

désinfectants. *Escherichia coli*, bactérie potentiellement mortelle, s'insinue parfois dans la viande hachée de bœuf. Sauf que, pour l'éliminer, vos steaks contaminés n'ont nul besoin d'être aspergés d'un spray antibactérien. Il faut simplement les cuire à cœur. Mais les as du marketing ne s'embarassent pas de ces petits détails. « Élimine 99,9 % des bactéries dont E. Coli et grippe A(H1N1) », peut-on lire sur le nouveau St Marc Nettoyant Touch Top antibactérien. Le petit ange se révèle aussi un cancre, car



la grippe est un virus, et non une bactérie. Dans le domaine de l'entretien de la phobie des germes, Sanytol bat tous les records : « On prévoit 9,5 milliards d'êtres humains en 2050 sur la planète, avec près de 90 millions d'individus en plus par an. Afin d'éviter la prolifération des microbes, et donc le risque de maladies, dont certaines graves, il faut désinfecter notre environnement. »

LA MAISON N'EST NI UN HÔPITAL NI UN AÉROPORT

Toute la gamme Sanytol (nettoyants multi-usages, aérosols, savons, lessives...) contient donc des substances désinfectantes, inutiles dans 99 % des foyers. Car votre maison n'est ni un hôpital ni un aéroport où circulent des millions de personnes. Et, comme la plupart des maladies se transmettent par les mains, les laver soigneusement avec de l'eau et un savon ordinaire suffira amplement à éliminer ces vilains microbes. Même chose pour les toilettes. Inutile de les inonder de gels antibactériens. La chasse d'eau se chargera très bien de faire disparaître dans les égouts les éventuels germes pathogènes. Le risque de contaminer les autres viendrait plutôt d'un papier



**A ÉLIMINER
SANS PITIE**

NOTRE BÊTE NOIRE... DÉSINFECTANT PURETÉ DETTOL

- Gonflé, ce spray Dettol : « Élimine 99,9 % des allergies et 90 % des allergènes » ; « sans rinçage » ; « sans résidus chimiques » (!) ; « sans odeur » (alors qu'il contient un parfum !) ; « adapté aux matelas à langer ». Le tout avec l'étrange caution du logo de l'Institut Pasteur.
- En tout petit, l'étiquette indique qu'il faut rincer les plans de travail, le réfrigérateur, les chaises hautes (bébé appréciera), etc. Compréhensible, vu la présence de chlorure de benzalkonium, qui peut favoriser le développement de bactéries résistantes. On ne conseille donc pas du tout ce désinfectant "Pureté" de Dettol, ni pour les chaises hautes, ni pour les matelas à langer, ni où que ce soit dans votre maison !



toilette peu résistant à la pression de l'essuyage. Quoi qu'il en soit, l'Agence nationale de sécurité sanitaire (Anses) énonce dans sa fiche hygiène que, « pour les détergents bactéricides à usage domestique, leur utilité n'est pas démontrée ».

LES CAS OÙ UNE DÉSINFECTION PEUT ÊTRE NÉCESSAIRE

Sans ou avec Javel ? C'est seulement dans les domiciles où vivent des personnes à risques qu'il peut être recommandé de désinfecter. Nombre de désinfectants indiquent "sans javel", comme s'il s'agissait d'un avantage. Néanmoins, la plupart des composés de substitution favorisent les bactéries résistantes. L'hypochlorite de sodium (le nom chimique de l'eau de Javel) n'est pas suspect dans ce domaine. Il demeure donc le meilleur désinfectant à ce jour. À condition de bien débarrasser au préalable les surfaces de la saleté, car, rappelons-le, l'eau de Javel n'a pas d'action nettoyante, contrairement au savon. Attention aussi à ne jamais la mélanger à d'autres produits ménagers (ou à du vinaigre). Cela peut diminuer son efficacité et dégager des gaz toxiques pour les poumons et les yeux.

NOTRE BÊTE NOIRE...

MR PROPRE FRAÎCHEUR DU MATIN AVEC FEBREZE

■ « Élimine la graisse et la saleté pour un résultat frais et brillant. » Le bon génie, chauve et musclé, a beau être toujours aussi fringant, il n'est pas irréprochable.

■ Ce bidon de nettoyant multiusage contient pas moins de 4 parfums, classés allergisants dans la réglementation européenne. Dont l'hydroxyisohexyl 3 cyclohexene carboxaldehyde (HICC), considéré comme particulièrement problématique. Enfin, ce produit contient 2 conservateurs (benzisothiazolinone, glutaral), également allergisants. Fraîcheur du matin ? Plutôt chagrin, ce Mr Propre !



Non aux nettoyants surpuissants et corrosifs !

Les noms et les graphismes des produits de cette catégorie évoquent l'univers des super-héros ou des films catastrophes : Maxi Power (V5, Lidl), Maxi diffusion 100 % puissant (Domestos gel épais), Turbo mousse (Cillit Bang), Ouragan canalisations puissance Javel (WC Net), Turbo gel (Destop)...

ILS ATTAQUENT LES SURFACES, MAIS AUSSI NOTRE PEAU

Les slogans sont édifiants. Canard 100 % détartrant « change de couleur quand il agit », tandis que Cillit Bang Crasse & Calcaire « élimine en quelques secondes calcaire, dépôts de savon, rouille et saleté » ! Cillit Bang, figure emblématique du secteur, a d'ailleurs construit sa réputation de surpuissance avec une série de

spots où Madame Tout-le-monde témoigne de l'efficacité de la marque avec, en arrière-plan, des carrelages, des évier et des robinets tellement incrustés de tartre, de crasse et d'autres déjections douteuses que, à la réflexion, on se croirait davantage dans un film d'horreur que dans un foyer ordinaire.

On touche ici du doigt le problème posé par ces produits surpuissants : ils sont très agressifs et peuvent abîmer définitivement vos surfaces (lisez les instructions, vous serez surpris) et, plus grave, vos yeux, vos mains et vos poumons. La plupart contiennent en effet des acides plus ou moins forts, certains très corrosifs. L'acide chlorhydrique du Canard (W-C) peut brûler la peau et son rejet dans les eaux usées est très toxique pour les poissons, coquillages et crustacés.

Non à l'overdose de parfums et de composés allergisants !

« Champs de coquelicots », « Fleurs du lagon », « Forêt des Landes », « Thé vert de Bali », « Rosée du matin »... Les produits ménagers sont de véritables invitations au voyage. Du liquide vaisselle au dépolissant pour les meubles en passant par les gels W-C, les nettoyeurs multisurfaces et les lessives, trouver un article sans parfum relève de la mission impossible. Ajoutez à cela les désodorisants, les diffuseurs électriques et les bougies d'ambiance... L'overdose est là.

UN MARKETING INSISTANT QUI NE MÉNAGE PAS NOS NARINES

Les fabricants ne manquent pas d'air !

« Votre foyer est votre tableau. Avec le même soin que vous choisissez vos meubles, couleurs et textures, vous voulez également choisir le parfait mélange de parfums pour exprimer l'histoire olfactive de votre foyer », explique ainsi Air Wick. L'inventeur du Stick-Up propose désormais une palette de 101 références. Dans le genre, Febreze fait aussi très fort : « Des millions de personnes souffrent de Panne D'odorat [sic]. Cette condition

se produit lorsque vous vous habituez aux odeurs autour de vous et que vous ne les sentez plus (au contraire de vos invités). » On en dirait presque si ces produits étaient inoffensifs, ce qui est loin d'être le cas.

LE NOMBRE D'ALLERGÈNES NE CESSE D'AUGMENTER

La liste s'allonge. En 2012, le Comité scientifique pour la sécurité des consommateurs (CSSC) a obtenu que 26 parfums allergènes soient obligatoirement indiqués sur l'étiquette (voir page 16), mais, depuis, il en a identifié 82 nouveaux.



NOTRE BÊTE NOIRE... MINIDOU CONCENTRÉ JARDIN DE FRAÎCHEUR

- « Nouveau : 8 semaines de fraîcheur encore plus intense », annonce fièrement ce bidon de Minidou « au parfum eucalyptus et fleurs d'ylang-ylang » (parfum de synthèse, est-il mentionné plus que discrètement au dos).
- Ne vous laissez pas abuser par le minois innocent du petit piaf blanc de l'étiquette : cet assouplissant est un concentré de substances indésirables. Un record de 6 conservateurs (dont du formaldéhyde), tous allergisants ou irritants, 6 parfums allergisants notoires, des silicones. Il y a quelque chose d'un peu pourri dans le jardin de fraîcheur de Minidou.



Une centaine d'autres sont suspects. On estime que les allergies aux parfums affectent de 600 000 à 2 millions de Français. Elles peuvent "ruiner" la qualité de vie. L'autre problème, et non des moindres, est l'émission de composés organiques volatils (COV), qui vont polluer l'air intérieur. Des molécules comme le pinène et le limonène peuvent générer du formaldéhyde (irritant, cancérigène) sous l'effet de la chaleur

ou de l'ozone. Enfin, les produits ménagers contiennent fréquemment des conservateurs allergisants. Les plus répandus sont ceux dont le nom finit par "iazolinone" (méthylisothiazolinone, benzisothiazolinone...). Selon le CSSC, d'autres sont encore plus redoutables, en particulier l'hydroxyisohexyl 3 cyclohexene carboxaldehyde, présent notamment dans le tout nouveau Lenor Unstoppables. On dit stop !

Non aux produits gadgets qui polluent encore plus !

Mais jusqu'où iront-ils ? L'industrie des détergents a très vite eu l'idée de saucissonner ses gammes pour nous persuader d'acheter un produit différent pour chaque pièce, chaque objet. Des centaines de produits inutiles pullulent dans les rayons, et donc dans les foyers, ajoutant encore de la pollution à la pollution.

LE MORBIHAN N'A PAS BESOIN D'UN COUP DE CALGON

Les anticalcaires sont devenus des classiques, dont on pourrait aisément se passer. Agiter l'épouvantail du tartre qui flingue votre machine, c'est le fonds de commerce

de Calgon depuis 80 ans. Pour maintenir sa position de leader, la marque ne recule devant rien. « Plus de 80 % de la France est touchée par le calcaire », clame-t-elle dans ses publicités en montrant une carte de France où le rouge domine. Sur son site Internet, elle se propose de vous indiquer la dureté de votre eau. Quand on fait le test pour le Morbihan (eau peu dure), le testeur indique : « Votre eau n'est pas très calcaire. » Ce qui n'empêche pas le site de conseiller d'utiliser Calgon 2 en 1 à chaque lavage ! Et même si votre eau est très dure, sachez que les lessives contiennent déjà un anticalcaire.

En réalité, les risques de réduire la durée de vie de votre machine sont minimes, car les dépôts de calcaire se forment surtout à haute température, au-delà de 60 °C.



NOTRE BÊTE NOIRE... FEBREZE SLEEP SERENITY LAIT CHAUD ET MIEL

■ Cette « brume d'oreiller » vous fera passer des « nuits paisibles » et vous aidera « à apaiser vos sens et à vous libérer du stress », promet Febreze.

■ Mieux vaut ne pas se laisser hypnotiser par ce discours. En fait de lait chaud et de miel, ce spray contient des composés franchement indésirables : didécylméthylammonium chlorure (irritant et favorisant la résistance des bactéries), hydroxyde de sodium (irritant), linalool et benzisothiazolinone (allergisants). Désolé, mais, à la place des amateurs de cette brume chimique, on aurait du mal à dormir sur nos deux oreilles...

DES CRÉATIONS DIGNES DES LAPINS CRÉTINS

Dans la famille des inventions

débiles que ne renieraient pas les Lapins crétins, nous demandons aussi les nettoyeurs pour lave-vaisselle, les nettoyeurs pour lave-linge, mais aussi les désodorisants pour objets tels que votre oreiller (voir ci-contre le nouveau Febreze Lait chaud et miel), votre lave-vaisselle ou votre réfrigérateur. Sun Expert Odeur Control promet,

par exemple, de s'attaquer aux « mauvaises odeurs à la source ». Même rhétorique pour Croc Odor Frigo XL. Regardons les choses en face. Lorsqu'un lave-vaisselle ou un réfrigérateur commencent à empester, cela veut dire qu'il est temps de les examiner d'un peu plus près. Depuis combien de temps n'avez-vous pas dégrasé le filtre de votre lave-vaisselle ou les joints de votre machine ? Si votre frigo sent mauvais, il convient de s'inquiéter de la présence d'aliments "oubliés." Rappelons-le, les odeurs sont des signaux d'alerte que nous ne devons pas chercher à masquer.

Impossible de faire l'inventaire de tous les articles aussi superflus que polluants. On épinglera quand même The Fabulous Spray (Starwax), un flacon en plastique vide vendu 2,55 €. Cette fois, c'est sûr, on nous vend du vent ! Tout aussi impayables sont les nettoyants (spray et lingettes, rebaptisées "feuillettes") pour fruits et légumes lancés par la jeune marque française Vegan Eden.

NOTRE BÊTE NOIRE... HARPIC LINGETTES DÉSINFECTANTES HYGIÈNE MARINE BIODÉGRADABLES

■ Elles ont tout pour être harponnées par «60», ces lingettes pour W-C. Non seulement le fabricant incite explicitement à les jeter (« une par une », précise-t-il) dans les toilettes malgré les effets



catastrophiques de ce geste, mais encore il laisse entendre qu'elles sont biodégradables (jusqu'à 75 % en 60 jours), ce qui constitue une supercherie intellectuelle.

■ En outre, ces lingettes sont imprégnées de chlorure de benzalkonium, un antibactérien irritant, susceptible de favoriser l'émergence de micro-organismes résistants. Autant dire qu'Harpic a une drôle de conception de "l'hygiène marine", et que nous ne vous recommandons pas ce produit, ni dans vos petits coins ni ailleurs !

Non aux lingettes (même "biodégradables") !

« Horreur, la lingette, le fléau de l'assainissement collectif. Ce déchet, très résistant, obstrue les grilles, bloque les pompes... Il met en danger le personnel par la formation de gaz toxique. Ceci est la pure vérité. Pardon, c'est inscrit "biodégradables" ? Peut-être, mais elles n'ont pas du tout le temps de se biodégrader avant d'arriver à destination. »

LA HANTISE DES COMMUNES FACE AU TRAITEMENT DES EAUX

C'est l'extrait d'un spot que la Métropole de Lyon a dû financer, en 2015, pour sensibiliser ses habitants au problème des lingettes jetées dans les toilettes. Elle n'est pas la seule victime du fléau. Partout en France, petites et grandes communes sont sur le pied de guerre. L'Agglo (la Communauté d'agglomération Orléans Val de Loire) a elle aussi dû mener campagne. Bien qu'elle ait investi 1 million d'euros

dans des broyeuses, l'horreur persiste. Les lingettes forment de la filasse qui s'entortille dans les mécanismes de filtration des eaux usées. Les interventions humaines peuvent durer 40 heures. Un cauchemar !

Comment en est-on arrivé là ? Malgré l'aspect pratique des lingettes, les consommateurs ont très vite compris que ce produit à usage unique n'était pas franchement écolo. Les industriels ont contre-attaqué en sortant la lingette biodégradable jetable dans les petits coins, là où ils agitent sans vergogne le chiffon rouge de la peur des bactéries. Mais la supposée biodégradabilité des lingettes ne doit pas nous leurrer. Elles ne sont ni recyclables ni compostables, et doivent donc être jetées dans la poubelle des déchets ménagers, pour finir à l'incinérateur. Enfin, n'oubliez pas que la plupart d'entre elles sont imprégnées de substances indésirables.



Non aux aérosols et... autres bombes domestiques !

Les aérosols représentent une triple menace : ce sont des produits très inflammables, leur mode de propulsion décuple l'exposition aux substances indésirables et, en cas de mésusage (notamment par des jeunes), les solvants inhalés peuvent provoquer une mort immédiate !

INFLAMMABLES ET DANGEREUX À RESPIRER

Des gaz (butane, propane) très inflammables sont incorporés dans les aérosols afin de provoquer une dispersion violente du produit lorsqu'on appuie sur le bouton-poussoir. « *La mousse est inflammable. Ne pas*

approcher une flamme ou un appareil électrique tant qu'elle n'a pas été rincée », peut-on lire au dos de Topp's mousse Express salle de bains. « *L'abus de solvant peut tuer instantanément* », indique le désodorisant Febreze Verger d'hiver. Cette mention est recommandée au Royaume-Uni, mais peu fréquente en France. Elle est destinée à mettre en garde contre le danger à sniffer les substances (50 morts par an outre-Manche).

Le summum du cynisme est atteint par les fabricants de désodorisants d'atmosphère, qui savent pertinemment que leurs produits ne sont pas recommandés dans les habitations. Le désodorisant désinfectant Sanytol se distingue par ses conseils contradictoires. La marque affirme en caractères gras que son produit est « *idéal pour purifier des pièces peu aérées (toilettes, placards...)* ». Mais plus loin, à la rubrique Précautions d'emploi, elle indique en plus petit : « *Utiliser seulement dans des zones bien ventilées* » !



EXPLOSIF !

NOTRE BÊTE NOIRE... CILLIT BANG MOUSSE ACTIVE DOUCHE ET SURFACES LARGES

■ « Une couverture 2 fois plus rapide » de votre salle de bains, voilà la promesse de cette imposante bombe de Cillit Bang. Mais, c'est subtil, 2 fois plus vite ne veut pas dire 2 fois plus efficace. Comme il est mentionné au dos, ce produit est destiné à agir sur « les traces de savon et la saleté ». Pour l'action anticalcaire, on peut aller se rhabiller.

■ Efficacité douteuse, mais dangerosité certaine si l'on se penche sur les mises en garde : « Peut éclater sous l'effet de la chaleur. Protéger du rayonnement solaire. Utiliser seulement en plein air... » La prudence impose de se détourner de cette mousse, à moins que votre douche ne soit installée en plein air (mais pas au soleil !). On en frissonne d'avance !



NOS BÊTES NOIRES...

MIR VAISSELLE SECRETS DE NATURE CALENDULA METHOD LIQUIDE VAISSELLE CITRON + MENTHE

■ En apparence, il a tout pour séduire, ce flacon translucide de Mir. Les allégations rassurantes sont nombreuses : « Testé dermatologiquement » ; « Peaux sensibles » ; « Calendula. » L'Écolabel européen apparaît bien en évidence. Hélas, comme la plupart des liquides vaisselle, il contient des conservateurs allergisants (benzisothiazolinone et méthylisothiazolinone). Port de gants conseillé.

■ Récemment arrivée en France, la marque Method se présente comme plus respectueuse de l'environnement et la nature. Elle prône aussi la transparence, en s'engageant à afficher la composition sur son étiquette. Cette dernière est malheureusement illisible. Seul le symbole de danger est bien visible. Sachez que 2 conservateurs et 2 parfums allergisants sont présents. C'est bien dommage, car la démarche de Method ne manque pas d'intérêt.

Non aux faux produits verts et "hypoallergéniques" !

La présentation de certains produits et les mentions sur leur emballage laissent entendre qu'ils sont doux, naturels, respectueux de notre santé et de la planète. Ce n'est hélas pas toujours le cas.

"NATURELS", MAIS À PRENDRE AVEC DES GANTS

Les leurre les plus grossiers concernent les produits où une pincée d'un ingrédient d'origine naturelle a été ajoutée dans un cocktail chimique. Ainsi, le 2^e ingrédient (après l'eau) du spray Carolin Multi-surfaces au bicarbonate est l'éthanolamine, irritante pour les voies respiratoires et corrosive pour la peau. L'aérosol O'Cedar à la cire d'abeille nourrissante contient surtout des hydrocarbures et du silicone, mais aussi de la méthylisothiazolinone (MIT). Ce conservateur a reçu en 2013 le titre peu enviable d'« allergène de l'année » aux États-Unis. Venu remplacer les décriés parabènes, il se retrouve quasi partout, aussi bien dans les cosmétiques que dans des liquides vaisselles, des lessives, des désodorisants. La mention sans allergènes, "hypoallergénique", voire la présence de l'Écolabel européen,

n'est pas une garantie en soi. Elle signifie, a minima, que l'industriel n'a pas incorporé l'un des 26 parfums classés allergisants. Même les pierres d'argile ne sont pas épargnées par la MIT : bien que présentées comme des nettoyants "verts", elles contiennent une éponge synthétique pas franchement écolo. Exemple : la Pierre du droguiste de Briochin contient de la méthylisothiazolinone, mais aussi de la méthylchloroisothiazolinone, également allergisante. ■

Décoder le jargon des étiquettes



La loi impose aux industriels certaines mentions, afin de protéger la santé des consommateurs et l'environnement. Mais les indications – souvent en pattes de mouche ! – sont loin d'être limpides.

Il faut être particulièrement attentif aux informations que le fabricant a l'obligation de fournir. Nombre de marques font figurer ces indications en caractères trop petits ou serrés pour être « lisibles et visibles », comme l'exige pourtant le règlement européen sur les détergents.

LA COMPOSITION

Elle doit être renseignée sous la forme de fourchettes exprimées en pourcentages : moins de 5 %, de 5 à 15 %, de 15 à 30 %, plus de 30 % (règlement CE n° 648/2004). Ainsi, un produit affichant « 30 % et plus : savon » pourra contenir aussi bien 30 % que 70 % de savon, ou plus ! Néanmoins, le règlement européen n'impose pas d'afficher la totalité des ingrédients, à l'exception de certains types, notamment les conservateurs, les désinfectants et les 26 parfums classés allergènes par le règlement européen (voir page IV de notre mémo page suivante). Sur l'emballage doit figurer le site Internet où le consommateur peut accéder à la composition complète.

LE MODE D'EMPLOI

Il peut être tentant de faire l'impasse sur le mode d'emploi. En fait, ce n'est pas un luxe. Exemple : au dos du pistolet Cillit Bang Crasse et calcaire, on peut lire : « Ne pas laisser agir plus de 5 minutes. Maximum 1 minute pour les sols en PVC et l'émail. » À vos chronos si vous ne voulez pas risquer de "flinguer" votre lino ou, pire, votre baignoire d'époque 1900 à pattes de lion !

Scrutez les astérisques : ils trahissent souvent les limites du produit. Par exemple, sur le flacon de nettoyeur Vigor Force 5, il est mentionné : « Inutile de rincer. » Mais, en caractères minuscules, le fabricant précise plus bas : « Pour les surfaces en contact avec des aliments, rincer à l'eau potable. »

LES QUANTITÉS

Le fabricant doit préciser les doses préconisées, ce qui est utile pour éviter le surdosage. Mais les conseils peuvent aussi être suspects. Par exemple, sur le déboucheur W-C Net Ouragan est indiqué : « Renouveler l'opération chaque semaine pour un entretien optimal de vos canalisations. » Rappelons que ce produit est "corrosif" !

LES PRÉCAUTIONS D'USAGE

Les produits contenant des substances nocives pour la santé et l'environnement doivent afficher des pictogrammes de danger. Ils ont été modifiés en 2010. Afin de permettre aux industriels de se mettre en conformité, les nouveaux symboles (dans un losange à bord rouge sur fond blanc) et les anciens (dans un carré sur fond orange) peuvent cohabiter jusqu'en mai 2017. Conséquence : le consommateur doit mémoriser les deux systèmes.

Le symbole le plus fréquent est la croix dans un carré orange (ancien système) ou le point d'exclamation (nouveau système). Il alerte que le produit est dangereux pour la santé. Ne le négligez pas, ainsi que tous les autres, encore pires ! (Voir page 19.) ■



● Irritant ● Corrosif ● Allergisant ● Risque pour l'environnement ● Autres risques

NOM DU COMPOSÉ	RISQUES	EXEMPLES DE PRODUITS
Iodopropynylbutyl carbamate ● ● ● ●	Allergisant, irritant, corrosif, très toxique pour les organismes aquatiques*	Domestos Lingettes WC désinfectantes Fraîcheur intense ; Mimidou concentré Jardin de fraîcheur
Metaperiodate de sodium ● ● ● ●	Irritant, corrosif, toxique pour les organismes aquatiques*	La Croix Lingettes nettoyantes Javel ; Vigor Antibactérien spray Javel cuisine et salle de bains
Méthylchloroisothiazolinone ● ● ● ●	Très allergisant, très toxique pour les organismes aquatiques*, avec effets à long terme	Ajax Fête des fleurs Fleurs de cerisier ; Carolin Savon noir (lingettes) ; Method Liquide vaisselle citron menthe ; Mimidou concentré Jardin de fraîcheur ; Vanish Powergel
Méthylisothiazolinone ● ● ● ●	Très allergisant, très toxique pour les organismes aquatiques*	Ajax Fête des fleurs Fleurs de cerisier ; Ariel Simply Fraîcheur d'été ; Carolin Savon noir (lingettes) ; Method Liquide vaisselle citron menthe ; Mimidou concentré Jardin de fraîcheur ; Mir vaisselle Secrets de nature ; Mir White ; O Cedar aerosol ; Persil Soin couleurs
Phénoxyéthanol ● ● ● ●	Allergisant, irritant, effets reprotoxiques à forte dose chez l'animal	Method Nettoyant pour sols citron gingembre ; Raimett Nettoyant multi-usage citron vert 1 l ; Raimett Pistolet dégraissant au bicarbonate 500 ml
Sodium hydroxide, ou hydroxyde de sodium ● ● ● ●	Irritant, corrosif, menace potentielle pour la faune et la flore	La Croix Eau de Javel plus ; La Croix Lingettes nettoyantes Javel ; Destop Turbo gel ; Febreze Sleep Serenity Lait chaud-miel ; Mimidou concentré Jardin de fraîcheur ; Mr Propre Salle de bain ; Persil Soin couleurs ; Skip Active Clean ; WC Net Ouragan Javel

* Poissons, crustacés, algues, bactéries. 60 Millions de consommateurs, 60millions-mag.com

60
millions
de consommateurs

Produits ménagers LE MÉMO DES TOXIQUES



Les 26 parfums allergènes dont l'étiquetage est obligatoire

Alpha-isométhyl ionone ■ Amyl cinnamal ■ Amylcinnamyl alcohol ■ Anise alcohol ■ Benzyl alcohol ■ Benzyl benzoate ■ Benzyl cinnamate ■ Benzyl salicylate ■ Butylphenyl methylpropional ■ Cinnamal ■ Cinnamyl alcohol ■ Citral ■ Citronello ■ Coumarin ■ Eugenol ■ Evernia furfuracea extract ■ Evernia prunastri extract ■ Farnesol ■ Geraniol ■ Hexyl cinnamal ■ Hydroxycitronellal ■ Hydroxysihexyl 3-Cyclohexene carboxaldehyde ■ Isoeugenol ■ Limonene ■ Linalool ■ Methyl 2-octynoate





● Irritant ● Corrosif ● Allergisant ● Risque pour l'environnement ● Autres risques

NOM DU COMPOSÉ	RISQUES	EXEMPLES DE PRODUITS
Acide hydro-chlorique (acide chlorhydrique) ● ● ●	Irritant pour la peau et le système respiratoire, corrosif	Canard 100 % détartrant ; Harpic Power Plus Original Le Gel ; Marque repere (Leclerc) Sypnon Gel WC surpuissant ; WC Net Energy Détartrant
Acide oxalique ● ● ●	Irritant pour la peau et les yeux, corrosif, dégagement de gaz toxiques en cas de mélange	Cillit Bang Gel nettoyant surpuissant calcaire et toilettes ; Stanwax The Fabulous sel d'oseille
Acide sulfamique ● ● ●	Irritant, corrosif, toxique pour les organismes aquatiques*	Cillit Bang Gel nettoyant surpuissant calcaire et toilettes
Alkyl ethoxyates et dérivés ● ● ●	Irritant, toxique pour les organismes aquatiques*	Cillit Bang Nettoyant surpuissant crasse et calcaire (spray) ; Carolin Lingettes au bicarbonate
Benzothiazolinone ● ● ● ●	Irritant, allergisant, toxique pour les organismes aquatiques*	Air Wick Stick Up Lavande ; Ariel Simply Fraîcheur d'été ; Cif Cuisine et salle de bains ; Febreze Sleep Serenily Lait chaud-miel ; Finish Quantum Max Power Gel ; Method Spray nettoyant douche ; Miroidou concentré Jardin de fraîcheur ; Mir vaisselle Secrets de nature ; Mir White ; Persil Soins couleurs ; Skip Active Clean ; Vanish Powergel
Butoxyéthanol (EGBE) ● ● ● ●	Irritant, cancérigène possible pour l'homme (US EPA)	Sanytol Désinfectant ultradégraissant cuisine
Chlore de benzalkonium ● ● ●	Favorise l'apparition de micro-organismes résistants	Carolin Antibactérien ; Cit Express sol citron ; Dettol Désinfectant pureté multisurface ; Harpic Force océane ; St Marc Nettoyant ménager multi-usages, antibactérien, citron frais ; St Marc Pistolet antibactérien cuisine et salle de bain sans javel ; WC Net Energy détartrant

60 Millions de consommateurs, 60millions-mag.com

II

60 Millions de consommateurs, 60millions-mag.com

NOM DU COMPOSÉ	RISQUES	EXEMPLES DE PRODUITS
Didécylméthylammonium chlorure ● ● ● ●	Irritant, corrosif, favorise l'apparition de micro-organismes résistants	Domestos Lingettes WC désinfectantes Fraîcheur intense ; Febreze Air Effects Verger d'hiver ; Febreze Sleep Serenily Lait chaud-miel ; Sanytol Nettoyant multiusages
EDTA ● ● ●	Faible biodégradabilité, risque de persistance dans l'environnement	Carolin Multi-surfaces au bicarbonate ; Carolin Savon noir (lingettes) ; Dettol Désinfectant Pureté multisurface
Éthanolamine ● ● ●	Irritant pour la peau et les voies respiratoires, corrosif	Carolin Multi-surfaces au bicarbonate ; St Marc Nettoyant ménager multi-usages antibactérien citron frais
Ethoxydiglycol (DEGEE) ● ● ●	Favorise le passage à travers la peau, toxique sur le rein en quantités élevées	Pliz Nettoyant multisol Klir ; Terra Nettoyant tous types de sols Brillance
Hydrogen peroxide, ou peroxyde d'hydrogène ● ● ● ●	Irritant, corrosif, dangereux en cas de mélange (acides, ammoniacque...), comburant	Domestos 100 % puissant ; St Marc Touch top antibactérien
Hydroxylsohexyl 3 cyclohexène carboxaldehyde (lyral) ● ● ● ●	Très allergisant	Lenor Unstoppables Sompieux ; Mr Propre Avec la fraîcheur de Febreze Fraîcheur du matin
Hypochlorite de soude ● ● ● ●	Irritant pour la peau et le système respiratoire, corrosif, dégagement possible de gaz toxiques en cas de mélange, toxique en cas de rejet dans les eaux usées	Destop Turbo gel ; La Croix Eau de Javel plus ; La Croix Lingettes nettoyantes avec Javel ; Mr Propre Nettoyant pour salle de bain ; WC Net Ouragan canalisations Javel

III

LES SYMBOLES DE DANGER

SYMBOLES		SIGNIFICATION	MESURES DE PRUDENCE
Ancien	Nouveau		
 E - Explosif		Explosif <ul style="list-style-type: none"> Le produit peut exploser au contact d'une flamme, d'une étincelle, d'électricité statique, sous l'effet de la chaleur, d'un choc ou de frottements 	<ul style="list-style-type: none"> Manipuler et conserver à l'écart des sources de chaleur et autres causes d'étincelles
Inexistant		Gaz sous pression <ul style="list-style-type: none"> Le produit peut exploser sous l'effet de la chaleur (gaz comprimés, liquéfiés, dissous) Il peut causer des brûlures ou blessures liées au froid (gaz liquéfiés réfrigérés) 	<ul style="list-style-type: none"> Protéger du rayonnement solaire Éviter le contact avec la peau pour les liquides réfrigérés
 F - Facilement inflammable	 F+ - Extrêmement inflammable	 Inflammable <ul style="list-style-type: none"> Le produit peut s'enflammer au contact d'une flamme, d'une étincelle, d'électricité statique, sous l'effet de la chaleur, de frottements, au contact de l'air ou de l'eau en dégageant des gaz inflammables 	<ul style="list-style-type: none"> Manipuler et conserver à l'écart des sources de chaleur et autres causes d'étincelles
 O - Comburant		Comburant <ul style="list-style-type: none"> Le produit peut provoquer ou aggraver un incendie Il peut provoquer une explosion en présence de produits inflammables 	<ul style="list-style-type: none"> Manipuler et conserver à l'écart de la chaleur, des vêtements et autres matières combustibles
 C - Corrosif		Corrosif <ul style="list-style-type: none"> Le produit ronge Il peut attaquer ou détruire les métaux Il peut provoquer des brûlures de la peau et des lésions aux yeux en cas de contact ou de projection 	<ul style="list-style-type: none"> Conserver dans un récipient résistant à la corrosion Éviter tout contact avec les yeux et la peau, ne pas inhaler
 Xn - Nocif	 Xi - Irritant	 Dangereux pour la santé <ul style="list-style-type: none"> Le produit peut empoisonner à forte dose Il peut irriter la peau, les yeux, les voies respiratoires Il peut provoquer des allergies cutanées Il peut provoquer somnolence ou vertige 	<ul style="list-style-type: none"> Éviter tout contact direct avec le produit Ne pas rejeter dans l'environnement
		Dangereux pour la couche d'ozone <ul style="list-style-type: none"> Le produit détruit la couche d'ozone 	
 T+ - Très toxique	 T - Toxique	 Toxique ou mortel <ul style="list-style-type: none"> Le produit peut tuer rapidement Il empoisonne rapidement, même à faible dose 	<ul style="list-style-type: none"> Porter un équipement de protection Éviter tout contact (oral, cutané, par inhalation) avec le produit et laver soigneusement les zones exposées après usage
 Xn - Nocif		 Très dangereux pour la santé <ul style="list-style-type: none"> Le produit peut provoquer le cancer Il peut modifier l'ADN Il peut nuire à la fertilité ou au fœtus Il peut altérer le fonctionnement de certains organes Il peut être mortel en cas d'ingestion et de pénétration dans les voies respiratoires Il peut provoquer des difficultés ou des allergies respiratoires (asthme...) 	<ul style="list-style-type: none"> Porter un équipement de protection Se procurer les instructions avant utilisation Éviter tout contact avec le produit et laver soigneusement les zones exposées après usage
 N - Dangereux pour l'environnement		Dangereux pour l'environnement aquatique <ul style="list-style-type: none"> Le produit pollue Il provoque des effets néfastes sur les organismes du milieu aquatique 	<ul style="list-style-type: none"> Ne pas rejeter dans l'environnement

Sources : ministère de l'Écologie, du Développement durable et de l'Énergie, CNRS.





LES PRODUIT





S NATURELS



TERRE DE SOMMIERES

!!!!!!!!!!!!

ABSORBE
LES TACHES DE GRAS
DÉTACHE À SEC

500 g e



BICARBONATE DE "SOUDE"

Il désodorise le frigo, la poubelle, la litière du chat ● Il détache les vêtements, les tapis, les moquettes ● Il désincruste la graisse brûlée ● Il adoucit l'eau ● Il fait briller les robinets, les carrelages, les sanitaires, l'argenterie ● Il débouche les canalisations.

Une poudre blanche, inodore, au goût légèrement salé... À l'origine, le bicarbonate était extrait du natron, un minéral qui tapisse les anciens lacs salés, mélangé au carbonate de sodium. Dans l'Égypte ancienne, il servait de savon, mais aussi pour l'embaumement ! C'est donc un produit naturel, exploité aux États-Unis, notamment dans le Wyoming, en Afrique, en Turquie et dans quelques pays d'Europe, dont la France.

Le bicarbonate est composé de sodium, d'hydrogène, de carbone et d'oxygène. Bien qu'il soit couramment appelé bicarbonate de soude, il ne doit être confondu ni avec la soude caustique, une substance corrosive, très dangereuse pour les muqueuses et la peau, ni avec le bicarbonate de potassium (un sel basique inodore). Outre-Atlantique, on l'appelle *baking soda*, ou "la petite

vache" au Québec, en référence à l'invention du bicarbonate de sodium, en 1846, par deux boulangers new-yorkais, John Dwight et Austin Church, commercialisé sous la marque Cow Brand, avec une vache pour emblème. Mélangé à du lait, ce produit se révéla semblable à la levure de boulanger. Une révolution pour la pâtisserie !

COMMENT EST-IL FABRIQUÉ ?

En France, deux firmes (Novacarb et Solvay) le produisent en Lorraine. Là, les plaines boisées se révèlent riches en calcaire, en sel et en eau, les trois éléments indispensables à sa fabrication. La craie calcaire est extraite dans des carrières. Le sel gemme est récupéré en injectant de l'eau sous pression (sans adjuvant chimique) à 200 m de profondeur, dans une couche vieille de plus de 200 millions d'années, afin de récupérer une saumure de chlorure de sodium.

En usine, le calcaire est brûlé dans un four à chaux pour en récupérer le dioxyde de carbone (CO₂). Celui-ci est alors nettoyé et comprimé, puis injecté sous forme gazeuse dans la saumure, au sein d'une tour où il fait cristalliser le sel en carbonate de sodium. Il est remis en solution dans l'eau, et on y réinjecte du dioxyde de carbone. On obtient des cristaux, qui sont filtrés, puis séchés. Le bicarbonate de sodium prend alors la forme d'une poudre blanche, plus ou moins fine.

SES DIFFÉRENTES QUALITÉS

Le bicarbonate se distingue par la grosseur de ses grains, de 50 µm (micromètres) à 1 mm : plus il est fin, mieux il sera assimilable, donc
(Suite page 24)



Notre produit star

LA QUALITÉ À BON PRIX

Le bicarbonate de soude "technique" de La Droguerie écologique, surtout distribué dans des réseaux bio, est le moins coûteux de notre sélection (voir page 23). De plus, il est produit exclusivement en France.



!!! LEROY MERLIN

Bicarbonate de soude

6,90 € • 1 kg



Points de vente

Leroy Merlin.

Notre avis Sobriété du packaging, sans allégations inutiles, mode d'emploi

simplicissime en caractères bien lisibles, fabrication française... De nombreux bons points pour ce bicarbonate de Leroy Merlin, tout de même un peu cher. Attention à ne pas confondre son paquet avec ceux de l'acide citrique ou des cristaux de soude de la marque : ils se ressemblent comme deux gouttes d'eau.



LA BALEINE

Bicarbonate alimentaire

3,70 € • 800 g



Points de vente

Supermarchés et hypers (sauf Carrefour).

Notre avis Bonne pêche pour La Baleine, dont le bicarbonate alimentaire se trouve très facilement,

à un prix raisonnable (moins de 4,50 € le kilo). La marque nous assure qu'elle s'approvisionne « essentiellement en France », bien qu'elle ait un « fournisseur complémentaire au Royaume-Uni ». La boîte en carton (100 % recyclable) comporte un bec verseur prédecoupé.



LA BALEINE

Bicarbonate alimentaire

3 € • 140 g (14 dosettes de 10 g)



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

C'est le petit frère

du bicarbonate alimentaire vendu en paquet de 800 g (voir ci-contre). À ceci près que le nouveau format en « dosettes magiques » coûte plus de 21 € le kilo (contre 4,50 € pour le précédent). Du coup, ce bicarbonate est le plus onéreux de notre sélection. Vraiment, elle ne manque pas d'appétit pour les petits profits, La Baleine !



BIOVIE

Bicarbonate de soude

3,10 € • 500 g



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis Rien à redire sur la qualité intrinsèque de ce bicarbonate, entièrement fabriqué en France. En revanche, la

marque Biovie (groupe Léa Nature) abuse d'allégations « vertes » sur son emballage. « 0 % conservateur, colorant, certifié par Ecocert Greenlife »... C'est comme dire que le miel est un produit naturel. Faut-il rappeler que le bicarbonate est composé à 100 % de minéraux d'origine naturelle ?



BRIOCHIN

Le Bicarbonate de soude

4,65 € • 500 g



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis Facile à manipuler, ce bicarbonate est conditionné dans un sachet plastique refermable à fond rigide,

donc bien stable. Le fabricant a eu l'idée de glisser à l'intérieur une petite « pelle doseuse ». On peut toutefois regretter que les graduations soient écrites à l'envers et en millilitres, ce qui ne facilite pas la lisibilité. Des recharges en papier seraient les bienvenues pour limiter les déchets.



CÉRÉBOS

Bicarbonate de sodium alimentaire

1,85 € • Salière de 400 g



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis La célèbre petite boîte ronde Cérébos, plus que centenaire, dans sa version bicarbonate alimentaire

(elle est bleue pour le sel de table). Un produit aux « 1 001 usages » (pour laver fruits et légumes, faire lever la pâte, ôter les dépôts incrustés...), qui fait partie des moins coûteux de notre sélection, juste derrière le bicarbonate « technique » de La Droguerie écologique.



LA DROGUERIE ÉCOLOGIQUE

Bicarbonate de soude technique

3,85 € • 1 kg



Points de vente

Naturalia, Biocoop, magasins spécialisés, drogueries.

Notre avis Osons le dire : ce bicarbonate « technique » (fabriqué en France)

est notre chouchou. Pour de multiples raisons. Son prix doux en fait le moins cher de notre sélection ; il est conditionné dans un solide sachet en papier kraft ; et l'emballage ne fait pas de chichis : que des informations utiles et précises.



ECODOO

Bicarbonate de soude

3,70 € • 500 g



Points de vente

Biocoop, magasins bio.

Notre avis Même si l'on trouve moins cher ailleurs, il n'y a rien à redire sur ce bicarbonate « technique »

fabriqué en France, commercialisé dans les magasins bio avec le label Ecocert. Question emballage, le carton est recyclé à 80 % et les encres d'impression sont végétales. Pour autant, la mention « 100 % du total des ingrédients est d'origine naturelle » ne lui confère aucune originalité : c'est le cas de tous !



STARWAX THE FABULOUS

Bicarbonate de soude alimentaire

10 € • 1 kg



Points de vente

Castorama, drogueries.

Notre avis

Un bel emballage en kraft, une ménagère éclatante d'optimisme, et hop, l'affaire est

dans le sac... pour Starwax. La marque a beau vendre avec brio sa marchandise (« Made in France », peut-on lire sur l'emballage), nous, à « 60 », regrettons que le prix du « Fabulous Bicarbonate de soude » soit surtout fabuleusement élevé. Bon point quand même pour les recettes.



utile en cuisine ; plus il est grossier, mieux il conviendra à l'entretien. Mais c'est surtout son degré de pureté qui le différencie.

Le bicarbonate alimentaire est vendu au rayon sel dans les grandes surfaces, les épiceries et les magasins bio, en boîte ou en gros saupoudreur de 400 ou 500 g. Il doit être pur à 99 %. Le 1 % restant peut contenir des traces d'impuretés liées au gisement de sel (chlore, magnésium, fer, aluminium).

Le bicarbonate technique est vendu en magasins bio, de bricolage ou de jardinerie, et parfois en grandes surfaces, dans des emballages de 500 g à 1 kg, c'est un bicarbonate de qualité alimentaire, dans lequel peuvent se glisser des impuretés liées à la chaîne de conditionnement (mélange avec d'autres substances, par exemple). Sa pureté approche 99 %.

Le bicarbonate officinal est utilisé pour soigner les troubles digestifs. Il est vendu en pharmacies et parapharmacies en petits conditionnements (saupoudreur de 50 à 100 g, boîte de 250 g). Il doit être pur à 99,5 %.

Le bicarbonate agricole est destiné à réguler l'acidité dans l'alimentation des bovins. Il est aussi pur que celui qui est destiné à l'alimentation humaine, mais non agréé. Il est vendu en sacs de 25 kg en coopératives agricoles.

SES APPLICATIONS

Nettoyant, désodorisant, adoucissant, abrasif, anticalcaire... Les applications du bicarbonate de soude sont multiples, du fait de ses propriétés à la fois mécaniques et chimiques. Pour un prix avantageux, il peut remplacer de nombreux produits industriels. Et, contrairement à ces derniers, il est sans dommages pour la santé et l'environnement.

Abrasif, doux et dégraissant, il est parfait pour frotter, récurer une casserole brûlée, un évier, polir un métal. Le bicarbonate étant soluble dans l'eau (mais pas dans l'alcool), ses cristaux se dissolvent avant de risquer d'endommager les surfaces. On peut donc régler la "douceur" de l'abrasion grâce à la quantité d'eau utilisée : à sec, il est légèrement abrasif ; plus on le mouille, plus il est doux.

Antimoisissures et antiodeurs, c'est l'ennemi des champignons et des bactéries, qui meurent au contact de cette matière alcaline. Le bicarbonate neutralise ainsi les mauvaises odeurs en profondeur, sans les masquer, à la différence de la plupart des produits du commerce. Théoriquement, les bicarbonates les plus fins sont les plus absorbants.

Antitartre, le bicarbonate adoucit une eau trop "dure" et permet ainsi de réduire la consommation de détergents. De même, il évite les dépôts de calcaire, dans les machines, sur les sanitaires et sur le linge.

LES PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

Ni corrosif ni irritant, le bicarbonate est l'un des rares produits décapants non dangereux pour l'homme et les animaux. Néanmoins, il ne doit être ni avalé en grande quantité (500 g) – l'excès de sodium risquerait de perturber l'équilibre osmotique du sang, comme si on avalait une saignée entière... –, ni utilisé en excès pour blanchir les dents, car, très abrasif, il risque d'en abîmer l'émail. Le bicarbonate ne convient pas aux surfaces en aluminium (risque de taches noires), aux objets anciens (sauf à vouloir les faire briller uniformément), ou encore à la laine et à la soie, car il risquerait de détruire les fibres. Enfin, il ne doit être ni conservé au réfrigérateur ni transvasé dans une boîte en métal ou en plastique non alimentaire, car il en absorberait les odeurs et deviendrait inutilisable. ■

Repères

COMMENT LE GARDER "ACTIF"

Le bicarbonate peut se conserver des années. Mais il peut aussi perdre son efficacité en quelques mois. Pour la vérifier :

- sentez-le. S'il a une odeur, c'est mauvais signe ;
- touchez-le. S'il s'est solidifié en petits cailloux ou s'il est devenu pâteux, il a absorbé l'humidité de l'air. Toutefois, des grumeaux friables entre deux doigts dénotent seulement un certain vieillissement ;
- mélangez-le. Placez 2 cuillerées à soupe de vinaigre dans une coupelle et versez par-dessus ½ cuillerée de bicarbonate. S'il ne mousse pas, cela signifie que le produit n'est plus actif. Il est donc bon à jeter.

Conservez votre bicarbonate à l'abri de la lumière et de l'humidité, dans son emballage d'origine. Sinon, placez-le dans une boîte en plastique alimentaire uniquement, fermée, opaque et étanche.

VINAIGRE BLANC OU D'ALCOOL

**Il dissout le calcaire, détartre et fait briller le métal et les vitres ● Il ravive les couleurs ●
Il élimine les odeurs, les bactéries et les moisissures ● Il assouplit le linge et adoucit l'eau.**

Le vinaigre blanc, "cristal" ou d'alcool est un liquide incolore composé d'eau et d'acide acétique. Biodégradable à 100 %, il remplace de nombreux produits d'entretien. Il est fabriqué industriellement avec de l'alcool de betterave, plus rarement à partir d'alcool de blé.

SES PROPRIÉTÉS

En matière de ménage, le vinaigre est un touche-à-tout.

Antiseptique et dégraissant. par son acidité, il crée un environnement défavorable aux bactéries lorsqu'il est employé avec de l'eau froide, éliminant ainsi les odeurs qui leur sont dues. Son acidité met les graisses en solution et permet de les détacher de leur surface.

Anticalcaire. En oxydant le calcaire, l'acide acétique le décompose et libère le calcium. Le

vinaigre permet ainsi de lutter contre le tartre, d'assouplir les fibres et de raviver les couleurs des tissus, de retrouver la transparence des verres et des vitres, comme le brillant du métal. Chauffé ou dilué dans l'eau chaude, il est encore plus efficace.

SES DIFFÉRENTES QUALITÉS

Ce produit basique est aujourd'hui proposé à de multiples concentrations, parfumé ou non.

8°, 12° ou 14° ? Sa concentration, exprimée en "degrés", correspond au pourcentage d'acide acétique. Avant fermentation, l'alcool de betterave est dilué à 15 %, ce qui aboutit, avec quelques pertes, à un vinaigre à 14° au maximum. Il est ensuite coupé avec de l'eau. Pour des détartrages, le vinaigre à 8° peut donner le même résultat que le vinaigre à 12° ou 14°... avec un peu d'huile de coude !

Parfumé. Certains vinaigres contiennent des parfums de synthèse, souvent issus de la pétrochimie. Ils ne doivent pas être utilisés sur les surfaces en contact avec des aliments.

Alimentaire ou ménager ? La différence réside dans les normes de conditionnement : le vinaigre ménager peut subir des contaminations croisées (par exemple, des traces de white-spirit), alors que le vinaigre alimentaire en est exempt.

LES PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

Le vinaigre d'alcool ne doit pas être utilisé sur le marbre ou la pierre calcaire, ni sur les surfaces vernies. Il ne doit être mélangé ni avec de l'eau de Javel, ce qui dégagerait des vapeurs toxiques, ni avec du percarbonate de soude. Enfin, le vinaigre à 14° est classé dangereux. Si vous le chauffez, évitez de le respirer. ■



Notre produit star

TRÈS ÉCONOMIQUE

La quasi-totalité des enseignes de la grande distribution commercialise des vinaigres (8°) sous leur propre marque "premier prix". À 0,35 € le litre, le vinaigre cristal Monoprix P'tit Prix est l'un des plus économiques.

Dans cette gamme "discount", cela se joue à une dizaine de centimes, mais cela représente quand même un écart potentiel de 40 %. Jolie performance pour un réseau de centre-ville.



!!! LEROY MERLIN

Vinaigre blanc 2,95 € • 1 l



Points de vente

Leroy Merlin.

Notre avis

Certes, ce vinaigre de marque de distributeur est à 14° d'acidité. Certes, il est fabriqué en France. Certes, il est commercialisé en spray. Mais il est également nettement plus cher qu'un vinaigre à 8° ou 12°, qui sera presque aussi performant. Une seule consolation : on pourra toujours recycler le flacon pour un autre usage...



BIOVIE

Vinaigre ménager (détartre et assouplit) 2,15 € • 1 l



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

Un produit honnête, mais bien plus onéreux que les vinaigres "premier prix". Sa concentration est toutefois supérieure (12°). En outre, la marque Biovie (groupe Léa Nature) se distingue par son engagement à réduire son impact environnemental à tous les stades de sa production. L'entreprise contrôle attentivement la pureté des ingrédients.



BRIOCHIN

L'Authentique Vinaigre de ménage 4,10 € • 1 l



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

« À vous les économies ! » peut-on lire au dos de cet « authentique vinaigre de ménage » conditionné dans une bouteille opaque bleue (à capuchon blanc, pour ne pas la confondre avec le savon noir liquide du même Briochin). Même s'il est fortement concentré (14°), cet argument ne suffit pas à justifier son prix, somme toute assez élevé.



LA DROGUERIE ÉCOLOGIQUE

Vinaigre d'alcool 1,90 € • 1 l



Points de vente

Biocoop, magasins spécialisés...

Notre avis

Particularité de ce vinaigre d'alcool (8°) de la marque La Droguerie Écologique : il est issu de la fermentation d'alcool de blés d'Europe de l'Ouest cultivés en agriculture biologique, d'où la présence du logo AB sur l'étiquette. Le produit final est fabriqué en France. Ce vinaigre peut être utilisé pour un usage alimentaire aussi bien que ménager.



ÉCO+ (E. LECLERC)

Vinaigre d'alcool cristal 0,49 € • 1,5 l



Points de vente

Supermarchés et hypers E. Leclerc.

Notre avis

Difficile de trouver moins cher que ce vinaigre "cristal" (8°), bon à tout faire dans la maison ! Ce qui ne gâche rien, il est fabriqué en France par une entreprise "familiale" qui contrôle toutes les étapes de la fermentation et de l'acétisation de l'alcool de betterave. Elle veille aussi à ce que le produit final ne contienne pas de résidus dangereux d'acétaldéhyde.



MAISON NET

Vinaigre cristal de ménage arôme citron 3 € • 750 ml



Points de vente

Supermarchés et hypers.

NOTRE AVIS

À 4 € le litre, ce vinaigre (10°) présenté comme « efficace et économique » n'est pas si avantageux. Bien sûr, il est proposé en spray, avec une sécurité enfants (mais il est aussi facile de récupérer un ancien spray et de l'étiqueter soi-même !). Toutefois, son arôme citron persistant (un parfum de synthèse) augmentera le risque de pollution intérieure.



MONOPRIX P'TIT PRIX

Vinaigre cristal 0,35 € • 1 l



Points de vente

Monoprix.

Notre avis

Exclusivité de la marque de distributeur P'tit Prix de Monoprix, ce vinaigre cristal à 8° d'acidité est fabriqué en France. Il est vendu au rayon alimentation. C'est l'un des plus économiques de notre sélection – avec le vinaigre E. Leclerc, distribué sous la marque Éco+ et proposé en bouteille de 1,5 l (voir ci-dessus).



PAULETTE

Vinaigre ménager Framboise (ou citron) 3,15 € • 500 ml



Points de vente

Monoprix.

Notre avis

Paulette, c'est « la terreur du ménage »... et du porte-monnaie ! Son arsenal de produits 100 % authentiques, dont ce vinaigre en spray fabriqué à Besançon au parfum framboise ou citron, est l'un des plus chers de notre sélection (6,30 € le litre). Décidément, c'est son voisin P'tit Prix, du même distributeur, Monoprix, qui est le meilleur.



STARWAX THE FABULOUS

Spray vinaigre blanc 14° 3,50 € • 500 ml



Points de vente

Castorama, drogueries.

Notre avis

Les années 1950 sont de nouveau à la mode. Mais est-ce une raison pour vendre à un prix aussi prohibitif (7 € le litre) ce petit spray de vinaigre ménager, même s'il est à 14° ? Non, d'autant plus qu'il contient des parfums, sources de pollution de l'air intérieur et des surfaces en contact avec des aliments. Notamment du linalol, classé allergisant par la réglementation européenne.



SAVONS NOIRS ET DE MARSEILLE

**Ils détachent le linge ● Ils servent à fabriquer de la lessive ● Ils éloignent les pucerons
● Ils nettoient et dégraissent les surfaces, en particulier le savon noir.**

Parmi les savons traditionnels destinés à l'entretien de la maison, on retiendra le savon de Marseille et le savon noir. L'un et l'autre ont hérité leurs recettes du savon d'Alep, inventé il y a plus de 3000 ans, fabriqué à partir d'huiles d'olive et de baie de laurier.

La saponification consiste à mélanger des acides gras à une base au pH élevé pour obtenir des molécules qui ont la propriété de retenir l'eau et le gras, emprisonnés à travers les petites bulles de la mousse. Ce qui fait probablement du savon le premier tensioactif de l'histoire des détergents : il augmente la surface de contact entre l'eau et les "matériaux" à nettoyer.

Repères

UNE CHARTE DES FABRICANTS

■ Pour préserver la tradition, l'Union des professionnels du savon de Marseille a rédigé une charte. Celle-ci revendique l'usage exclusif de corps gras végétaux (olive, palme, coco), auxquels on ajoute de la soude et de l'eau. Tout adjuvant, colorant ou parfum est exclu. Le "procédé marseillais" de fabrication (de 7 à 10 jours au total) doit être réalisé dans des chaudrons métalliques portés à 130 °C. La charte stipule également que le savon doit être fabriqué à Marseille ou dans les Bouches-du-Rhône.

■ Pour autant, des savonneries marseillaises n'hésitent pas à commercialiser des produits qui n'en sont pas. On trouve par exemple, sous la marque Maître Savon de Marseille, une gamme de savons de toilette aux multiples couleurs et senteurs, des savons noirs et divers produits d'entretien, ainsi que des "cubes marseillais" parfumés à la lavande.

COMMENT SONT-ILS FABRIQUÉS ?

Avec de la soude, on fabrique un savon dur, tandis que la potasse donne un savon plus mou, voire liquide, comme le savon noir. Les puristes proscrirent les graisses animales. Néanmoins, elles ne sont pas interdites. Depuis 2003, la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DGCCRF) réglemente l'usage du terme "savon de Marseille", mais ce texte reste très ouvert. Il n'exige pas la cuisson au chaudron (*lire l'encadré Repères ci-contre*) et n'interdit pas les matières grasses animales, pas plus qu'il n'impose de périmètre géographique pour sa fabrication. Il définit seulement un minimum de 15 % d'huiles végétales et une teneur de 63 % en acides gras. Il exclut les corps gras synthétiques, mais autorise les additifs, comme les conservateurs ou les colorants.

LES DIFFÉRENTS TYPES DE SAVONS

Quand on préfère le "naturel", on peut privilégier les produits qui affichent la totalité de leurs composants sur l'emballage et ceux dont la liste d'ingrédients est la plus courte. On y reconnaîtra facilement la dénomination internationale des dérivés d'huiles végétales : sodium olivate, sodium palmate, sodium cocoate ou sodium palm kernelate (pour l'huile de palmiste). Tandis que les graisses animales, issues de mouton, de bœuf ou de porc, se cachent sous le nom sodium tallowate. S'y ajoutent *aqua* (eau) et, en fin de liste (donc en faible quantité), sodium hydroxyde (soude caustique). On trouve parfois aussi des composants innocents comme la glycérine, qui pourra donner au savon plus de douceur pour les mains.

(Suite page 31)



LE CHAT

Paillettes au véritable savon de Marseille 4,05 € • 1 kg



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

« 25 lavages », lit-on sur le paquet. À condition d'avoir un linge peu sale. Sinon, il faudra plutôt en attendre 16 lavages. Autrement dit, ces paillettes (d'ailleurs très blanches) ne sont pas très concentrées. Elles sont fabriquées dans l'Union européenne avec des acides gras d'origines diverses (palme, suif...), mais pas à Marseille.



LA DROGUERIE ÉCOLOGIQUE

Paillettes de savon 9 € • 1 kg



Points de vente

Biocoop, magasins spécialisés...

Notre avis

Bien que paraissant plus coûteuses qu'un produit "de supermarché", ces paillettes (fabriquées à partir d'huile de palme bio) sont vraiment économiques, car très concentrées (78 % de savon). Avec un seul sac, on peut concocter 20 l de lessive et effectuer environ 130 lavages en machine !



MAÎTRE SAVON DE MARSEILLE

Copeaux de savon de Marseille extra pur 3,80 € • 750 g



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

Une jolie texture grasse et un aspect crème pour ces copeaux réellement fabriqués à Marseille, uniquement à partir d'huiles de palme et de palmiste. On regrette l'imprécision du dosage (« 2 poignées »). Nous estimons que ce paquet de 750 g permet de faire une quinzaine de lavages en machine.



MARIUS FABRE

Copeaux de savon de Marseille 11,50 € • 750 g



Points de vente

Drogueries, jardinerie, magasins bio...

Notre avis

Ces copeaux sont fabriqués à Salon-de-Provence, avec des huiles de palme et de palmiste. Ils ont un bel aspect, rappelant la cire d'abeille. Leur odeur forte plaira ou incommodera. Malgré des indications de dosage imprécises, selon nos propres estimations, un paquet permet de réaliser jusqu'à 150 machines.



PERSAVON

Les Paillettes Savon de Marseille glyciné 5,05 € • 1 kg



5,05 € • 1 kg

Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

De Marseille, ces paillettes ? Non, de quelque part dans l'Union européenne. Fabriqué principalement à base de graisses animales et d'huile de palmiste, ce produit est enrichi avec de l'huile d'amande douce. Ce paquet de 1 kg permet d'effectuer de 20 à 27 lavages en machine.



RAMPAL LATOUR

Paillettes de savon pur 15,75 € • 1,5 kg



Points de vente

Naturalia, magasins bio.

Notre avis

Une multitude d'allégations figure sur ce sac de savon « pur » en paillettes : « 0 % de phtalates, 0 % de parabènes et de conservateurs », « sac recyclable » (on aurait préféré un sac en papier !)... Le fabricant ne précise pas que son savon est fabriqué à partir d'huiles de palme et de palmiste, et contient un ingrédient polluant : le tetrasodium etidronate.



BIOVIE

Savon noir liquide à l'huile de lin 3,45 € • 1 l



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

Ce savon noir liquide fabriqué avec de l'huile de lin première pression est certifié par Ecocert (plus exigeant que l'écolabel européen). Il ne contient ni parfum ni conservateur. À noter que Biovie reverse 1 % de son chiffre d'affaires au bénéfice de la Ligue pour la protection des oiseaux (LPO).



BRIOCHIN

Savon noir liquide à l'huile de lin 3,35 € • 1 l



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

Un très bon rapport qualité-prix pour ce savon noir liquide (15 % de savon) à base d'huile de lin. Certifié par Ecocert, il ne contient ni conservateur ni parfum. Cela ne veut pas dire qu'il est sans odeur : certains percevront une légère senteur de lin, d'autres des effluves de sardines à l'huile ! Ce produit est fabriqué en Bretagne, fief de Briochin. De là à y voir un lien de cause à effet...



MAÎTRE SAVON DE MARSEILLE

Savon noir liquide à l'huile d'olive 5,50 € • 1 l



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

Ce savon noir liquide, de couleur verdâtre, est confectionné à partir d'huile de grignons d'olive (peaux, résidus de pulpes et de noyaux issus de l'extraction de l'huile d'olive). Certifié Ecocert, il est fabriqué « selon la méthode de Marseille », dans la région de... Dijon ! On peut s'interroger sur l'ajout de parfums (pin et limonène), potentiellement nocifs et assez entêtants.





MAÎTRE SAVON DE MARSEILLE

Savon noir liquide à l'huile de lin 2,95 € • 1 l



Points de vente

Carrefour, certains supermarchés.

Notre avis Commercialisé par la Savonnerie du Midi, entreprise française réputée pour son savoir-faire, ce savon noir liquide est hélas « fabriqué

en UE ». Son odeur assez forte d'amande plaira ou déplaira. En revanche, on n'aime pas du tout la présence de benzisothiazolinone, un conservateur parmi les plus allergisants du marché.



MARIUS FABRE

Savon noir liquide à l'huile d'olive multi-usages 8,20 € • 1 l



Points de vente

Drogueries, jardinerie, magasins bio...

Notre avis Ce savon noir liquide se démarque par sa consistance très visqueuse, sa couleur brun foncé et son odeur très forte, qui peut déplaire. Sans conservateur ni parfum, il semble assez concentré, bien que Marius Fabre soit imprécis quant à sa composition. Il peut servir à nettoyer la maison et les animaux domestiques, et à conserver la souplesse des pinceaux.



PAULETTE

Savon de Marseille enrichi au bicarbonate 3,05 € • 500 ml



Points de vente

Monoprix, Auchan, Carrefour.

Notre avis Le produit néorétro par excellence ! La nouvelle marque Paulette a le mérite d'être fabriquée en France (à Besançon, comme elle le revendique fièrement sur le flacon). Malheureusement, la « recette 100 % authentique » de « la terreur du ménage » a de quoi frémir, car elle contient du sodium dodecylbenzene sulfonate et du tetrasodium EDTA (voir page 18).



LA PERDRIX

Savon noir à l'huile de lin 2,50 € • 1 l



Points de vente Certains supermarchés (G20...).

Notre avis La marque La Perdrix, spécialisée dans la fabrication de savon noir liquide et en pâte, existe en France depuis 1910. L'aspect translucide du contenu de ce bidon rétro laisse augurer une faible concentration en savon.

La faute peut-être au groupe industriel italien (propriétaire de Persavon) qui s'est emparé de La Perdrix. On déplore la présence de limonène (parfum).



STARWAX THE FABULOUS

Savon noir à l'huile d'olive 7,50 € • 1 l



Points de vente

Castorama, drogueries.

Notre avis Obtenu par saponification d'acides gras d'huile d'olive, assez concentré (20 % de savon), il a une texture gel et une couleur rappelant le goudron. Il ne contient ni conservateur ni parfum. Son odeur assez forte est caractéristique de la saponification au chaudron de graisses d'olive. Sa richesse en glycérine l'autorise à être utilisé comme shampooing pour les animaux.



LA CORVETTE

Savon noir en pâte à l'huile de lin 9,90 € • 1 kg



Points de vente

Drogueries.

Notre avis La marque La Corvette appartient à la Savonnerie du Midi, qui

commercialise la gamme Maître Savon de Marseille. Cette pâte de savon noir à l'huile de lin possède une jolie couleur de miel (attention à ne pas la laisser à portée des enfants !) et une consistance compacte, agréable à travailler. Le produit est certifié Ecocert Greenlife. En outre, le fabricant a amélioré sa recette en supprimant les parfums allergisants.



LA DROGUERIE ÉCOLOGIQUE

Savon noir en pâte 9,90 € • 1 kg



Points de vente

Biocoop, magasins spécialisés...

Notre avis Fabriqué en France à partir d'huile

de tournesol biologique, ce savon noir en pâte (certifié Ecocert) a en réalité une texture gélatineuse assez élastique. Du coup, son usage n'est pas très commode, en raison des filaments mielleux qui se forment à chaque cuillerée. Il ne contient ni conservateur ni parfum. Son odeur est d'ailleurs assez neutre.



ÉTAMINE DU LYS

Savon noir mou à l'olive 11 € • 1 kg



Points de vente

Biocoop, magasins bio.

Notre avis « Avant, je frottait, mais ça, c'était avant », clame

la ménagère figurant sur ce pot de savon noir mou, dont le design rétro (et le prix !) rappelle la marque Starwax The Fabulous. En fait, il s'agit d'un produit Étamine du Lys, fabriqué à Marseille selon le procédé traditionnel de saponification au chaudron d'huile de grignons d'olive. La pâte foncée est épaisse, mais pas trop élastique. Une anse facilite le transport.



STARWAX THE FABULOUS

Savon au fiel de bœuf 4,70 € • 100 g



Points de vente

Magasins de bricolage.

Notre avis Ce savon de la gamme Starwax

The Fabulous revendique une action détachante grâce à la présence de fiel de bœuf, qui figure effectivement dans sa composition (« Ox bile powder »), en 4^e position, après les huiles de palme, de palmiste et l'eau. Hélas ! On regrette que Starwax ait incorporé du tetrasodium EDTA dans sa recette « à l'ancienne ». Cet ingrédient, très courant, est aussi très polluant, car persistant.

Le savon noir, quant à lui, n'a aucune définition légale. Il s'agit en général de savon à base d'huile végétale, d'olive ou de lin, saponifiée avec de la potasse, ce qui donne un produit pâteux, mou, voire liquide, et non un pain dur, comme c'est le cas lorsque la saponification est réalisée avec de la soude. Sa composition est donc assez simple également. On repérera l'hydroxyde de potassium à la place du sodium hydroxyde.

Si l'on s'intéresse aux lessives "au savon noir" ou "au savon de Marseille", la liste des ingrédients s'allonge. Ainsi, la lessive Carrefour « *au véritable savon de Marseille* » contient 19 ingrédients, où le savon de Marseille n'arrive qu'en 14^e position, après le parfum !

Ces produits n'échappent pas à quelques substances synthétiques, autorisées par Ecocert. C'est le cas des agents (tetrasodium succinate ou sodium aspartate) "séquestrant" le magnésium ou le fer, qui rendent l'eau "dure", restreignant l'efficacité du savon. On trouve aussi des conservateurs, comme la méthylisothiazolinone (MIT) ou la benzisothiazolinone (BIT).

Les produits industriels dits "au savon noir", "de Marseille" et même "d'Alep" contiennent souvent moins de 5 % de savon. Quant à savoir si ce savon est véritablement de Marseille ou d'Alep, les savonniers traditionnels sont très dubitatifs. Pour échapper à ces doutes et éviter les ingrédients additionnels, plus ou moins utiles, on pourra choisir les produits "purs" : un cube ou des paillettes de savon de Marseille.

Ne nous leurrions pas, les savons naturels nécessitent plus d'huile de coude que leurs équivalents de synthèse. Et la senteur du linge fraîchement lavé restera moins longtemps qu'avec des parfums artificiels, mais ce n'est pas plus mal.

Huiles végétales ou graisses animales ?

En termes d'efficacité, rien ne permet de les départager. Les végétariens pourront préférer les produits "100 % végétaux." Côté développement durable, les graisses animales utilisées (du suif de bœuf pour l'essentiel) sont issues de l'équarissage de bêtes destinées à la consommation humaine. Leur qualité est donc contrôlée et il s'agit d'un recyclage de déchets locaux. Tandis que les huiles végétales sont souvent importées d'Asie ou d'Amérique du Sud. Même quand les produits se revendiquent "fabriqués en France", les matières premières peuvent avoir parcouru

de longues distances... La différence se fera sur la recette et le savoir-faire du savonnier.

LEURS USAGES

Le savon noir est un produit multiusage économique, sans dommages pour l'environnement. Concentré, il est efficace pour dégraisser évier, hotte, four, plaque de cuisson, baignoire et lavabo. Dilué dans un peu d'eau tiède, on peut l'utiliser sans rinçage pour nettoyer les vitres, un sol carrelé, un four encrassé, et pour entretenir l'argenterie, les objets en laiton, en cuivre ou en inox. Il peut aussi être utilisé comme répulsif contre les pucerons et les araignées rouges.

Le vrai savon de Marseille, sans colorant ni adjuvant de synthèse, est tout aussi économique. Il peut être utilisé comme détachant sur un tapis, un canapé, pour nettoyer une tache acide sur du carrelage, pour l'entretien courant de la pierre ou du marbre. En copeaux, il remplace avantageusement la lessive pour l'entretien des vêtements fragiles ou la laine, le lavage des rideaux...

Attention Les savons de ménage sont souvent moins gras que les savons vendus au rayon cosmétiques. Ils ne sont donc pas conseillés pour la toilette. Les savons noirs (mous ou liquides) sont très concentrés et irritants. Il faut donc éviter le contact prolongé avec l'épiderme. ■



Notre produit star

SAVON BRETON

Le savon noir liquide de Briochin présente l'un des meilleurs rapports qualité-prix du marché. Ce produit facile à utiliser ne contient pas de parfum, et c'est tant mieux ! À base d'huile de lin, il est fabriqué en Bretagne, à Hillion, dans les Côtes-d'Armor. Une sorte de retour aux sources, puisque la culture du lin était florissante en Bretagne du XVI^e au XVII^e siècle.

CRISTAUX DE SOUDE ET PERCARBONATE

Les cristaux de soude dégraissent et décrassent poêles, casseroles en inox et vaisselle teintée ● Ils débouchent la plomberie ● Le percarbonate blanchit le linge ● Il nettoie et dégraisse le bois et les joints de carrelage ● Il ne doit pas être mélangé avec un acide.

Dégraissants et nettoyeurs multifonctions, les cristaux de soude sont de puissants touche-à-tout du ménage au naturel. Leur dérivé, le percarbonate de soude, est un excellent agent blanchissant pour le linge et la salle de bains.

LES CRISTAUX DE SOUDE

Moins connus que leur cousin le bicarbonate de sodium, les cristaux de soude n'en demeurent pas moins un incontournable du ménage écologique. Si leur nom peut inquiéter, ils n'ont cependant rien à voir avec la soude caustique, substance dangereuse utilisée pour déboucher les canalisations, qui peut provoquer de graves

brûlures. En réalité, il s'agit du carbonate de sodium, qui se présente sous la forme d'une poudre ou de granulés légers et blancs. À l'origine, il était obtenu grâce à l'incinération de végétaux marins, comme le varech sur les côtes atlantiques ou la salicorne en Méditerranée. Aujourd'hui, les industriels utilisent un procédé chimique, dit Solvay, en mélangeant de la craie, du sel et de l'ammoniaque. Le produit qui en résulte est non toxique pour l'environnement. Pour autant, bien qu'ils ne soient pas aussi dangereux que la soude caustique, les cristaux de soude doivent être manipulés avec précaution.

Très irritants, ils dessèchent la peau et nécessitent le port de gants de protection. En cas de contact avec les yeux, il est impératif de rincer immédiatement avec de l'eau claire en abondance et, le cas échéant, d'appeler un médecin. D'autant que ce produit est de plus en plus vendu dans sa forme anhydre, plus concentrée.

Deux présentations se côtoient sur le marché. Certaines marques, comme St Marc, Phénix ou Briochin, commercialisent les cristaux de soude dans leur forme classique : du carbonate de sodium auquel on a ajouté de l'eau, puis que l'on a laissé se cristalliser. Dans ce cas, les cristaux ressemblent à du gros sel. D'autres fabricants ou distributeurs, comme la Droguerie Écopratique ou Starwax The Fabulous, préfèrent le carbonate de sodium pur, de 2 à 3 fois plus actif que les cristaux de soude. Résultat, quand il faut doser 1 cuillerée à soupe de cristaux, 1 cuillerée à café de carbonate de sodium suffit. « *Nous avons fait ce choix pour réduire la quantité d'emballage et permettre* »
(Suite page 34)



Notre produit star

VALEUR SÛRE

Bien qu'ils contiennent 63 % d'eau, les cristaux de soude Phénix constituent une bonne lessive à tout faire, et à prix compétitif, pour la vaisselle, les sols, les murs... et même le linge (à la main ou en machine). La marque, avec pour emblème l'oiseau qui renaît de ses cendres, est aussi championne en termes de longévité : elle existe depuis la fin du XIX^e siècle !

 **!!! LEROY MERLIN**
Cristaux de soude

4,50 € • 500 g



Points de vente

Leroy Merlin.

Notre avis

Sobriété du packaging pour ces cristaux de soude vendus sous la marque Leroy Merlin.

Leurs usages, les proportions préconisées et les précautions d'usage sont bien lisibles. Enfin, le prix reste assez compétitif pour ce produit non dilué. À ne pas confondre avec le bicarbonate de soude ou la terre de Sommières, vendus dans des conditionnements identiques.

 **BRIOCHIN**
Les Véritables Cristaux de soude 3,35 € • 500 g



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

L'industriel breton propose ici son produit dans un sachet refermable (avec une petite pelle doseuse) similaire à celui de son bicarbonate, ce qui n'est pas très judicieux. En outre, ces « véritables cristaux » sont « décahydratés » (63 % d'eau dans le produit final), ce qui rend le prix du produit franchement excessif.

 **LA DROGUERIE ÉCOPRATIQUE**
Soude en cristaux concentrée 2,85 € • 500 g



Points de vente

Biocoop, drogueries.

Notre avis

Ces cristaux conditionnés par Ecodis (qui possède les marques La Droguerie écologique et La Droguerie écopratique) sont de 2 à 3 fois plus concentrés que la plupart des produits du marché. Très pratiques pour les adeptes de la lessive maison : 40 g suffisent pour une eau très calcaire. Dommage que les précautions d'emploi soient peu lisibles.

 **PHÉNIX**
Cristaux de soude
Lessive multi-usage 1 € • 1 kg



Points de vente

Drogueries, G20, Intermarché.

Notre avis

On aime le joli carton rétro de ces cristaux de soude fabriqués par les établissements Pintaud, PME des Charentes spécialisée aussi dans la production... d'eau de Javel. On aime moins qu'il contienne du carbonate de sodium décahydraté (63 % d'eau). Pour une seule lessive faite maison, 40 % du paquet seront ainsi engloutis.

 **ST MARC**
Cristaux de soude

5 € • 1,8 kg



Points de vente

Magasins de bricolage.

Notre avis

Un bon produit indémodable, bien connu des amateurs du ménage "à l'ancienne". Mais gare au format St Marc pro, conditionné en paquets de 1,8 kg (2,75 €/kg), dont le prix fait la culbute par rapport à celui du format 1,6 kg (1,55 €/kg), vendu en hypermarchés. Il s'agit pourtant du même produit. Pour autant, le rapport qualité-prix reste compétitif.

 **STARWAX THE FABULOUS**
Cristaux de soude
4,90 € • 480 g



Points de vente

Castorama, drogueries.

Notre avis

Par rapport à d'autres produits de la gamme The Fabulous, ces cristaux de soude fabriqués par Starwax sont vendus à un prix très correct, d'autant qu'il s'agit d'une poudre anhydre (matière non hydratée), très concentrée par rapport à d'autres produits. Il faudra donc doser avec justesse. Par exemple, pour déboucher une canalisation, de 2 à 3 cuillerées à soupe du produit seront suffisantes.

 **BRIOCHIN**
L'Authentique Poudre blanchissante 6 € • 500 g



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

Cette « authentique poudre blanchissante » n'est autre que du percarbonate de "soude" (sodium). Le produit est aisément disponible, mais son prix est un peu élevé (le sachet contient une pelle doseuse). Les dosages préconisés nous semblent plus élevés que nécessaire. Les précautions sont difficilement lisibles.

 **LA DROGUERIE ÉCOPRATIQUE**
Percarbonate de soude 5,60 € • 1 kg



Points de vente

Biocoop, drogueries.

Notre avis

Ecodis, la PME de Saint-Nolff (Morbihan) également propriétaire de la marque La Droguerie écologique, propose ici un produit très compétitif, comme à son habitude. On peut regretter cependant que le conditionnement en sachet de papier kraft ne soit pas très adapté à la dangerosité potentielle du produit.

 **STARWAX THE FABULOUS**
Percarbonate de sodium 6,30 € • 400 g



Points de vente

Castorama, drogueries.

Notre avis

Question prix, ce percarbonate semble faire jeu égal avec L'Authentique Poudre blanchissante de Briochin, sauf que le flacon contient 400 g de produit, soit 20 % de moins que son rival. Au final, Starwax vend sa poudre plus de 15 € le kilo. Si on flashe sur l'étiquette vintage et le côté pratique (couvercle qui se visse), on pourra l'acheter une fois, puis le remplir avec un produit plus économique.



DES USAGES À PROSCRIRE

■ Les cristaux de soude ne doivent pas être appliqués sur l'aluminium, le bois brut comme le chêne ou le châtaignier, ainsi que sur des surfaces laquées, ni sur une plaque à induction en vitrocéramique. Ils peuvent également abîmer la laine et les couleurs délicates des textiles.

■ Enfin, en tant que substance basique, il ne faut jamais mélanger les cristaux secs et concentrés directement avec un acide, comme le vinaigre, au risque de provoquer un dégagement de chaleur et des projections dangereuses.

aux consommateurs de faire des économies », explique Didier Le Gars, directeur d'Ecodis (La Droguerie écologique). D'où les grandes disparités de prix : les paquets de carbonate de sodium (de 6 à 10 €/kg) dureront en théorie de 2 à 3 fois plus longtemps que les cristaux hydratés (de 1 à 3 €/kg). Revers de la médaille, comme ces granulés sont beaucoup plus réactifs, ils doivent être manipulés avec précaution et dosés avec justesse. Par ailleurs, l'étiquetage étant souvent imprécis, il faut bien observer le contenu et les quantités préconisées pour estimer le degré de concentration. Quel que soit le grade choisi, une fois les cristaux dissous dans l'eau tiède ou chaude selon les proportions indiquées sur l'emballage, on obtient une préparation capable de s'attaquer à une multitude de saletés dans la maison.

Grâce à leur pH basique (supérieur à 7), qui leur confère la capacité de dissoudre les acides, ils sont un bon dégraissant, préconisé dans le nettoyage de la cuisine, des hottes, le dégrasage des grilles de four ou de barbecue.

Pour rattraper des casseroles, plats ou poêles en inox brûlés, il convient de recouvrir le fond du récipient de cristaux de soude et d'ajouter un peu d'eau bouillante. Après avoir laissé reposer une nuit, nettoyer normalement.

Dans les canalisations, les cristaux de soude peuvent décomposer les matières organiques. Pour un entretien régulier ou un blocage léger, verser de 2 à 3 cuillerées à soupe de cristaux dans la bonde. Laisser agir quelques minutes avant de verser 1 l d'eau bouillante. Pour un dépôt persistant, il est conseillé d'ajouter 1 verre de vinaigre.

Si l'eau est très calcaire, ajoutez de 1 à 2 cuillerées à soupe de cristaux (selon la dureté de l'eau et le degré de saleté) dans le compartiment du lave-linge destiné au produit nettoyant. Cela accroîtra l'efficacité de la lessive et l'éclat du linge blanc.

Le décollage du papier peint et le lessivage des murs avant peinture seront facilités en versant de 2 à 3 cuillerées à soupe de cristaux dans une baignoire d'eau chaude.

LE PERCARBONATE DE SOUDE

Dérivé des cristaux de soude, le percarbonate de sodium (là encore, "soude" est un abus de langage) est fabriqué à base de carbonate de sodium, auquel on ajoute du peroxyde d'hydrogène, à savoir de l'eau oxygénée. Associant les propriétés de ces deux substances, cette poudre blanche granulée constitue un agent dégraissant, blanchissant et désinfectant. Une fois dissous dans l'eau (autour de 40 °C), il est particulièrement efficace dans le trempage des textiles présentant des taches tenaces comme celles de thé, de café, de vin rouge, d'herbe, de fruit, de transpiration ou encore de sang. Comme pour le carbonate de sodium, son pH alcalin adoucit l'eau, ce qui accroît l'efficacité des agents nettoyants.

Son action antibactérienne le rend particulièrement efficace contre les moisissures. Pour dégraisser les joints de salle de bains, on dissoudra 1 volume de percarbonate de sodium dans 10 volumes d'eau tiède (de 40 à 60 °C). Laissez agir avant de frotter avec une vieille brosse à dents, puis rincez. Cette préparation peut aussi être utilisée pour l'entretien de divers objets de la maison : planches à découper, rideaux de douche, litière, vaisselle tachée de café ou de thé, rafraîchissement du bois extérieur...

Attention Il n'est pas conseillé de conserver le percarbonate dilué dans un récipient fermé, car, avec le temps, l'oxygène se libère dans l'air, et le produit perd de son efficacité.

De même que les cristaux de soude (*lire l'encadré Repères ci-dessus*), ce produit est corrosif et doit être manipulé avec des gants de protection. Il ne convient pas aux surfaces en aluminium, aux plaques en vitrocéramique, aux bois nobles... Comburant, il doit être utilisé loin de toute source de chaleur et ne doit pas être mis pur en contact avec un acide, même du vinaigre, ce qui risquerait de créer des projections corrosives. ■

ARGILE, TERRE DE SOMMIÈRES

Elle absorbe les taches de graisse, de vin et d'urine sur les vêtements et les textiles d'ameublement ● Elle dégraisse le cuir et le daim ● Elle nettoie les sols.

Dans la catégorie des argiles, la terre de Sommières est un incontournable. Elle se présente sous la forme d'une poudre, qui va du blanc au violet, en passant par le vert et le brun. Il s'agit d'une argile sépiolite "smectique" (apte à nettoyer), qui peut absorber jusqu'à 80 % de son poids en eau.

D'OÙ PROVIENT-ELLE ?

« Notre argile provient de carrières d'Europe occidentale », indique Didier Le Gars, directeur d'Ecodis, qui fabrique notamment les produits La Droguerie écologique. « L'argile est concassée, raffinée et tamisée, avant d'être conditionnée. Nous commercialisons la terre de Sommières depuis une quinzaine d'années en France. Au début, nous ne vendions que quelques dizaines

d'unités par mois, aujourd'hui nous en sommes à plusieurs dizaines de milliers. »

LES PRIX FONT LE GRAND ÉCART

L'effet de mode pour ce produit écologique se répercute sur les prix de vente. Ceux-ci vont de 8 à 40 € le kilo. Des différences que les producteurs justifient par le marketing, la pureté du produit ou son conditionnement.

Briochin commercialise sa terre de Sommières à 4,95 € les 200 g. Elle est présentée dans un flacon en plastique, pour une meilleure conservation. Ce conditionnement est effectué dans un centre d'aide par le travail, qui favorise l'emploi des personnes handicapées. Une manière d'associer l'écologie au social.

DÉTACHANTE ET DÉSODORISANTE

Ses capacités absorbantes viennent de sa composition en feuillets, qui peuvent s'écarter, laissant s'infiltrer les liquides. C'est donc un détachant textile à sec. Elle absorbe les taches des corps gras (beurre, huile, maquillage...) sans laisser d'auréoles et neutralise les odeurs. Enfin, avec un peu de savon de Marseille et d'eau chaude, elle peut être appliquée sur les taches difficiles avant un lavage en machine.

Son pouvoir absorbant peut être renforcé en la faisant chauffer 15 minutes au four à 60 °C. Si le sachet est ouvert depuis plus de 2 ans, il est judicieux de la passer aussi au four pour abaisser son taux d'humidité.

Attention La terre de Sommières ne doit pas être utilisée dans les endroits où elle ne peut être aspirée. Veillez également à ne pas l'employer mouillée ou sur une surface mouillée. ■



Notre produit star

LA BONNE TERRE

Côté prix, la terre de Sommières de La Droguerie écologique est imbattable. À 7,50 € le kilo, elle est de 2 à 5 fois moins chère que la plupart de ses concurrentes, d'autant qu'elle est disponible en écorecharge. Nous regrettons seulement l'absence de mention de précautions d'usage.



!!! LEROY MERLIN Terre de Sommières

6,90 € • 500 g



Points de vente

Leroy Merlin.

Notre avis

On retrouve le packaging sans fioritures, aux caractères bien lisibles,

commun aux produits vendus sous la marque Leroy Merlin. Mode d'emploi, précautions d'usage... Tout est clair. Sauf qu'ici le prix au kilo (13,80 €) n'est pas franchement avantageux : il est près de 2 fois plus cher que celui de la terre de Sommières de La Droguerie écologique.



LES ANCIENS ÉBÉNISTES Terre de Sommières

4,75 € • 150 g



Points de vente

Supermarchés et hypers, magasins de bricolage.

Notre avis

On ne peut pas dire que Les Anciens Ébénistes pratiquent des prix d'autrefois. À près de 32 € le

kilo, il s'agit d'une des marques les plus chères de notre sélection. Il faut toutefois saluer la cohérence de la gamme de produits (cires, brou de noix, chaux...) de cette entreprise de Charente-Maritime et ses efforts pour préserver davantage l'environnement.



AVEL (HUSSARD) Terre de Sommières

7 € • 250 g



Points de vente

Drogueries, BHV.

Notre avis

Selon sa fiche d'information (destinée aux professionnels), ce produit contient du silicate de magnésium hydraté, une

sépiolite classée « irritant ». L'étiquette devrait donc comporter un pictogramme de danger et, au moins, indiquer que la poudre ne doit être ni inhalée ni touchée. Or seule figure la mention « tenir hors de portée des enfants ». Nous ne pouvons donc qu'être réservés.



BRIOCHIN L'Authentique Détachant à sec La Terre de Sommières

4,95 € • 200 g



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

Ce saupoudreur comporte un couvercle hermétique souple et facile à ôter. Le prix est correct, mais

pas bon marché pour autant (près de 25 € le kilo, quand même). Un bon point pour les astuces et la clarté des précautions d'emploi. Toutefois, contrairement à ce qui est indiqué, le jonc de mer ne craint pas l'eau (sauf si elle est stagnante).



LA DROGUERIE ÉCOLOGIQUE

Terre de Sommières 3 € • 400 g



Points de vente

Drogueries, magasins spécialisés.

Notre avis

Le produit figurant ici est une "écorecharge" en sachet papier kraft. La marque propose un saupoudreur

en carton pour environ 1 € de plus. Extraite d'une carrière du Bassin méditerranéen (en Europe, mais pas en France), c'est la terre de Sommières la meilleur marché de notre sélection.



SPADO Terre de Sommières

8,25 € • 200 g



Points de vente

Castorama, drogueries.

Notre avis

La grande hauteur de ce saupoudreur en plastique souple laisse penser qu'il contient davantage de poudre que ses concurrents. En fait, sa contenance (200 g)

est identique à celle, par exemple, du saupoudreur de Briochin, plus compact et élégant. Chez Castorama, le produit est vendu plus de 8 €, ce qui est excessif. Bon point en revanche pour l'étiquetage (précautions d'emploi) complet.



STARWAX Terre de Sommières

6,50 € • 200 g



Points de vente

Magasins de bricolage, drogueries.

Notre avis

La boîte en plastique transparent de ce produit est identique à celle

de son concurrent Avel (dont la terre, plus brune, semble différente) et aussi de sa cousine Starwax The Fabulous (voir ci-contre). Le couvercle comprend un double clapet d'ouverture permettant soit de se servir avec une petite cuillère, soit de saupoudrer la terre. Le prix (32,50 € le kilo) est parmi les plus élevés du marché.



STARWAX THE FABULOUS Terre de Sommières

6,20 € • 200 g



Points de vente

Magasins de bricolage, drogueries.

Notre avis

À l'exception de son étiquette "vintage", The Fabulous Terre de Sommières

est en tout point identique au modèle Starwax "classique", y compris au niveau du prix. Le numéro (Vert) du service consommateurs est le même : n'espérez pas avoir au téléphone une conseillère plus "fabulous" qu'une autre. Le sceur jumelle rétro se distingue aussi par un code à flasher (recettes sur le Web).



MAISON NET Terre d'argile Blanc des Pyrénées 4 € • 500 g



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

L'une des rares argiles de nettoyage universel

vendues à l'état brut. Elle est extraite de carrières de marbre blanc des Pyrénées-Orientales. Cette matière brute est broyée très finement, sans aucun ajout d'additifs, puis elle est conditionnée par Maison Net. Son usage est similaire à celui du blanc de Meudon, à l'origine extrait de carrières de craie.



LES HUILES ESSENTIELLES

Elles désodorisent et désinfectent si nécessaire ● Elles permettent de lutter contre les acariens, les moisissures et les insectes ● Elles rafraîchissent le linge.

Prisées pour leurs vertus pour la santé et le bien-être, les huiles essentielles sont aussi intéressantes dans le cadre de l'entretien de la maison.

DES PROPRIÉTÉS MULTIPLES

Les huiles essentielles sont des essences volatiles extraites par distillation à la vapeur d'eau ou par pressage de la totalité ou d'une partie (zeste, feuilles, bois, fleurs...) d'une plante aromatique. Composées d'une grande variété de molécules, elles présentent, en fonction de leur profil biochimique, une activité antimicrobienne, antifongique (élimination des moisissures, champignons et levures), antiacarienne ou répulsive pour les insectes. Ces propriétés ont été mises

en lumière par nombre d'études universitaires (voir aussi notre test sur 17 huiles essentielles «60» n° 468, février 2012).

Le choix des huiles essentielles sera ciblé. En raison de leur coût élevé et de leurs propriétés, certaines restent réservées à un usage thérapeutique. Ainsi, l'huile essentielle de lavande officinale (*Lavandula angustifolia*) est indiquée dans la sphère de la santé, alors que sa cousine, l'huile de lavandin (*Lavandula super* ou *Lavandula clone*), est appropriée pour l'entretien du linge.

Naturelles, mais pas inoffensives, les huiles essentielles peuvent provoquer des réactions allergiques ou des irritations pour celles qui présentent des propriétés dermocaustiques, comme la cannelle (*Cinnamomum verum*), le cèdre de l'Atlas (*Cedrus atlantica*), le clou de girofle ou giroflier (*Eugenia caryophyllata*), le laurier noble (*Laurus nobilis*), la litsée citronnée (*Litsea citrata*) et la menthe poivrée (*Mentha piperita*). Il est alors prudent de les manipuler avec des gants.

Les huiles essentielles émettent des composés organiques volatils (COV), qui peuvent être irritants pour les voies respiratoires. Afin d'éviter une accumulation avec d'autres sources de COV, il est important de ne pas les utiliser à tort et à travers (inutile de désinfecter si personne n'est malade), et de bien aérer pendant ou après le ménage.

AIDER AU NETTOYAGE

Ajoutées en petite quantité à un composant de base (vinaigre blanc, bicarbonate de soude, savon noir...) à raison de 20 gouttes pour 200 ml de produit, les huiles essentielles constituent d'excellents auxiliaires du ménage, en particulier
(Suite page 41)

Repères

COMPRENDRE LES CHÉMOTYPES

■ La connaissance du chémotype est impérative pour éviter les mésusages des huiles essentielles. Celui-ci indique leurs composants typiques biochimiques, qui dépendent du biotope

(ensoleillement, climat, composition du sol, altitude).

■ Ainsi une même plante, comme le romarin (*Rosmarinus officinalis*), a plusieurs chémotypes : cinéole, verbénone, camphre ou bornéone, sous l'indication « CT » ou « molécules principales » sur le flacon. Chacun des chémotypes présente des propriétés et des contre-indications spécifiques, d'où l'importance de bien les identifier.





SÉLECTION DOCTEUR VALNET Bergamote

7,55 € • 10 ml



Points de vente

Pharmacies, parapharmacies et magasins bio.

Usages Désodorisant, désinfectant.

Notre avis

Formulée sans bergaptène, un photosensibilisant, cette huile essentielle vient d'Italie, pays producteur de cet agrume à la délicieuse fragrance d'eau de Cologne. Bons points pour le label bio, le bouchon de sécurité et la photo de l'emballage, pratique pour éviter les confusions. La notice se cantonne à des indications générales.



PURESENTIEL Cannelle de Ceylan 9 € • 5 ml



Points de vente

Pharmacies, parapharmacies.

Usages Désinfectant +++, antimoisissures, antiacariens.

Notre avis Les indications biochimiques et botaniques, le label bio et la mention de

l'origine (Madagascar) sont appréciables. Bémol quant au flacon sécurité, difficile à manier. En aromathérapie, le conseil de prise orale de 6 gouttes/j sans limitation de durée semble élevé par rapport à sa potentielle toxicité. Pas de mise en garde claire sur son caractère dermocaustique (risque d'irritations de la peau).



FLORAME Cèdre Atlas 6,40 € • 10 ml



Points de vente

Pharmacies, parapharmacies, magasins bio, site Florame.fr.

Usages Répulsif insectes (mites).

Notre avis

Bon point pour le label bio, la fragrance profonde et le prix abordable. Cependant, sans étui ni notice, seules les informations de base figurent sur le flacon, les mises en garde d'utilisation sont survolées et à peine plus détaillées sur le site Internet de Florame. Bémol aussi concernant le conseil d'utilisation mettant en avant un seul usage cosmétique.



LE COMPTOIR AROMA Citron 4 € • 10 ml



Points de vente

Pharmacies, parapharmacies.

Usages Désodorisant, désinfectant.

Notre avis Service minimal pour cette référence, qui, sans

fournir de notice intérieure, se contente de reprendre les mêmes indications sur l'étiquette du flacon et l'emballage, se résumant à la mention du chémotype et d'un label bio, ainsi qu'une recommandation de prudence en ce qui concerne les enfants. Le choix de l'aluminium pour l'étui, bien que recyclable, pose question quant à son utilité.



SENCIA Citronnelle de Java 4,90 € • 10 ml



Points de vente

Pharmacies, parapharmacies.

Usages Répulsif insectes, antiacariens, désinfectant.

Notre avis Une bonne référence, sérieuse et bien

ciblée sur l'utilisation antimoustiques. Les pictogrammes rouges de mise en garde sur le flacon, visibles, renvoient à la notice intérieure, qui précise les précautions d'utilisation. On apprécie la mise en garde, hélas trop rare, du risque de pollution environnementale des eaux par les huiles essentielles si elles sont rejetées telles quelles dans la nature.



NATURACTIVE Eucalyptus globuleux 3 € • 10 ml



Points de vente

Pharmacies, parapharmacies.

Usages Désinfectant +++, antimoisissures, antiacariens.

Notre avis Ses atouts principaux : un petit prix

et un label bio. Ses défauts : une notice peu informative et une absence de conseils d'utilisation. Un énigmatique flash code sur l'emballage promet d'en savoir plus sur le produit, mais oblige à utiliser un téléphone muni d'une application spécifique pour sa lecture.



ASTÉRALE Géranium bourbon 14,55 € • 10 ml



Points de vente

Magasins bio, salons, foires.

Usages Désinfectant, répulsif insectes.

Notre avis Coup de cœur pour cette société française artisanale

de production-distillation installée à Madagascar. Certes un peu chère, cette huile essentielle de géranium bourbon bénéficie d'un parfum floral tout en finesse évoquant la rose. Dommage tout de même que, sans étui ni notice, aucune contre-indication ou précaution d'usage ne soit mentionnée sur le flacon.



NATURESUN AROMS Giroflier 6,15 € • 10 ml



Points de vente

Pharmacies, parapharmacies, magasins bio.

Usages Désinfectant +++, antimoisissures, antiacariens.

Notre avis Son atout : la

lisibilité des informations : nom botanique, partie distillée, origine (sans précision du pays), mode d'extraction, spécificités biochimiques. La charte HEBBD (pour huile essentielle botaniquement et biochimiquement définie) garantit une huile pure et naturelle. Manque de précisions sur les précautions d'emploi, en particulier le caractère irritant du clou de girofle.



LADRÔME Laurier 8,50 € • 5 ml



Points de vente

Pharmacies, parapharmacies, magasins bio.

Usages Désinfectant, antiacariens, antimoisissures.

Notre avis Un assemblage

de lauriers en provenance (mentionnée sur le site Internet) de la France, des Balkans et du Maroc donne de la force à cette huile essentielle labellisée bio. Les précautions et conseils d'utilisation sont donnés dans la notice intérieure, qui manque de lisibilité quant aux allégations « *détente* », « *purifiant* » et « *stimulant* ».





PRANARÔM Lavandin super 4 € • 10 ml

**Points de vente**

Pharmacies, parapharmacies.

Usages

Désinfectant, répulsif insectes, entretien du linge.

Notre avis

Très belle intensité aromatique pour ce lavandin *made in France*. Le sérieux de Pranarôm, société à l'origine, dans les années 1990, de la référence du chémotype (*voir encadré page 38*), se reflète dans l'énumération des principaux composants biochimiques de l'essence et une notice intérieure détaillant les contre-indications et risques de mésusage. Une valeur sûre pour un prix modique.



AROMA-ZONE Litsée citronnée 2,50 € • 10 ml

**Points de vente**

Site Aroma-zone.com, magasin Aroma-Zone Paris.

Usages

Répulsif insectes, désinfectant, désodorisant.

Notre avis

Un prix vraiment mini pour une référence difficile à trouver, dont l'odeur délicieusement citronnée de verveine (la litsée est parfois appelée verveine Yunnan ou verveine exotique) est efficace pour éloigner les insectes. Sur le site de la marque, on trouve un bulletin qualité détaillé et une fiche explicative détaillant les utilisations possibles de l'huile essentielle.



JUVAMINE Menthe poivrée 5,90 € • 10 ml

**Points de vente**

Supermarchés et hypers.

Usages

Désinfectant, désodorisant.

Notre avis

Appartenant au même groupe, les nouvelles gammes d'huiles essentielles signées Juvamine et Mercurochrome sont proches (offre, packaging, indications), avec les mêmes réserves à la clé (*voir fiche tea tree ci-dessous*). En aromathérapie, la préconisation de dilution de la menthe poivrée dans de l'eau (ainsi que 2 autres références) semble fantaisiste, voire dangereuse.



NATURE & DÉCOUVERTES Orange douce 5,95 € • 15 ml

**Points de vente**

Site Natureetdecouvertes.com, magasins Nature & Découvertes.

Usages

Désodorisant, désinfectant.

Notre avis

L'absence de notice est compensée par des conseils d'utilisation et une liste très fournie de précautions d'emploi sur l'étui cartonné. Le design soigné, la contenance généreuse de 15 ml, la mention de l'origine (Mexique) et la fragrance gourmande en font un produit d'un rapport qualité-prix intéressant.



PHYTOSUNARÔMS Palma Rosa 4 € • 10 ml

**Points de vente**

Pharmacies, parapharmacies.

Usages

Désinfectant, antimoisissures, antiacariens.

Notre avis

Marque historique qui a lancé le critère HEBBD garantissant un produit 100 % pur et naturel, Phytosunarôms ne propose pas de notice mais donne des indications précises sur le flacon et l'emballage : nom botanique, chémotype, précautions d'utilisation, origine (Asie et Amérique), et des conseils d'utilisation d'aromathérapie, qui, chose rare, concernent aussi les enfants.



SO'BIO ÉTIC Pamplemousse 8 € • 10 ml

**Points de vente**

Supermarchés, hypers, magasins Léa Nature.

Usages

Désodorisant, désinfectant.

Notre avis

Malgré des conseils d'utilisation étoffés, la mention des principaux composants et la certification bio, on regrette que le tableau des propriétés des huiles essentielles oublie justement de lister le pamplemousse... Rédhibitoire : un dépôt blanchâtre anormal au fond de la bouteille indique un probable défaut de fabrication pour le lot concerné.



ARKOPHARMA Pin 5 € • 10 ml

**Points de vente**

Pharmacies, parapharmacies.

Usages

Désodorisant, désinfectant.

Notre avis

Le packaging est austère, mais il mentionne clairement les informations essentielles, comme les composants biochimiques, les conseils d'utilisation et les précautions d'emploi, malgré une absence de notice. Sa note aromatique, fermée et citronnée au début, évolue vers un parfum typique de pin. À noter : l'origine autrichienne du produit, selon la fiche du fournisseur.



BIOFLORAL Romarin Provence 6 € • 10 ml

**Points de vente**

Magasins bio, salons, foires.

Usages

Désodorisant, désinfectant.

Notre avis

Une huile essentielle à l'odeur de romarin très typée et une appréciable origine France, comme l'indique la fiche technique demandée auprès du fournisseur, mais non mentionnée sur le produit. L'absence de notice intérieure et d'indications d'utilisation, les précautions d'emploi écourtées, ainsi qu'un emballage carton inadapté à la taille du flacon sont regrettables.



MERCUROCHROME Tea tree 5,20 € • 10 ml

**Points de vente**

Supermarchés et hypers.

Usages

Désinfectant +++, antimoisissures, antiacariens.

Notre avis

Bouchon sécurité enfant, précautions d'emploi détaillées, qualité HEBBD garantie 100 % naturelle... De bons points, certes, pour cette nouvelle gamme d'huiles essentielles vendue en grandes surfaces, mais aussi des bémols : le prix, pas si petit pour une absence de label bio, la non-indication de l'origine géographique du produit et de ses principaux composants biochimiques.

les essences d'agrumes, qui associent parfum tonique et vertus assainissantes, comme celles de citron (*Citrus limonum*), d'orange douce (*Citrus sinensis*), de bergamote (*Citrus bergamia*) et de pamplemousse (*Citrus paradisi*). Ainsi, pour un spray multiusage de 200 ml, on dilue 20 gouttes d'essences d'agrumes dans 100 ml de vinaigre blanc et on ajoute 100 ml d'eau.

Pour désinfecter des endroits sensibles (poignées de porte, surfaces de cuisine, sols...), on peut utiliser les huiles de *tea tree* (*Melaleuca alternifolia*), d'eucalyptus globuleux (*Eucalyptus globulus*), et surtout de clou de girofle (*Eugenia caryophyllata*) et de cannelle (*Cinnamomum verum*). Elles sont à ajouter à un composant de base, dans la limite de 20 gouttes pour 200 ml de produit.

LUTTER CONTRE LES MOISSURES

Les huiles de *tea tree* (*Melaleuca alternifolia*), d'eucalyptus globuleux (*Eucalyptus globulus*), de laurier noble (*Laurus nobilis*), de clou de girofle (*Eugenia caryophyllata*), de cannelle (*Cinnamomum verum*) ou de palmarosa (*Cymbopogon martinii*) sont efficaces contre les moisissures des joints de salle de bains. Mélanger 20 gouttes à 2 cuillerées à soupe de percarbonate de soude, verser dans un spray de 200 ml, remplir avec de l'eau. Bien agiter, vaporiser sur les joints, laisser agir quelques heures avant de frotter avec une vieille brosse à dents et rincer.

RAFRAÎCHIR LE LINGE

L'huile essentielle de lavandin (*Lavandula super* ou *Lavandula clone*), hybride des variétés de lavande officinale et de lavande aspic, est traditionnellement utilisée dans l'entretien du linge pour sa bonne odeur. On peut en ajouter de 3 à 5 gouttes dans l'eau de repassage, 10 gouttes dans la dose de lessive, ou les diluer dans un petit verre de vinaigre blanc à verser dans le bac à assouplissant. Dans le sèche-linge, on en verse quelques gouttes sur une petite serviette éponge.

ÉLIMINER LES ACARIENS

Les huiles essentielles de *tea tree* (*Melaleuca alternifolia*), de citronnelle (*Cymbopogon winterianus*), de palmarosa (*Cymbopogon martinii*), d'eucalyptus globuleux (*Eucalyptus globulus*), de cannelle (*Cinnamomum verum*) et de clou de girofle (*Eugenia caryophyllata*) sont redoutables

Repères

DES ESSENCES D'AGRUMES PLUS VITE PÉRIMÉES

- Prisées pour l'entretien de la maison, les essences de la famille des citrus (agrumes) ont une durée de conservation limitée : de 1 à 2 ans, contre de 3 à 5 ans pour les autres huiles essentielles.
- Signes de péremption : l'odeur de l'essence a viré, sa couleur a foncé et elle est devenue visqueuse. L'huile essentielle perd alors de ses propriétés sans pour autant être toxique. Conserver les huiles essentielles à l'abri de la lumière et de la chaleur améliore leur conservation.



contre les acariens. Mélanger 6 cuillerées à soupe de bicarbonate de soude et 80 gouttes d'huiles essentielles. Étaler sur la zone à traiter. Laisser agir plusieurs heures, puis aspirer.

DÉSODORISER

Les huiles essentielles peuvent avantageusement remplacer les parfums synthétiques. Les plus utilisées sont les essences d'agrumes (*voir ci-dessus*), mais aussi de romarin à cinéole (*Rosmarinus officinalis CT cinéole*), de menthe poivrée (*Mentha piperita*) et de pin sylvestre (*Pinus sylvestris*). On en verse quelques gouttes au fond de la poubelle, ou dans une coupelle emplie de bicarbonate de soude dans les toilettes.

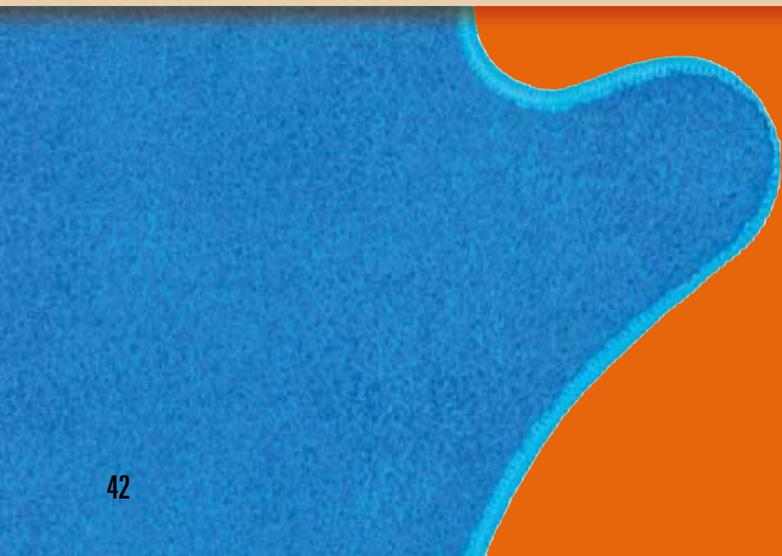
ÉLOIGNER LES INSECTES

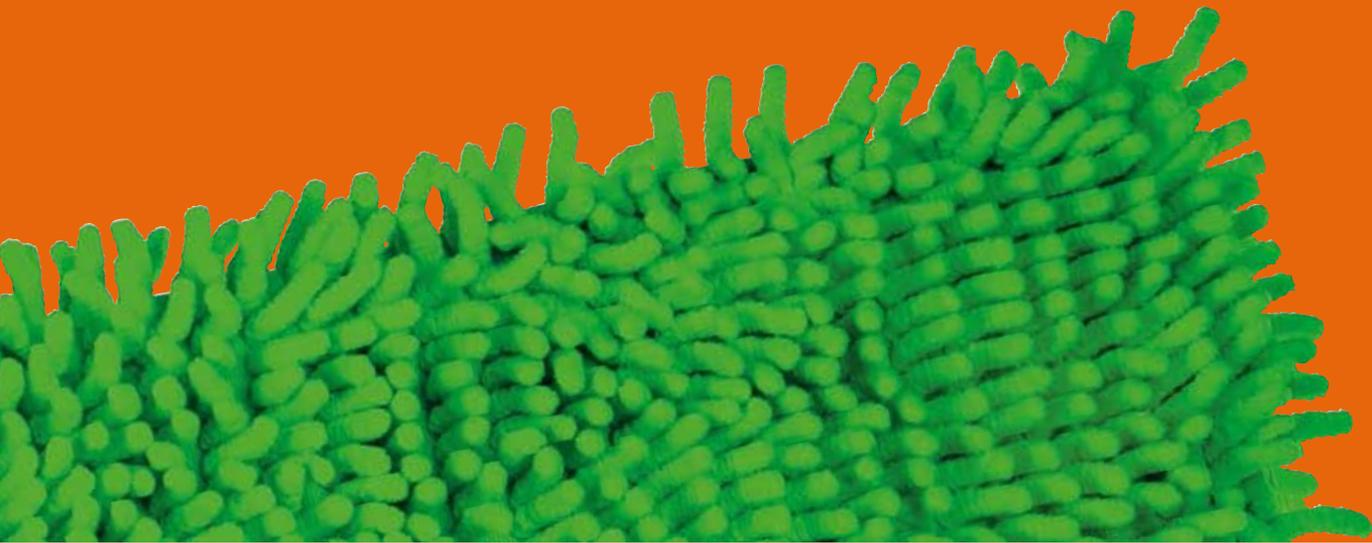
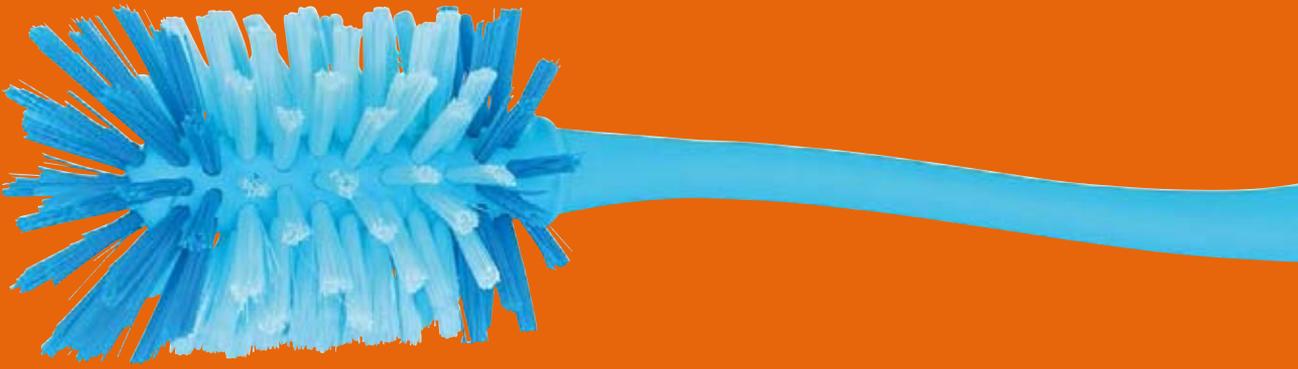
Au palmarès des odeurs qui font fuir les moustiques et les mouches figurent le géranium rosat (*Pelargonium asperum, graveolens* ou *roseum*), la citronnelle (*Cymbopogon winterianus*) et la litsée citronnée (*Litsea citrata*). Verser une dizaine de gouttes dans une coupelle emplie de vinaigre blanc, sur un coin de nappe ou un mouchoir. Peu durable, l'effet répulsif ne peut convenir à des zones particulièrement infestées. Les mites, quant à elles, fuient l'odeur du cèdre de l'Atlas (*Cedrus atlantica*), auquel on peut associer le lavandin (*Lavandula intermedia clone super*). Verser une dizaine de gouttes sur du coton dans un pot ou sur des plaquettes antimites en bois de cèdre. Renouveler dès que l'odeur s'amointrit. ■





LES ACCE





SSOIRES



LES MICROFIBRES SONT PARTOUT

Dans les hypers ou les bazars, elles trônent à tous les étages. Pour dépeussier, dégraisser, absorber... Les articles en microfibrés sont présentés par les marques comme la solution miracle. Mais sont-ils vraiment efficaces, et comment choisir les bons ?

Lavette anticalcaire, chiffonnette pour smartphone, chamoisine... Très souvent mentionnée en grosses lettres sur les emballages, la microfibre, créée dans les années 1970 par le chercheur japonais Okamoto Miyoshi, promet aux pourfendeurs de la saleté un nettoyage sans efforts.

Les marques Rozenbal, Spontex, Starwax ou Vileda utilisent cette fibre artificielle pour fabriquer des gammes de produits différents et profiter d'un marché qui a le vent en poupe. Selon l'Institut de recherche et d'innovation (Iri), qui étudie les évolutions des tendances dans la grande distribution, les achats d'articles en microfibre dans les catégories lavettes et balais ont bondi de 6 % en 2015... alors que les ventes de ces deux niches ménagères ont décliné la

même année. Mais pourquoi les consommateurs troquent-ils leurs bons vieux chiffons en coton contre ces tissus synthétiques ?

LE PROCESSUS DE FABRICATION

« Composée de filaments textiles issus de dérivés du pétrole, la microfibre est 100 fois plus fine qu'un fil de soie », précise Marie-Laure Souweine, fondatrice d'AS International, société de contrôle qualité spécialisée dans le textile. « Si l'on déroulait entièrement



UN VRAI DOUDOU !

Ce chiffon microfibre de Vigor capture la poussière « sans traces et sans peluches » des écrans de smartphone et d'ordinateur.



1 gramme de cette matière, elle s'allongerait sur 10 kilomètres ! » La taille de ces fibres permet de capturer beaucoup plus d'impuretés que ne le permettent les matériaux naturels. Autre atout notable de la microfibre, ses innombrables crevasses qui parcourent ses filaments piègent la saleté, attirée de surcroît par sa force électrostatique.

Deux types de fibres synthétiques sont utilisés dans sa fabrication : le polyester et le polyamide. Le premier élimine facilement les corps gras et le second possède une très grande capacité d'absorption. Une fois séchés et transformés en poudre très fine, les polymères sont "explosés" à la soude ou par un jet d'eau puissant. Cette étape cruciale permet d'obtenir des filaments aux brins éclatés. Au microscope, les fils

Notre produit star

LE TOUCHE-À-TOUT



À 5 €, le gant Magic Fibre de Gerlon n'est pas donné, mais il impressionne par sa polyvalence. Graisse, saleté séchée... Il triomphe de presque toutes les crasses. Mention spéciale pour sa capacité d'absorption : c'est le seul produit de notre sélection capable d'aspirer en quelques secondes l'équivalent d'un verre d'eau renversé.

semblent taillés en étoile, une forme qui permet de piéger les impuretés entre les branches.

Après être refroidie par air, cette matière qui sort des machines sous la forme de gel est enroulée, puis étirée. L'ultime étape est la filature. « Ce procédé consiste à démêler, orienter et nettoyer des milliers de filaments tendus pour les transformer en un seul fil », conclut Marie-Laure Souweine. La matière est alors prête à être utilisée par les industriels.

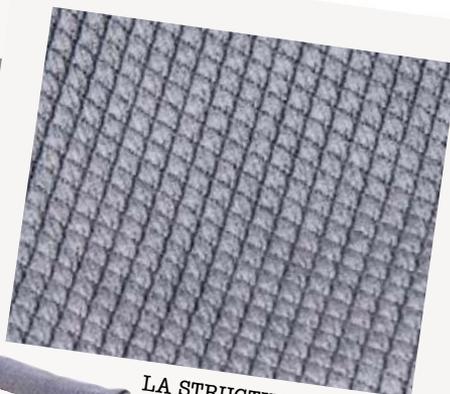
LAQUELLE CHOISIR ?

Dans les rayons des hypermarchés, les lavettes en microfibre se distinguent les unes des autres par leurs couleurs chatoyantes et leurs slogans tape-à-l'œil. Mais, pour choisir le bon chiffon, il vaut mieux s'intéresser d'abord à la composition. Certains sont exclusivement en polyester, quand d'autres possèdent aussi du polyamide. Dans les faits, les bimatières seront plus polyvalents que les 100 % polyester. Olivia Teulier, responsable chez Mapa Spontex France, le confirme : « Il est important

J. CHISCANO/r60*



IL S'ENFILE COMME UN GANT et son relief alvéolé est censé déloger les saletés les plus incrustées (Rozenbal).



LA STRUCTURE EN NID D'ABEILLES de cette lingette spécial vitres de Spontex se veut « très efficace », même sans détergent.

d'avoir la combinaison des deux fibres, sinon, les qualités d'absorption en pâtissent. » En clair, la présence de polyamide est nécessaire pour capter les liquides. Méfiez-vous donc des lavettes dites "multisurfaces" qui n'en contiennent pas. Sans cette matière synthétique, vous aurez beaucoup plus de mal à nettoyer votre salle de bains.

80-20 ou 70-30 ? La plupart des bimatières contiennent 80 % de polyester et 20 % de polyamide. Mais ce ratio peut parfois varier à 70 % et 30 %. Les différences ? Des prix plus élevés (comptez environ 5 € l'unité), car le polyamide est plus cher à produire que le polyester, ainsi qu'une meilleure assimilation des liquides. Ces lavettes sont donc plutôt conseillées pour briquer la cuisine ou la salle de bains, mais elles conviennent tout à fait au nettoyage des autres pièces, grâce aux propriétés dégraissantes du polyester.

Lissée, gaufrée, bouclée... Autre point déterminant dans l'achat d'un chiffon en microfibre : son mode de tissage, mentionné sur l'emballage. Par exemple, si vous souhaitez capturer la poussière, optez pour une lavette "gaufrée". Ses mailles en relief la piégeront facilement. Vous souhaitez nettoyer votre salle de bains ? Un chiffon "bouclé" conviendra. Ses longues fibres absorberont mieux les liquides, et vous réduirez les allers et retours à l'évier pour essorer. Enfin, pour astiquer sans laisser de traces sur l'écran de votre smartphone ou sur vos vitres, préférez un tissage lisse, appelé parfois "nid d'abeilles". Le maillage serré et la finesse de la microfibre éviteront de redéposer de l'humidité sur vos surfaces.

LA PETITE HISTOIRE...

- Dans les années 1970, le Japonais Okamoto Miyoshi effectue des recherches pour l'entreprise Toray Industries. Son but : créer des matières légères et résistantes. À l'issue de ses expériences, il crée la première microfibre : l'ultrasuède.
- Ce tissu en polyamide et en polyuréthane a de nombreuses applications. Il est utilisé aussi bien dans la fabrication de vêtements haute couture que pour revêtir l'intérieur des voitures.
- Vingt ans plus tard, la microfibre est utilisée par les industriels du secteur ménager, comme Spontex, pour créer des matières plus absorbantes et dégraissantes que le coton.

COMMENT LES ENTREtenir ?

Vous pouvez les passer en machine, jusqu'à 60 °C pour certains produits. L'eau chaude permettra de mieux chasser les impuretés nichées dans les interstices de la microfibre qu'un jet froid. Si vous avez perdu l'emballage et si vous ne connaissez pas la température recommandée, enclenchez un programme à 40 °C. Cette précaution vous évitera de retrouver vos chiffons ratatinés au fond du tambour.

Certains emballages mentionnent le nombre de lavages qu'il est possible d'effectuer, variable du simple au triple. Comptez 300 nettoyages pour les plus résistantes.

Attention N'utilisez jamais d'assouplissant, d'eau de Javel ou de chlore, qui peuvent boucher les cavités de la microfibre et neutraliser son efficacité. Quand votre chiffon est lavé, ne le séchez surtout pas en machine. L'air sec endommagerait les fibres. Laissez-le plutôt à l'air libre, et rangez-le dans un endroit à l'abri de l'humidité.

DES PRODUITS PAS SI ÉCOLOS

Certaines marques, comme La Ménagère et son slogan « éco-usage » inscrit sur certains emballages, surfent sur la vague verte pour vendre des lavettes en microfibre. Leur argument ? Ces produits n'ont pas besoin d'être utilisés avec des détergents pour venir à bout des impuretés. Si cette affirmation est exacte dans la plupart des cas (sauf pour les grandes surfaces très encrassées, comme les sols), les articles en polyester et en polyamide présentent une caractéristique peu écologique : ils sont très difficilement recyclables.

Les industriels éprouvent des difficultés à séparer deux matières d'origine synthétique pour les réutiliser. Pour l'instant, l'un des seuls parcours de recyclage de lavettes en microfibre a été créé par la marque Capt'Hygiène, présente dans les magasins Biocoop et Naturéo. Une fois usagés, les chiffons doivent être rapportés au point d'achat, qui les renvoie à Capt'Hygiène. La marque se charge ensuite de les expédier à une société qui les effiloche pour les transformer en isolants thermiques pour l'industrie automobile. Un parcours de recyclage encore très confidentiel : chaque année, le fabricant de lavettes écolos reçoit seulement... un carton de chiffes bonnes à jeter ! ■



CAPT'HYGIÈNE Microfibre multiusage 7 €



Points de vente
Castorama, drogueries.

Notre avis « Active sur toutes les surfaces, même à sec », cette lingette d'une marque du Comptoir des lys est

censée passer « 300 fois » en machine ! Mais c'est aussi la plus chère de notre sélection. Certes, la marque s'engage pour la préservation de l'eau et commercialise la « première microfibre recyclable en fin de vie ». Encore très confidentiel, ce recyclage mériterait une meilleure communication auprès des utilisateurs.



GERLON Magic Fibre 5 €



Points de vente
Castorama, drogueries.

Notre avis « Poussière, liquides, graisses... Magic Fibre fait tout disparaître ! »

Un slogan tape-à-l'œil, mais très proche de la réalité. Soyex comme un doudou, le gant agit sur toutes les surfaces, du tableau de bord de l'auto à la salle d'eau. Seul bémol, les boucles sèchent lentement. Le plus absorbant des produits de notre sélection : en utilisant les 2 faces, il fait disparaître sans effort l'eau d'un verre plein renversé !



LA MÉNAGÈRE Cuisine et bain 2,95 €



Points de vente
Supermarchés, hypers.

Notre avis À sec, cette lavette possède une texture laine de

verre irritante. Cette sensation disparaît lorsqu'elle est mouillée. Côté absorption, elle est très performante et convient bien au nettoyage des salles d'eau. Petit plus : son coin frottant, qui élimine les traces récalcitrantes. Mais ne vous laissez pas abuser par la mention « éco-usage ». La lavette contient en effet du polyester et du polyamide, deux matières difficiles à séparer au moment du recyclage.



MAMISON (E. LECLERC) Lavette spécial vitres 2 €



Points de vente
Hypermarchés E. Leclerc.

Notre avis Ce produit nettoie très bien les vitres sans utiliser de détergent. Les fibres sont tissées

en relief pour gratter et récupérer certaines impuretés agglomérées. Son maillage serré évite par ailleurs de retenir trop d'humidité et de laisser de nouvelles traces à chaque passage. Attention néanmoins à ne pas le noyer sous l'eau chaude. Quelques gouttes suffiront amplement.



ROZENBAL Gant microfibre lavage 5 €



Points de vente
Castorama, drogueries.

Notre avis Pour un prix plutôt élevé, ce produit déçoit dans la catégorie dégraisage. La faute à un tissage trop lisse,

qui ne gratte pas assez les impuretés tenaces. Autre point ennuyeux : l'absence de polyamide dans la composition de ce gant microfibre, qui limite les qualités d'absorption du produit. Le gant est en revanche agréable au toucher et retient correctement la poussière.



SPONTEX Microfibre 3,95 € • Lot de 4



Points de vente
Supermarchés, hypers.

Notre avis Poussière, cuisine, salle de bains... Spontex propose, à prix très raisonnable,

un kit de 4 lingettes aux couleurs chatoyantes pour tout nettoyer dans la maison. Mais, hormis la lavette multiusage, agréable à manipuler et vraiment polyvalente, elles ne sont guère convaincantes : la lavette vitres laisse des traces et le chiffon cuisine ne possède pas un grand pouvoir d'absorption.



STARWAX Lavette microfibre multi-usages 2,50 €



Points de vente
Castorama, drogueries.

Notre avis Ce produit chasse correctement la poussière. Son

efficacité est optimale sur les surfaces lisses comme le mobilier, le carrelage ou les lavabos de votre salle de bains. Il faut en revanche le laver trop souvent si vous souhaitez dégraisser, en raison de sa trop fine épaisseur, qui absorbe mal les corps gras. Dommage pour une lavette censée être polyvalente !



VENTEO Les 2 Gants chenille 5,90 € • Lot de 2



Points de vente
Castorama, drogueries.

Notre avis Ce gant est un véritable calvaire à porter, en raison de son maillage intérieur en fibre

plastique qui écorche la peau dès que vous l'enfilez. On a l'impression d'emprisonner sa main dans un filet de pêche aux mailles sans pitié. Fuyez ce gant sans regret : ses qualités en matière de dé poussiérage et de dégraisage laissent par ailleurs à désirer.



VIGOR Chiffon microfibre dépoussiérant 3,50 €



Points de vente
Castorama, drogueries.

Notre avis Très très doux. C'est la première impression que laisse ce chiffon. Et, ce qui ne gête rien, il capture

vraiment bien la poussière, sans détergent et sans laisser la moindre trace. Écrans de smartphone ou d'ordinateur, plan de travail... Peu de surfaces lui résistent. Seul bémol : son prix un poil élevé pour un chiffon microfibre monotâche.



BALAIS ESPAGNOLS ET SERPILLIÈRES

Espagnol ou à plat ? Propriétaire ou universel ? Suivez les conseils de «60», et trouvez le meilleur accessoire ménager pour nettoyer votre plancher.

À franges ou à plat, le balai-serpillière est l'accessoire le plus efficace pour récurer les sols. Un peu d'eau chaude, quelques gouttes de détergent et d'amples mouvements circulaires suffisent à transformer un bois crasseux en plancher resplendissant. Et, avec son fameux seau essoreur, plus besoin de se baisser pour mettre les mains dans l'eau sale toutes les minutes (cependant, certains produits testés obligent encore à faire trempette). Ces avantages ont rendu le balai-serpillière très populaire auprès des accros de la propreté. En 2014, selon une étude de l'institut Nielsen, il représentait plus d'un tiers du chiffre d'affaires du secteur ménager, soit près de 70 millions d'euros de ventes rien que pour la France ! Ce chiffre alléchant pousse les industriels à créer de nouvelles gammes,

pas toujours bien pensées, pour actualiser leur offre. Mais, avant d'arriver dans les rayons des hypers, les balais-serpillières effectuent un très grand périple pas très écologique.

DE L'USINE À VOTRE PLACARD

Les deux grands fabricants du secteur, l'allemand Vileda et le français Elephant, jouent en effet sans complexe la carte de la mondialisation pour réduire leurs coûts de production. La microfibre ou le coton proviennent d'Asie et sont ensuite assemblés dans des usines italiennes, espagnoles ou allemandes. Les manches en aluminium sont faits en Chine. Seuls les seaux essoreurs d'Elephant sont réalisés en France, dans



FRANGES GOMMANTES
Ces 2 textures microfibrés (douces pour les bleues, gommantes pour les orange) assurent l'efficacité du Micro Power 2 Elephant.

la région grenobloise (Isère). Le bilan carbone de ces accessoires ménagers est donc plus lourd que celui de la simple serpillière en coton, parfois fabriquée en Chine, mais qui voyage le plus souvent sans "escales" de son usine au point de vente où elle est ensuite distribuée.

Testés sous toutes les coutures. Avant leur commercialisation, les fibres subissent une batterie de tests. « *On leur fait passer une vingtaine d' "épreuves" pour s'assurer qu'elles remplissent tous les critères de qualité* », explique Élise Cherrier, chef de marque Starwax. Résistance à l'effilochage, à l'arrachage, au rétrécissement en machine... Les textiles sont passés au crible. Et, pour s'assurer que les composants sont bien de la microfibre



Notre produit star

TRÈS EFFICACE

La Frange serpillière microfibre de Rozenbal est un produit atypique, puisqu'il s'agit en quelque sorte d'un balai espagnol... sans franges ! Elle permet de nettoyer rapidement de grandes surfaces (cuisine, salle de bains...). Elle absorbe bien les liquides et se lave en machine à 60 °C. Et, avantage non négligeable, sa tête peut se visser sur tous les manches.

ou du coton, les industriels prélèvent des échantillons et leur font passer un bilan moléculaire. « *Il s'agit du test Dtex*, précise Myriam Boufatis, chef de produit chez Elephant. *On s'assure aussi que les produits sont conformes à la directive européenne Reach, qui limite l'exposition aux substances chimiques. Notamment en traquant et en éliminant la présence de colorants azoïques, dangereux pour la santé.* »

QUELS PRODUITS CHOISIR ?

Devant les rayons, vous n'arrivez pas à vous décider. Plutôt un balai espagnol et ses bandes textiles, ou une raclette enveloppée dans sa housse nettoiyante ?

Les deux se valent, mais leurs caractéristiques sont différentes. Le premier permet de nettoyer une plus grande surface à chaque mouvement et ses longues franges mouillent davantage le sol.

Il est donc recommandé pour des sols résistants à l'eau, comme le carrelage. Utiliser un balai espagnol sur du parquet pourrait, à la longue, altérer le bois. Pour ce type de surfaces, il vaut mieux recourir au balai à plat :



DAMIER DE BOUCLETTES

Les franges du balai SuperMocio Clean Collect sont parsemées de bouclettes, censées capturer débris et particules.



MICROFIBRE ET COTON

Certains balais à plat Vileda mélangent microfibre et coton, ce dernier étant plus économique à produire... mais pas plus efficace.

Repères

LA FABRICATION DES FRANGES

■ Les balais espagnols sont équipés de têtes en textile naturel ou synthétique pour nettoyer vos surfaces. « Elles sont fabriquées de différentes manières selon leur matière », indique Myriam Boufatis, chef de produit chez Elephant.

■ Si les franges sont en coton, souvent issu de la filière recyclage de l'industrie textile, elles sont simplement coupées à la taille souhaitée, puis jointes aux douilles plastique. Ces pièces permettront de visser l'ensemble au bout du manche à balai.

■ Si elles sont en microfibre (polyester et polyamide), « on crée de gros rouleaux de matière à tisser en agglomérant les fibres synthétiques par mécanisme thermique, poursuit Myriam Boufatis. Elles sont ensuite coupées, jointes aux douilles plastique et conditionnées ». Prêtes à l'emploi.

sa housse retient moins d'humidité, et sa forme rectangulaire est très pratique pour nettoyer dans les coins.

Opter pour un balai à plat ou espagnol dépendra donc de votre environnement. Même si, pour Élise Cherrier, le choix en magasin est avant tout le fruit d'un déterminisme ménager : « Les consommateurs utilisent souvent les mêmes outils que leurs parents. Dans le nord de l'Europe, on est plus balai à plat, et dans le sud, les personnes manient davantage le balai espagnol. Opter pour l'un ou pour l'autre est plus culturel que rationnel ! »

LA PETITE HISTOIRE...

■ Lors d'un voyage aux États-Unis dans les années 1950, l'ingénieur Manuel Jalón Corominas observe des Américains essorer leurs chiffons en les compressant dans des rouleaux.

■ De retour à Saragosse, il décide de réunir un manche en bois, une serpillière et un seau essoreur. Le balai espagnol est né. Il en vend plus de 60 millions avant de céder ses actions au néerlandais Curver.

■ En 1990, l'Américaine Joy Mangano crée le Magic Mop : un balai à franges qui peut être essoré sans seau, simplement en tournant le manche.



Gare aux systèmes propriétaires ! Tous les accessoires (manche, balai, serpillière et seau) ne sont pas compatibles avec ceux d'autres marques. Vileda propose ainsi plusieurs gammes de produits propriétaires, qui vous obligeront à lui rester fidèle. Impossible, par exemple, de visser une tête Ultramax sur un manche de la marque Elephant. Pour être certain de pouvoir associer les différents éléments, cherchez la mention "universel" sur les emballages. Cette inscription peut par ailleurs être abusive : vos têtes françaises ne pourront pas se visser sur des balais italiens ou anglais... Il n'existe aucune norme européenne pour garantir une compatibilité entre les différentes pièces. Vos équipements "universels" devront être achetés en France pour pouvoir être assemblés.

Fuyez la viscose de bambou ! Certains fabricants, comme La Ménagère, tentent d'exploiter la fibre verte des consommateurs en vantant la nature écologique de leurs serpillières en bambou. Cette graminacée cultivée en Asie nécessite en effet peu d'engrais. Problème : elle est transformée en viscose de bambou, une matière qui subit un traitement chimique dangereux pour l'environnement. « Pour transformer les cellules végétales en viscose, les industriels produisent une pollution soufrée en utilisant du disulfure du carbone », explique Marie-Laure Souweine, fondatrice d'AS International, société de contrôle qualité spécialisée dans le textile. Non seulement ce produit affecte les sols, mais il est aussi très toxique pour les humains, puisqu'il s'en prend au système nerveux. Une vraie plaie. « Si le bambou est utilisé par les industriels, ce n'est pas pour des raisons écologiques, c'est surtout parce qu'il coûte 2 fois moins cher à produire que le coton ! » conclut l'experte en textiles.

Le sibyllin "fibres diverses". Pour fabriquer les franges, serpillières et housses, les industriels récupèrent parfois les chutes de vêtements de l'industrie. Polyester, coton, soie, Nylon... Les différentes matières sont agglomérées sans être identifiées par le fabricant. Or, si la teneur en fibres inconnues égale ou dépasse 5 %, la marque est contrainte de le signaler. Si vous préférez utiliser des accessoires 100 % fibres naturelles ou synthétiques, jetez un œil au dos de l'emballage pour repérer si l'inscription est présente. ■



ELEPHANT Clean & Clear 7,50 € • La tête



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

Cette tête peut se visser sur tous les manches standards. Elle récuré et dégraisse plutôt bien les sols.

Enrichie en ions d'argent (des nanoparticules antibactériennes), elle est censée éliminer les odeurs indésirables après lavage en machine. Un argument de vente discutable, puisqu'un programme à 40 °C neutralise déjà un grand nombre de micro-organismes.



ELEPHANT Micro Power 2



8,25 € • La tête

Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

Ses couleurs chatoyantes lui font une jolie tête. Elle est constituée de 2 textures de microfibres. Les douces franges bleues (qui rappellent les serviettes éponge) sont supposées « nettoyer en profondeur », tandis que les franges orange, moins nombreuses, « gommant les traces ». À l'usage, l'efficacité est au rendez-vous, mais il faut quand même y mettre de la vigueur.



ROZENBAL Frange lave-sols



7,50 € • La tête

Points de vente

Castorama, drogueries.

Notre avis

La bonne vieille tête à franges 50 % en coton ! Elle peut être vissée au bout de n'importe quel balai et doit être utilisée avec un détergent pour être aussi efficace que les produits en microfibre... Pas très écolo, certes, mais le coton est issu des filières du textile recyclable. Attention : les franges ne se lavent pas à plus de 40 °C.



ROZENBAL Frange serpillière microfibre 7,50 € • La tête



Points de vente

Castorama, drogueries.

Notre avis

Très efficace, ce produit hybride permet de nettoyer une surface importante et absorbe plutôt bien les liquides. Et le côté rouge, spécialement étudié pour récurer, gratte plutôt bien les saletés... si l'on y met de l'huile de coude. Autre avantage : ce produit peut se visser sur tous les balais et supporte les lavages à 60 °C.



SPONTEX Balai à franges Full Action



24 € • Le système

Points de vente

Hypermarchés, Amazon.

Notre avis

Ce kit n'est pas du tout intuitif. Pour essorer les franges, il faut placer la tête sur un piston au centre du seau essoreur... Opération délicate, sauf pour adepte du bilboquet ! Côté nettoyage, le produit est plutôt efficace, mais il a un inconvénient notable : son disque à franges, non standard, n'est proposé que par Spontex et Elephant (Smarteo).



VIGOR Franges super nettoyantes



6,30 € • La tête

Points de vente

Castorama, drogueries.

Notre avis

Contrairement aux informations figurant sur l'emballage, ces franges se vissent sur n'importe quel balai espagnol fabriqué en France. Les lanières en polyester dégraisent plutôt bien, mais elles ne sont pas très absorbantes. On aurait aimé que le fabricant, qui annonce une « longue durée d'utilisation », précise le nombre de lavages que ces franges peuvent assurer.



VILEDA SuperMocio Clean Collect



18 € • Le balai + le seau

Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

Ce balai espagnol est le plus efficace de la gamme Vileda. Avec de l'eau très chaude, il réussit à dégraisser et récurer les sols. Il n'est donc pas nécessaire d'utiliser un détergent en complément. Le seau essoreur remplit également bien son office en comprimant les franges à 360°. Un point noir : vous devrez racheter une tête Vileda pour la fixer au manche.



VILEDA 1-2 Spray 23,90 € • Le balai



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

« Plus besoin de seau ! » claironne la marque. Avec ce balai tout en un, Vileda cible les citadins qui n'ont pas de placard pour stocker des récipients encombrants. L'eau ou le détergent se versent donc dans le manche. Il suffit ensuite d'appuyer sur la détente pour propulser le liquide sur le sol et passer le balai. Problème : le réservoir se vide en 40 pressions et doit être réalimenté. Guère pratique pour une grande surface à nettoyer.



VILEDA Ultramax microfibre + coton 25 € • Le balai + le seau



Points de vente

Supermarchés et hypers.

Notre avis

Cher, fragile et compliqué. Ce balai à plat cumule les défauts. Vous devrez utiliser le seau essoreur fourni, et plier la tête en 2 pour la comprimer dans l'espace rectangulaire. Une opération qui oblige à mettre les mains dans l'eau sale et fait parfois sauter les fixations de la housse. Pendant la prise en main, les attaches en plastique se sont fêlées ! Un vrai calvaire.



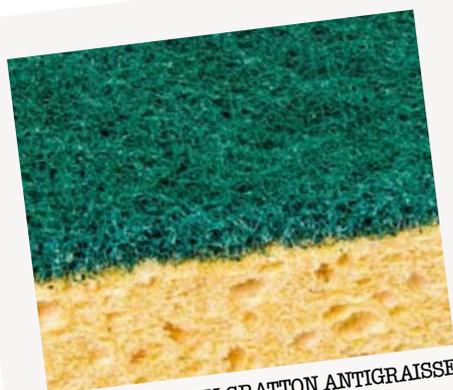
DES ÉPONGES QUI GRATTENT

Synthétiques, végétales, antirayures, écologiques... Le nombre de références au rayon des éponges a explosé ces dernières années. Quelques conseils pour sélectionner celle qui correspond le mieux à vos besoins.

Alliée indispensable de la vaisselle, l'éponge se révèle utile pour nettoyer les surfaces, qu'il s'agisse du plan de travail de la cuisine ou de l'émail de la salle de bains. Ses atouts : une grande capacité d'absorption (jusqu'à 22 fois sa masse sèche) et, pour certaines, une face abrasive capable de venir à bout des taches les plus récalcitrantes. Les Français ont tendance à la préférer naturelle : sur les 8 ou 9 éponges qu'ils consomment chaque année, 75 % sont d'origine végétale, la proportion la plus importante d'Europe. Il en existe cependant d'autres variétés, chacune présentant des avantages.

LES DIFFÉRENTS TYPES D'ÉPONGES

L'éponge végétale est fabriquée à partir de viscosse, issue de la cellulose du bois, et de coton. Des particules de sel sont ajoutées pour former ses petits trous caractéristiques. Très résistante, elle ne se décompose pas à l'usage et peut passer au lave-linge. Elle est biodégradable si elle n'a pas été traitée avec des produits chimiques. Mais cette bio-



UN GRATTON ANTIGRAISSE

Une allégation plutôt "marketing" pour renouveler la gamme des traditionnelles éponges grattantes Spontex.

dégradabilité n'est pas garantie : des additifs polluants peuvent être employés contre les bactéries ou pour améliorer l'aspect des éponges. Vérifiez que la pulpe de bois qui les compose est issue de forêts gérées durablement, disposant du label FSC (pour Forest Stewardship Council, Conseil pour la bonne gestion des forêts) ou PEFC (pour Program for the Endorsement of Forest Certification Schemes, Programme de reconnaissance des certifications forestières).

L'éponge synthétique est fabriquée en mousse de résine dérivée du pétrole. Elle est traitée avec des produits chimiques qui lui confèrent davantage de résistance. Souvent d'un jaune plus soutenu que celui de sa consœur végétale, elle ne présente pas de trous irréguliers. Son principal avantage est qu'elle ne moisit pas. C'est aussi la moins chère du marché. En revanche, elle est moins absorbante que l'éponge végétale et elle n'est pas biodégradable.



Notre produit star

LA FORCE DOUCE

Petite éponge à forme très ergonomique, l'Extra net de Spontex bénéficie d'une prise en main optimale, car elle est très douce, même côté grattoir ! Dotée d'un bon pouvoir récurant grâce à ses picots, elle est aussi facile à rincer : certes, sa couleur s'altère au fil des lavages, mais les particules alimentaires ne restent pas coincées dans le tampon, aux fibres lisses. Enfin, elle est plutôt solide, même quand on s'en sert pour laver des objets tranchants.

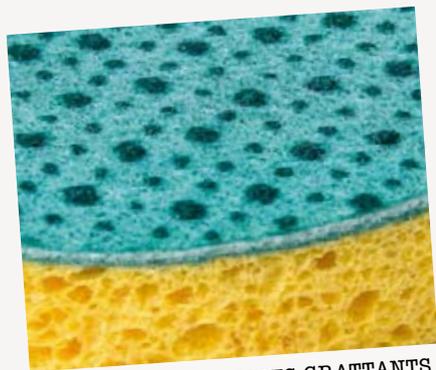
L'éponge naturelle est constituée du squelette d'un animal marin, la démosponge. Très douce, elle est plutôt utilisée pour la toilette, notamment celle des peaux sensibles. Comme elle ne gratte pas et se décompose facilement, elle n'est pas adaptée à l'usage ménager. En outre, elle est assez chère et difficile à trouver dans le commerce.

La fibre de luffa, un fruit originaire d'Asie, sert à la fabrication d'éponges exfoliantes destinées aussi bien à la toilette qu'à l'usage domestique. Totalement écologique, elle ne subit aucun traitement. Elle est cependant moins pratique qu'une éponge classique en raison de sa forme irrégulière et, surtout, de sa faible absorption.

Elle est assez chère, mais vous pouvez la faire pousser (*lire page 83*).

LEUR "DURETÉ"

Synthétique ou naturel, le côté absorbant des éponges convient à toutes les surfaces. Côté grattoir, et pour éviter les rayures, soyez attentif au degré de "dureté". Il dépend des grains minéraux intégrés dans ses fibres : ceux-ci peuvent être non abrasifs, moyennement abrasifs (talc, émeri) ou très abrasifs (oxyde d'alu-



DES PICOTS GRATTANTS

Leur relief a pour fonction de détacher plus facilement la saleté et les restes de nourriture.



DES FIBRES RECYCLÉES NATURELLES

pour cette éponge "écologique" de la marque Mieux vivre (Auchan), qui ne précise ni leur composition ni leur origine.

minium, graphite). Cependant, ces précisions ne figurent quasiment jamais sur l'étiquette.

Un code couleur pour les grattoirs a été adopté par les fabricants : les plus doux sont blancs, puis pastel ; ensuite, par ordre croissant de dureté, on trouve des grattoirs rouges, bleus et verts. Quant au marron et au noir, ils sont réservés aux produits très abrasifs. Ils ne doivent être employés que sur des matériaux insensibles aux rayures (casserolles et grilles métalliques, outils de jardin). Enfin, pour les surfaces sensibles (appareils électroménagers, meubles en bois, vitres et miroirs, plastique souple, robinetterie, baignoires en acrylique), privilégiez les éponges douces ou évitez l'usage du grattoir. Pour les plaques en vitrocéramique, très fragiles, il existe des éponges spéciales (couleur argent). Certaines disposent d'une surface de finition en microfibre pour éliminer les traces de doigts (Vileda). Mais elles sont très chères.

Des éponges aux propriétés spécifiques (à la pierre ponce, antibactériennes, antigraisse, parfumées, avec indicateur d'usure...) cachent parfois des innovations mineures (peu explicitées par les marques). Plus chères que les modèles classiques, elles présentent un rapport qualité-prix souvent décevant (voir fiches page suivante).

LEUR DURÉE DE VIE

Pour optimiser leur durée de vie, et pour des raisons d'hygiène, utilisez une éponge sans surface grattante pour nettoyer les tables et les plans de travail. Limitez l'usage des éponges

avec grattoir aux surfaces difficiles. Cela permet en outre de limiter leur impact écologique, puisque la colle employée pour souder les deux faces, qui doit résister à l'eau, se dégrade très difficilement. De plus, souvent à base de Nylon et de polyester, leur procédé de fabrication consomme beaucoup d'énergie.

Mieux vaut acheter des modèles fabriqués à partir de bouteilles en plastique recyclées (Spon-tex, La Droguerie écologique), en fibres naturelles (Scotch Brite) ou à base de poudre de coques de noix et de noisettes (La Droguerie écologique, Auchan). Mais attention : sur certains modèles étiquetés "écologiques" ne sont précisés ni la composition exacte ni les éventuels traitements. Préférez l'emballage en carton biodégradable ou en amidon de maïs plutôt qu'en plastique.

Pour un usage encore plus durable, les magasins bio vendent des éponges composées d'un rectangle de mousse entouré de tissu en microfibres (Capt'Hygiène), utiles pour nettoyer les surfaces, ainsi que des filets grattants très efficaces pour la vaisselle, même lorsqu'elle est encrassée. Leur coût est en partie compensé par leur durée de vie (ces produits sont lavables en machine).

COMMENT LES ENTREtenir

Les éponges retiennent les bactéries, qui prolifèrent dans ce milieu humide. C'est pourquoi la Commission de la sécurité des consommateurs (CSC) conseille de les désinfecter en cas de doute « avec de l'eau de Javel diluée ou toute autre préparation maison (vinaigre blanc et bicarbonate de soude) capable d'éliminer les germes ».

Pour éviter les contaminations, employez deux éponges distinctes, l'une pour la vaisselle et l'autre pour les surfaces. Après chaque usage, essorez-les bien, puis rincez-les à l'eau chaude et laissez-les sécher sur un égouttoir. Certaines études ont mis en avant le pouvoir désinfectant d'un passage durant 2 minutes à haute température au four à micro-ondes. Cette pratique est cependant dangereuse si l'éponge n'est pas assez gorgée d'eau, car elle risque de s'enflammer. Les produits chimiques qu'elle contient peuvent par ailleurs dégager des vapeurs toxiques. Préférez un passage au lave-vaisselle à haute température (dans le panier à couverts), voire au lave-linge. ■

LA PETITE HISTOIRE...

■ D'origine animale, l'éponge naturelle est récoltée en Méditerranée depuis l'Antiquité : elle est exploitée par les Crétois dès le II^e siècle avant Jésus-Christ. Il faudra attendre les années 1930 pour voir apparaître les éponges végétales.

■ En 1937, la firme allemande Bayer met au point la mousse de polyuréthane : les éponges synthétiques seront commercialisées dès les années 1950. Parallèlement naît le tampon à récurer. D'abord fait de métal, il est composé de fibres synthétiques, plus douces, depuis la fin des années 1950.

■ Les éponges dotées d'une face absorbante et d'une face grattante apparaissent dans les années 1960.



AUCHAN
Éponges grattantes
Mieux vivre environnement
1,10 € • Lot de 2



Points de vente
Hypermarchés
Auchan.

Notre avis Fabriquée en France, cette éponge à petit prix se compose d'une face absorbante issue de forêts gérées durablement et d'un abrasif en « fibres recyclées et naturelles », sans autre précision... Non rayante, elle a un pouvoir grattant moyen. Elle n'est pas très résistante et ne supporte pas l'eau de Javel. Mais elle est lavable en machine (à 40 °C) et son emballage est compostable.



CARREFOUR
Tampons à récurer
0,75 € • Lot de 3



Points de vente
Hypermarchés
Carrefour.

Notre avis Ces tampons abrasifs

tout simples sont très efficaces pour nettoyer les fonds de casserole brûlés et les traces incrustées. Maniables, ils permettent de récurer dans les coins. Toutefois, leur texture s'abîme assez rapidement, contrairement à la promesse de « fibres renforcées garantissant un résultat optimal même après plusieurs utilisations ». Mais leur petit prix en fait un bon choix.



DISHMATIC
La Vaisselle facile 2 €



Points de vente
Supermarchés, hypers,
boutiques spécialisées.

Notre avis Cette éponge munie d'un manche réservoir à liquide vaisselle évite de plonger les mains dans l'eau. C'est le seul avantage de ce gadget qui, s'il est simple à utiliser, n'est pas très efficace pour récurer la vaisselle encrassée et empêche d'atteindre les recoins. L'impossibilité de doser le produit ne permet pas de s'adapter à un plat très gras. Et la forme du manche n'est pas ergonomique.



LA DROGUERIE ÉCOLOGIQUE
Éponges grattantes écologiques
2,40 € • Lot de 2



Points de vente
Magasins bio.

Notre avis Ce lot qui comprend une éponge toutes surfaces (verte) et une pour les surfaces délicates (marron) est le seul dont l'emballage mentionne toute la composition. Le grattoir vert est fabriqué à partir de bouteilles en PET recyclées, le marron en bouteilles et noix broyées. Celui-ci est d'un usage agréable, doux même sur les revêtements antiadhésifs. Mais il s'abîme facilement.



SCOTCH-BRITE
Fibres 100 % recyclées
3,05 € • Lot de 3



Points de vente
Supermarchés
et hypers.

Notre avis « 100 % des fibres de la surface grattante sont des fibres recyclées », clame le fabricant, sans préciser leur composition ou les éventuels traitements subis par le produit, emballé dans du plastique. Le prix est correct pour une éponge efficace. Le tampon, très rêche, est désagréable à l'essorage et ne résiste pas très bien à l'usage.



SCOTCH-BRITE
L'Originale 3,25 € • Lot de 3



Points de vente
Supermarchés
et hypers.

Notre avis Cette classique éponge végétale, utilisable aussi bien pour la vaisselle que pour le nettoyage des surfaces, décolle efficacement les salissures. Son grattoir épais, sans fioritures, est plutôt solide à l'usage. Un bon basique, plutôt ergonomique, lavable en machine à 40 °C et résistant à l'eau de Javel diluée. Un peu cher pour un produit aussi simple.



SPONTEX
Extra net 2,25 € • Lot de 2



Points de vente
Supermarchés
et hypers.

Notre avis Cette éponge fabriquée en France, résistante à l'eau de Javel et lavable en machine (à 40 °C), est présentée comme « très efficace » et facile à rincer. Ses picots grattants en relief détachent aisément la saleté, et les restes de nourriture ne demeurent pas emprisonnés dans son grattoir à la texture dense. En revanche, elle noircit à l'usage, contrairement aux allégations du fabricant, qui promet une « éponge qui reste belle plus longtemps ».



SPONTEX
Éponges Secret d'antan
2,25 € • Lot de 2



Points de vente
Supermarchés
et hypers.

Notre avis Cette éponge toute simple, sans face grattante, est particulièrement adaptée au nettoyage des tables et plans de travail. Sa mention « Secret d'antan » flatte les nostalgiques, tandis que sa couleur brun clair rappelle sa fabrication « avec des fibres de chanvre », même si sa composition précise manque. Elle se révèle plutôt résistante et d'une efficacité comparable à celle des modèles standards.



SPONTEX
Gratte-éponge Stop-Graisse
2,70 € • Lot de 2



Points de vente
Supermarchés
et hypers.

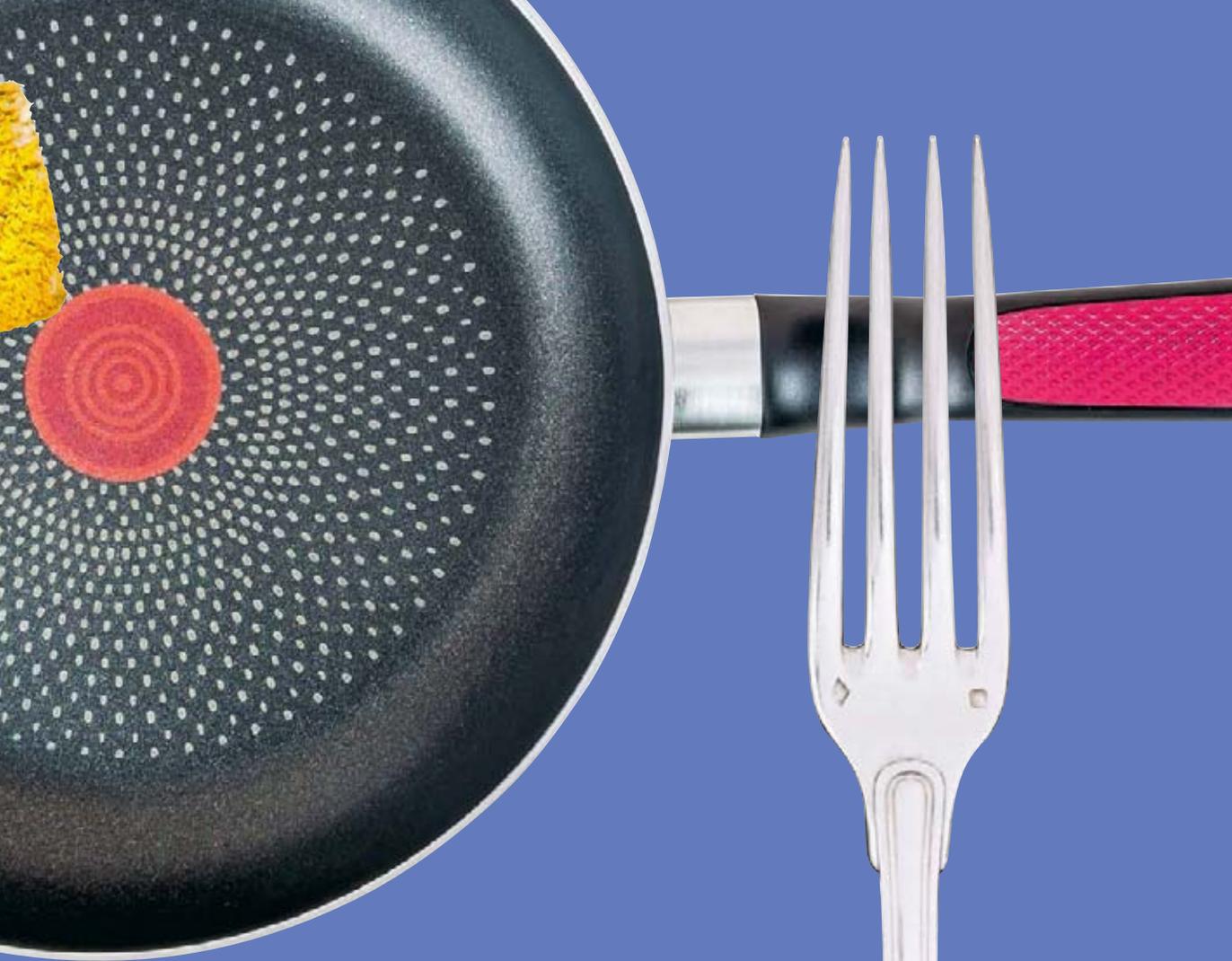
Notre avis Ce modèle promet de rester propre plus longtemps grâce à un « système exclusif Stop-Graisse renforcé ». Les fibres grattantes, censées ne retenir ni graisses ni saletés, ressortent pourtant encrassées après un seul lavage de plat très gras. Pour le reste, cela reste une éponge de qualité correcte, plutôt résistante. Cependant, elle ne vaut pas mieux que la célèbre Gratounett' de la même marque.



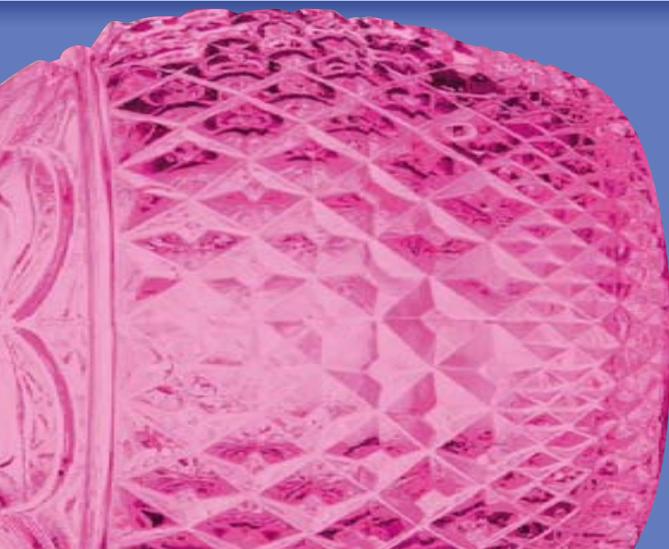


300 RECETTES





BRILLANTES



LA CUISINE

DÉGRAISSER, RÉCURER, FAIRE BRILLER

Éviter les odeurs de poubelle

■ De 1 cuillerée à soupe à ½ verre de bicarbonate.

Déposez du bicarbonate de soude directement au fond de votre poubelle avant de remplacer le sac (dans l'idéal) ou de jeter les ordures par-dessus. Cela évitera le développement des bactéries et la survenue de mauvaises odeurs. Ainsi, les mouches ne tourneront plus autour de la poubelle. Renouvelez cette opération toutes les semaines.

Nettoyer la planche à découper

■ Vinaigre.

■ 2 cuillerées à soupe de bicarbonate.

Même si elle est correctement nettoyée, la planche à découper peut devenir un véritable foyer à microbes ! Pour éviter que cela n'arrive, passez tout d'abord une éponge imprégnée de vinaigre. Préparez ensuite une pâte en mélangeant le bicarbonate de soude avec 1 cuillerée à soupe d'eau tiède. Frottez bien toute la planche à découper, puis rincez-la sous l'eau froide.



DÉGRAISSER LE PLAN DE TRAVAIL ET LA TABLE

- Le jus de 1 ou 2 citrons.
- Ou ¼ de verre de vinaigre dilué dans ½ verre d'eau.

Oubliez l'eau de Javel ! Trempez votre éponge dans le jus de citron ou dans le vinaigre dilué, et frottez. L'acidité dissoudra les graisses.

DÉCRASSER ET RAVIVER UN ÉVIER EN ÉMAIL

Méthode 1

- 1 citron.
 - Vinaigre.
- Lavez votre évier au vinaigre pur. Laissez reposer toute la nuit, rincez à l'eau chaude et terminez avec du jus de citron. Pour lui redonner de l'éclat, frottez-le avec ¼ de citron.

Méthode 2

- Bicarbonate.
- Saupoudrez de bicarbonate une éponge humide, et frottez la surface de l'évier. Rincez.

Détartre les robinets et les éviers en inox

Méthode 1

- Alcool à 90°.
- Imbibez un chiffon ou un papier journal d'alcool à 90°, et passez-le sur les chromes. Il est inutile de rincer.

Méthode 2

- ¼ de citron.
- Utilisez le citron comme une éponge anticalcaire, et servez-vous-en pour frotter les robinets et la surface des éviers. Le geste est parfait pour "passer un coup" au quotidien. Mais attention : cela ne fonctionne pas sur le calcaire ancien et très incrusté.

Méthode 3

- Du vinaigre.
- Imbibez de vinaigre un papier absorbant. Entourez de ce papier mouillé les zones où le calcaire se montre tenace. Laissez reposer de 1 heure à 1 nuit. Renouvelez au besoin l'opération.

REDONNER DE L'ÉCLAT À LA VAISSELLE ET AUX COUVERTS

- 2 verres de vinaigre.
- 1 pomme de terre (en option).

Dans une bassine ou dans l'évier, diluez le vinaigre dans de l'eau chaude. Vous pouvez éplucher une pomme de terre crue et la placer dans cette eau vinaigrée. Déposez vos couverts, verres, vaisselle et plats en verre dans ce bain. Laissez tremper de 10 minutes à plusieurs heures, suivant leur état de calcification. Rincez à l'eau tiède. Essuyez avec un torchon doux et bien sec.

Décrasser et raviver un évier en porcelaine

- Nettoyant multiusage "maison" (voir fiche page 67).

■ Poudre à récurer ou pierre d'argile.
Au "quotidien", utilisez le nettoyant multiusage. Si l'évier est encrassé, rendez-lui son brillant avec de la poudre à récurer ou de la pierre d'argile.



J. CHISCANO/1601, THINKSTOCK



RESSUSCITER LES ÉPONGES

Ne jetez plus vos éponges décrépités ! Désinfectez-les toutes les semaines, vous prolongerez ainsi leur durée de vie.

Méthode 1

- ½ tasse de bicarbonate.
- 3 cuillerées à soupe de vinaigre.

Mélangez bicarbonate et vinaigre dans 1 l d'eau chaude, et mettez les éponges à tremper pendant 1 heure. Si des cristaux se forment au fond, n'hésitez pas à remélanger à mi-parcours pour bien les dissoudre.

Méthode 2

- Jus de citron.

Imbibez généreusement les éponges de jus de citron. Faites-les ensuite tremper dans une casserole d'eau bouillante pendant 2 heures, ou bien placez-les au micro-ondes à puissance maximale pendant 30 secondes.

Méthode 3

- 1 cuillerée à soupe de percarbonate de soude.

Mélangez le percarbonate à 2 verres d'eau chaude dans un récipient. Plongez-y l'éponge, laissez tremper au moins 2 heures, puis rincez à l'eau claire.

Désodoriser l'évier (et ses mains !)

- Marc de café.

Une fois par semaine, récupérez votre marc de café. Versez-le, encore humide, dans l'évier. Puis versez par-dessus 1 bol d'eau bouillante. Il désodorisera les canalisations. Adoptez la même stratégie si vos mains ont pris un parfum d'ail ou de poisson : frottez-les avec du marc de café.

NETTOYER LES CASSEROLES ET LES OBJETS EN CUIVRE

- ¼ de verre de jus de citron.
- ¼ de verre de vinaigre (de vin rouge de préférence).
- 1 poignée de gros sel.
- ¼ de verre de farine (en option).
- 1 ou 2 blancs d'œuf (en option).

Déposez le gros sel dans un bol et aspergez-le avec le jus de citron et le vinaigre. Mélangez. Ajoutez éventuellement la farine et le blanc d'œuf – un vieux secret de cuisinier ! À l'aide d'un chiffon, frottez et polissez les cuivres avec ce mélange. Utilisez une brosse à dents pour les taches résistantes. Rincez abondamment à l'eau chaude, puis faites briller avec un torchon doux et sec.

Déboucher les canalisations de l'évier

N'utilisez surtout pas de déboucheur chimique. Et n'oubliez pas la ventouse (voir page 84) !

Méthode 1

- ½ verre de bicarbonate.
- ½ verre de gros sel.
- De 2 à 3 verres de vinaigre.

Pour l'entretien régulier des canalisations, déposez le bicarbonate sur la bonde de l'évier et versez immédiatement par-dessus le vinaigre. Faites couler l'eau chaude pendant 1 minute.

Pour déboucher, mélangez le bicarbonate et le gros sel à parts égales. Versez le tout sur la canalisation avant d'asperger de vinaigre. Laissez agir au moins 3 heures, puis versez d'un coup de 1 à 3 l d'eau bouillante ou très chaude.

Méthode 2

- 3 cuillerées à soupe de cristaux de soude.
- 1 verre de vinaigre.

Mettez des gants. Faites bouillir 2 l d'eau avec les cristaux de soude. Ajoutez 1 verre de vinaigre. Versez la solution dans la canalisation et laissez agir au moins 1 heure.

Méthode 3

- 2 cuillerées à soupe de percarbonate de soude.

Versez le percarbonate de soude dans la canalisation, puis 1 l d'eau bouillante par-dessus.

NETTOYER LES FILTRES DE LA HOTTE ASPIRANTE ET AUTRES OBJETS GRAS

- Bicarbonate.

Enlevez la mousse des filtres. Saupoudrez-les avec une bonne quantité de bicarbonate, puis mettez-les à tremper dans une eau très chaude pendant 1 heure environ. Frottez-les ensuite avec une brosse et rincez abondamment sous l'eau froide. Les graisses alimentaires se sont désincrustées !

Lutter contre les mauvaises odeurs du réfrigérateur

- 1 cuillerée à soupe de bicarbonate.
- Ou 1 cuillerée à soupe d'argile en poudre.
- Ou un peu de lait.
- Ou ½ citron.
- Ou 1 morceau de charbon de bois.

Dans une coupelle, versez le bicarbonate, l'argile ou le lait, et laissez-la dans la partie haute du frigo ou dans le congélateur. Ou bien déposez ½ citron, pulpe vers le haut, soit dans une coupelle, soit dans la porte du réfrigérateur. Ou encore placez le charbon de bois sur l'étagère du milieu. Renouvelez l'opération tous les 15 jours.

DÉTARTREZ BOUILLOIRE ET CAFETIÈRE ÉLECTRIQUES

Méthode 1

- Vinaigre.
- 2 cuillerées à café de bicarbonate.

Remplissez au tiers le réservoir de vinaigre, ajoutez le bicarbonate. Complétez par de l'eau. En cas de calcaire tenace, utilisez du vinaigre pur, mais attention, c'est très corrosif. Laissez reposer pendant 1 heure, puis mettez la bouilloire ou la cafetière en marche. Quand l'eau bout, laissez à nouveau reposer 30 minutes, et jetez-la. Refaites bouillir 2 ou 3 fois d'affilée avec de l'eau claire, puis rincez. Pour une cafetière à dosette, faites fonctionner votre appareil sans dosette jusqu'à épuisement du mélange, puis faites fonctionner 2 fois la cafetière à vide.

Méthode 2

- 1 verre de jus de citron par litre d'eau.
- Ou 2 cuillerées à soupe d'acide citrique par litre de contenance.

Remplissez le réservoir de la bouilloire ou de la cafetière avec de l'eau mélangée au jus de citron ou à l'acide citrique (protégez vos mains et vos yeux). Puis suivez la recette précédente.

Méthode 3

- 1 coquille d'huître.
- Pour prévenir le tartre : cassez une coquille d'huître et nettoyez-la minutieusement. Puis placez-la au fond de la bouilloire. Le calcaire viendra se fixer sur la nacre.

Je fabrique mon liquide vaisselle

Ces recettes simples, qui remplaceront avantageusement les liquides fluo du commerce, ne conviendront toutefois pas pour des plats archigras.



RECETTE 1

Dans une bouteille vide de ½ l, mélangez :

- ¼ de verre de savon noir liquide ;
- 2 cuillerées à soupe de bicarbonate et 1 cuillerée à soupe de cristaux de soude ;
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre blanc ;
- 20 gouttes d'huile essentielle de citron (en option) ;
- 1 cuillerée à café d'argile ou de Maïzena.

Remplissez d'eau tiède. Secouez énergiquement avant chaque utilisation. Le mélange est trop liquide ? Utilisez l'eau de cuisson du riz ou des pommes de terre.

RECETTE 2

Pour 1 l de liquide vaisselle, mélangez :

- ¼ de verre (20 g) de savon en copeaux ;
- ½ l d'eau bouillante. Attendez la dissolution complète, puis incorporez, dans l'ordre :
- 1 cuillerée à café de bicarbonate ;
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre blanc ;
- 2 cuillerées à soupe de cristaux de soude .

Complétez avec de l'eau. Ajoutez 8 gouttes d'huile essentielle de citron (en option). Agitez avant chaque utilisation.

ENLEVER UNE TRACE DE ROUGE À LÈVRES SUR UN VERRE

■ Sel.

Si vous frottez avec n'importe quoi, vous allez étaler le rouge à lèvres sur toute la surface du verre. Au lieu de cela, déposez un peu de sel sur une éponge ou sur un chiffon humide, frottez la surface du verre et rincez.

DÉTARTRER MARMITES, CASSEROLES, POÊLES ET AUTOUISEURS

■ Plusieurs pommes de terre.

■ Ou ½ verre de vinaigre.

Déposez des pelures de pomme de terre dans le récipient à détartre. Recouvrez d'eau, faites bouillir, puis rincez. Les traces de calcaire auront disparu. Vous pouvez aussi remplacer les pelures de pomme de terre par du vinaigre.



Zoom

LE CITRON, NATUREL ET BON MARCHÉ

■ Fort en acide citrique, le citron détartre et désinfecte. Ses polyphénols donnent une odeur fraîche et acidulée. C'est un "auxiliaire" naturel et bon marché. Vous pouvez vous servir de citrons jaunes classiques, mais mieux vaut choisir des fruits issus de l'agriculture biologique ou raisonnée.

■ Vous pouvez l'utiliser de différentes manières :

- par demi-citron (ou même par quart de citron). Il suit les courbes des éviers, joints, robinets, hublots, etc. Pensez à rincer les surfaces traitées pour enlever la pulpe. Il désodorise également le réfrigérateur et fait fuir les fourmis ;
- en jus. Il blanchit et détache le linge, rénove les bijoux oxydés, désinfecte l'électroménager ;
- en duo. Trempez un demi-citron dans du sel fin, et servez-vous-en pour éliminer les traces de thé et de calcaire. Pour récupérer, mélangez son jus à du bicarbonate, à parts égales.

Faire patienter la vaisselle sale dans le lave-vaisselle

Les assiettes sales commencent à s'accumuler dans le lave-vaisselle, mais il n'est pas assez rempli pour le faire tourner. Si, en plus, il fait chaud, l'odeur peut vite devenir désagréable, voire cela vire au moisi. Voici comment rafraîchir votre "armoie à vaisselle sale".

Méthode 1

■ ¼ de verre de vinaigre.

Versez le vinaigre sur la porte (maintenue oblique), ou bien vaporisez-en à l'intérieur, et refermez. Le lave-vaisselle sentira meilleur.

Méthode 2

■ 1 citron.

Prélevez le zeste d'un citron et éparpillez-en les morceaux dans les bacs. Avant de faire tourner le lave-vaisselle, pensez à les enlever.

Méthode 3

■ 2 pincées de bicarbonate.

Saupoudrez le bicarbonate sur les plats et sur les assiettes.

DÉGRAISSER LA CUISINIÈRE À GAZ

Méthode 1

■ De 3 à 5 verres de vinaigre.

■ Quelques pincées de bicarbonate.

■ 1 pierre d'argile (en option).

Sur la cuisinière en émail ou métal, passez régulièrement une éponge imbibée de vinaigre et de bicarbonate, puis rincez et essuyez.

Pour nettoyer les brûleurs et les boutons d'allumage, chauffez le vinaigre pur dans une grande casserole (ou dans une petite, avant de transvaser le vinaigre dans une baignoire). Évitez d'en respirer les vapeurs. Plongez-y les brûleurs durant de 1 heure à 1 nuit. Au besoin, frottez-les à l'aide d'une éponge, voire à la pierre d'argile, puis rincez.

Méthode 2

■ 3 cuillerées à soupe de bicarbonate.

Fabriquez une pâte épaisse en ajoutant 1 cuillerée à soupe d'eau au bicarbonate. Appliquez-la à l'aide d'une éponge et frottez les dépôts sur les brûleurs. Rincez, et essuyez avec un chiffon doux.

ÉLIMINER LES TRACES DE THÉ, DE CAFÉ OU D'ÉPICES DANS LA VAISSELLE

Méthode 1

- ¼ quart de citron.
- Ou ½ verre de vinaigre.
- 3 pincées de sel fin.

Trempez le morceau de citron dans le sel (ou mélangez le vinaigre et le sel).

Pour faire disparaître les traces dans des tasses, frottez le fond ; dans des récipients difficilement accessibles (théière, bouteille en verre...), bouchez-les et secouez vigoureusement sans attendre que le sel soit dissous. Ajoutez ensuite de l'eau bien chaude jusqu'en haut et laissez agir toute une nuit (en cachant le récipient, pour éviter de confondre le breuvage !). Le lendemain, rincez à l'eau froide et retournez pour faire sécher.

Méthode 2

- Bicarbonate.

Pour ôter des traces sur la porcelaine : saupoudrez un chiffon humide de bicarbonate. Frottez la tache de café, de thé ou de tabac.

Méthode 3

- De 1 à 2 cuillerées à soupe d'acide citrique par litre d'eau.
- Ou 1 pincée d'acide citrique par tasse.

Déposez l'acide citrique au fond du récipient. Recouvrez d'eau bouillante et laissez agir 30 minutes. Rincez ensuite soigneusement. Magique ! Cette opération fonctionne aussi sur les dépôts au fond des vases.

Méthode 4

- De 2 à 4 cuillerées à soupe de cristaux de soude par litre d'eau.
- Ou 1 pincée de cristaux de soude par tasse.

Préparez une solution de cristaux de soude, à raison de 20 à 40 g par litre d'eau chaude. Remplissez le récipient avec cette solution, agitez. Laissez agir quelques heures. Rincez bien. Faites sécher le récipient à l'envers.

Attention

➔ Pour enlever les tanins du thé sur la vaisselle, les cristaux de soude finissent par agir un peu, mais il faut s'armer de patience, alors que les autres recettes fonctionnent du tonnerre ! Donc, n'utilisez les cristaux de soude que si vraiment vous n'avez rien d'autre à votre disposition...



Je fais ma poudre pour lave-vaisselle

Les produits pour lave-vaisselle sont assez chers. Pourquoi ne pas les réaliser vous-même ? Mais attention : en présence de résidus alimentaires incrustés, leur efficacité sera moindre.

■ RECETTE

Dans un récipient de type Tupperware, mélangez :

- 2 cuillerées à soupe de copeaux de savon (1 petite cuillerée à café s'il s'agit de copeaux concentrés) ;
- 2 cuillerées à soupe de cristaux de soude ;
- 1 cuillerée à soupe de percarbonate de soude ;
- 2 cuillerées à soupe d'acide citrique.

Versez 1 cuillerée à soupe de ce mélange dans le compartiment du lave-vaisselle.

Attention : veillez à bien fermer le couvercle hermétique du récipient après usage, sinon la poudre deviendra dure comme du roc.

■ NOS CONSEILS

- Vos verres et couverts se ternissent ? Versez ½ verre de vinaigre blanc à la place du liquide de rinçage. Ou versez dans la cuve 1 verre de vinaigre ou le jus de ½ citron.
- Si la vaisselle est très sale, saupoudrez 1 cuillerée à soupe de bicarbonate avant de démarrer le cycle.
- Pensez à nettoyer votre filtre 1 fois par an.



Dégraisser à chaud les plaques du four ou de la cuisinière électrique

Les bombes décapantes sont parmi les produits de ménage les plus dangereux. Passez-vous-en !

Méthode 1

- ¼ de verre de gros sel.
- ¼ de verre de vinaigre.

Pour nettoyer les plaques du four ou de la cuisinière électrique, agissez quand elles sont encore tièdes. Mélangez du gros sel et du vinaigre, et frottez avec cette préparation. Laissez reposer 15 minutes, rincez et essuyez.

Méthode 2

- Savon noir.

Après chaque utilisation, déposez du savon noir pur sur votre éponge humide et frottez. Si les plaques sont encrassées, laissez agir de 15 minutes à 1 nuit. Rincez abondamment à l'eau chaude.

Méthode 3

- Bicarbonate.

Pour un nettoyage quotidien : passez une éponge humide saupoudrée de bicarbonate.

Pour traiter des résidus de graisses brûlées : confectionnez une pâte avec 1 mesure d'eau tiède pour 3 mesures de bicarbonate (selon la taille de votre four). Étalez la pâte dans le four et laissez agir toute la nuit. Le lendemain, rincez à l'eau chaude avec une éponge.

Méthode 4

- Bicarbonate.
- 1 cuillerée à soupe de percarbonate de soude.
- Vinaigre.
- 1 ou 2 vaporisateurs.

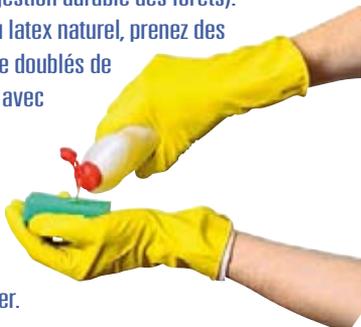
Saupoudrez généreusement du bicarbonate sur les taches de graisses cuites. Diluez le percarbonate dans 1 verre et demi d'eau chaude, et vaporisez l'intérieur du four. Diluez du vinaigre (1 mesure de vinaigre pour 2 mesures d'eau), puis vaporisez-le. Laissez agir de 1 à 2 heures, puis frottez vigoureusement avec une brosse végétale, voire, pour les taches tenaces, une spatule en plastique.

Zoom

LES GANTS, POUR PROTÉGER SES MAINS DES DÉTERGENTS AGRESSIFS

■ Porter des gants pour faire le ménage n'est pas toujours ancré dans les habitudes. Pourtant, la peau des mains peut gravement souffrir du contact constant avec les détergents alcalins ou acides (y compris le vinaigre).

■ Oubliez les gants jetables, ainsi que les gants en nitrile, qui peuvent provoquer des dermatites. Privilégiez les gants en latex épais provenant de plantations d'hévéas et portant le logo FSC (certifiant la gestion durable des forêts). Si vous êtes allergique au latex naturel, prenez des gants en latex synthétique doublés de coton. Évitez de travailler avec des gants dont l'intérieur a pris l'eau. Vous pouvez saupoudrer un peu de bicarbonate à l'intérieur pour qu'ils soient plus faciles à enfiler.



ÉVACUER DU FOUR LES ODEURS DE POISSON

Après avoir cuisiné un plat de poisson dans un four classique ou un four à micro-ondes, les odeurs se révèlent souvent persistantes. Il existe deux méthodes simples, à base de citron ou de vinaigre, pour les faire disparaître.

Méthode 1

- 1 citron.

Pour un four classique : avec un couteau économe, prélevez le zeste d'un citron en grandes "pelures", et jetez-les dans le four encore chaud. L'odeur fraîche et saine se répand et annule l'odeur de poisson.

Méthode 2

- ½ citron.
- Ou ¼ de verre de vinaigre.

Pour un four à micro-ondes : pressez ½ citron (ou versez le vinaigre) dans 1 bol d'eau, et faites chauffer au micro-ondes pendant 2 minutes. Attendez que l'eau soit tiède et que les odeurs aient disparu.

RÉCURER UNE CASSEROLE OU UN PLAT BRÛLÉS

Attention : à ne pas utiliser sur de l'aluminium.

Méthode 1

- ½ verre de vinaigre.
- 2 cuillerées à soupe de bicarbonate.

Versez 1 verre d'eau dans la casserole et ajoutez vinaigre et bicarbonate. Mélangez. Mettez la casserole à chauffer et laissez bouillir 10 minutes. Le brûlé peut dès lors se décoller facilement. Lavez le récipient au liquide vaisselle et rincez.

Méthode 2

- 4 cuillerées à soupe de blanc de Meudon.
- 1 cuillerée à soupe de savon noir.

Mélangez le savon noir et le blanc de Meudon. Frottez vigoureusement. Rincez.

Méthode 3

- Cristaux de soude

Déposez une couche de cristaux de soude au fond de la casserole. Couvrez-la d'eau bouillante. Fermez par un couvercle et laissez agir 1 demi-journée. Lavez et rincez.

Méthode 4

- 2 cuillerées à soupe d'acide citrique.

Diluez l'acide citrique dans 1 tasse d'eau. Versez au fond du récipient brûlé. Chauffez-le pendant quelques minutes, puis rincez bien.

Méthode 5

- Cendre tamisée.
- Ou argile.
- Ou terre.

Trempez votre éponge ou votre abrasif vert dans la cendre, l'argile ou la terre, et frottez avec.

Désinfecter le réfrigérateur

Méthode 1

- 1 ou 2 citrons.

Pressez le ou les citrons, et imbibe de jus un tissu propre. Passez-le à l'intérieur du frigo pour éradiquer les risques de moisissures.

Méthode 2

- ¼ de verre de bicarbonate.

Diluez le bicarbonate dans 2 verres et demi d'eau chaude (10 volumes d'eau pour 1 volume de bicarbonate). Trempez-y une éponge, et lavez le frigo. Rincez légèrement et essuyez. Vous arrêterez ainsi la prolifération des bactéries.

Zoom

LA BROSSE À VAISSELLE

■ Pour certains habitués de la plonge, elle est devenue un accessoire incontournable. Comme sa durée de vie est assez longue, autant la choisir jolie et éviter les modèles premiers prix en plastoc moche. Les fabricants s'en donnent d'ailleurs à cœur joie : brosses multicolores, à ventouse pour fixer à l'évier, à réservoir de liquide vaisselle, en forme de personnages... très souvent à des prix très "design", également.

■ Les brosses en bois ont de nouveau les faveurs des consommateurs. Les modèles les plus répandus sont fabriqués avec du hêtre non traité, donc sensible à l'humidité. Pour la protéger, pensez à frotter votre brosse avec un chiffon imbibé d'un filet d'huile de lin (si vous n'en avez pas sous la main, une huile végétale alimentaire peut faire l'affaire).

■ Certaines brosses possèdent une tête amovible, qui peut donc être changée. Une bonne idée, sous réserve que le mécanisme soit solide.



DÉGRAISSER LE DESSUS DE HOTTE, LA PORTE DU FOUR ET LE PLAN DE CUISSON

Méthode 1

- 1 cuillerée à café de cristaux de soude.
- 4 cuillerées à soupe de savon noir.

Mélangez les cristaux de soude avec 2 cuillerées à café d'eau froide ou tiède. Ajoutez 2 cuillerées à soupe de savon noir, mélangez. Ajoutez à ce mélange 2 autres cuillerées à soupe de savon noir. Appliquez cette crème à l'aide d'une éponge, laissez agir de 10 à 15 minutes. Frottez énergiquement, rincez à l'eau tiède, puis essuyez avec un chiffon en microfibres.

Méthode 2

■ 1 cuillerée à soupe de percarbonate de soude. Faites dissoudre le percarbonate dans 2 verres d'eau bien chaude. Remuez doucement et laissez tiédir. Appliquez en spray, ou directement sur un chiffon, en frottant les surfaces à traiter. Le percarbonate a un fort pouvoir dégraissant, mais attention : il n'est actif que pendant 4 heures !

Décrasser le micro-ondes

Méthode 1

■ Bicarbonate.

Saupoudrez une éponge de bicarbonate. Passez-la à l'intérieur du four en frottant. Rincez et essuyez avec un chiffon doux. N'hésitez pas à passer ce petit coup d'éponge après chaque utilisation.

Méthode 2

■ 1 ou 2 citrons (fruits ou jus).

■ Ou ½ bol de vinaigre.

Dans 1 bol, versez du jus de citron ou du vinaigre, et complétez par de l'eau. Chauffez au micro-ondes durant de 30 secondes à 1 minute, à forte puissance. La vapeur commence à décoller la saleté. Sortez le bol. Il ne vous reste plus qu'à passer un coup d'éponge sur les parois intérieures.

Nettoyer le réfrigérateur

Une fois par mois, videz entièrement le réfrigérateur, dégivrez-le et procédez à son nettoyage. N'utilisez surtout pas d'eau de Javel, qui libérerait des composés chlorés, toxiques et persistants.

Méthode 1

■ 3 cuillerées à soupe de bicarbonate.

■ 2 cuillerées à soupe d'alcool à 90°.

Mélangez le bicarbonate à l'alcool ; vous obtenez une pâte. Déposez-la sur une éponge non abrasive et appliquez-la sur les parois et sur les étagères du réfrigérateur. Rincez immédiatement à l'eau claire pour éliminer l'excédent de produit.

Méthode 1

■ 1 cuillerée à soupe de cristaux de soude.

■ Vinaigre.

Diluez les cristaux de soude dans 1 l d'eau chaude. Plongez l'éponge dans la solution, et nettoyez les surfaces et les parois du réfrigérateur. Puis imprégnez votre éponge de vinaigre et repassez-la.

Méthode 3

■ Vinaigre.

■ 1 cuillerée à soupe de percarbonate.

Vaporisez du vinaigre, puis une solution de percarbonate (1 cuillerée à soupe dans 2 verres d'eau chaude). Rincez, et séchez l'intérieur du réfrigérateur avec un carré éponge ou un chiffon propre.

NETTOYER LES PLASTIQUES, LES APPAREILS ÉLECTROMÉNAGERS ET LA PLAQUE DE CUISSON EN VITROCÉRAMIQUE

Méthode 1

■ Vinaigre.

Au quotidien : passez un chiffon imbibé de vinaigre sur vos appareils ménagers, sur les surfaces en plastique (comme dans la poubelle) ou sur votre plaque de cuisson en vitrocéramique.

Si les appareils ou les surfaces sont très sales, diluez ¼ de litre de vinaigre avec ¼ de litre d'eau, et faites bouillir. Vous les désinfecterez et les rendrez propres et étincelants.

Méthode 2

■ 1 cuillerée à soupe de savon noir.

■ 1 cuillerée à soupe de blanc de Meudon.

En profondeur : mélangez le savon noir au blanc de Meudon et déposez cette pâte sur une éponge non abrasive. Appliquez sur la surface à nettoyer. Rincez à l'eau claire pour éliminer l'excédent de blanc de Meudon.

ÉLIMINER LES TACHES INCRUSTÉES DANS LE RÉFRIGÉRATEUR ET LE CONGÉLATEUR

■ ¼ de tasse de bicarbonate.

■ 1 cuillerée à soupe de savon noir.

■ 1 cuillerée à soupe de vinaigre.

Pour les plastiques : dans 1 petit bol, façonnez une pâte avec le bicarbonate et le savon noir. Prélevez le mélange avec une éponge et frottez le plastique jusqu'à ce que les taches disparaissent.

Pour les rainures des portes ou les taches difficilement accessibles : appliquez cette pâte sur une vieille brosse à dents, et frottez avec. Diluez le vinaigre dans 1 bol d'eau tiède. Rincez avec cette seconde solution.

Attention

➔ La recette du détachant pour les plastiques fonctionne très bien sur la saleté incrustée (notamment dans les micro-rayures) et sur les traces de moisissures. En revanche, il faut vraiment trimer face aux anciennes taches de couleur liées à des aliments. Vous arriverez à les réduire, mais, pour les faire disparaître, mieux vaut agir tout de suite.

Nettoyer les surfaces chromées et en inox

Méthode 1

- 1 cuillerée à soupe de bicarbonate.
- Alcool à 90°.

Créez une pâte avec le bicarbonate et un peu d'eau. Appliquez sur le support avec une éponge (et non avec un tampon à récurer, qui risque de le rayer). Laissez agir brièvement, frottez, rincez à l'eau chaude. Puis imbibez un chiffon d'alcool et frottez à nouveau. Inutile de rincer. Polissez avec un chiffon doux. Les chromes seront étincelants et sans traces ! Si les surfaces comportent peu de taches, passez directement à l'étape de l'alcool.

Méthode 2

- De 2 à 5 cuillerées à soupe d'acide citrique ou de vinaigre.
- Alcool à 90°.

Diluez l'acide citrique ou le vinaigre dans 1 l d'eau chaude. Frottez les surfaces avec cette solution. Rincez soigneusement. Puis suivez la recette précédente.

Attention

➔ Le blanc de Meudon sur les surfaces en inox ne nous a pas convaincus : ni vraiment efficace pour enlever les traces tenaces (à l'inverse du bicarbonate), ni vraiment reluisant au final (avec les coulées blanches...).

NETTOYER LES BOÎTES ALIMENTAIRES EN MATIÈRE PLASTIQUE

Méthode 1

- 4 cuillerées à soupe de bicarbonate.

Dans un récipient large, diluez le bicarbonate dans 1 l d'eau. Mettez-y les boîtes en plastique à tremper. Cela éliminera les taches et les odeurs issues des résidus d'aliments.

Méthode 2

- ¼ de verre de bicarbonate.
- ¼ de verre de vinaigre.

Mélangez le bicarbonate et le vinaigre. Versez ce mélange dans le récipient alimentaire en plastique et frottez doucement avec une éponge abrasive. Sans rincer, ajoutez un peu d'eau, et laissez agir pendant 1 nuit. Rincez le lendemain. ■

Je fabrique mes nettoyeurs

C arrelage, carreaux, plan de travail... Pour tout nettoyer, choisissez la recette qui vous va le mieux.



RECETTE 1

Pour des carrelages non poreux, versez, dans un bidon de 1 l :

- 70 cl de savon noir liquide ;
- 2 cuillerées à soupe de bicarbonate ;
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre blanc.

Secouez le bidon doucement. Utilisez à raison de 1 bouchon pour 5 l d'eau.

RECETTE 2

Pour des tomettes, reprenez la recette ci-dessus, en remplaçant le vinaigre blanc par 1 verre d'huile de lin.

RECETTE 3

Dans un bidon, mélangez dans 2 l d'eau chaude, jusqu'à dissolution :

- ½ verre de bicarbonate de soude ;
- ¼ de verre de vinaigre.

Très efficace là où l'eau stagne (autour de l'évier).



LE SALON

RÉNOVER, ENCAUSTIQUER, RAVIVER

NETTOYER ET DÉCAPER LE BOIS

Méthode 1

■ Lait chaud.

■ Encaustique (voir page 73).

Astiquez le bois avec un chiffon trempé dans du lait bien chaud. Passez ensuite à l'encaustique.

Méthode 2

■ Bicarbonate.

Saupoudrez le bicarbonate sur le bois et frottez doucement la surface avec un chiffon ou une éponge humide. Par abrasion douce, le bicarbonate permet de nettoyer les fibres du bois. Idéal pour restaurer de vieux meubles.

Enlever une tache grasse sur le canapé

Sur un canapé en tissu, sur un sol en pierre ou un meuble en bois.

■ Terre de Sommières ou terre de diatomée.

Avec un papier absorbant, éliminez l'excédent de gras ou de liquide. Puis saupoudrez généreusement la tache de terre de Sommières. Laissez agir de 30 minutes à 1 nuit. Une fois la poudre sèche, frottez et utilisez l'aspirateur pour l'éliminer.



ENLEVER L'ODEUR DE TABAC FROID D'UN CENDRIER

■ Bicarbonate.

En action préventive : avant de recevoir des amis fumeurs ou avant une soirée, versez une couche de 1 cm de bicarbonate dans le fond du cendrier. Il absorbera l'odeur de tabac froid. Vous pourrez ensuite jeter le tout dans la poubelle, et rien ne collera au fond du cendrier.

En action "curative" : videz le cendrier, passez-le sous l'eau chaude, et saupoudrez un peu de bicarbonate à l'intérieur. Frottez avec une éponge, puis rincez à l'eau froide. L'odeur aura disparu.

Redonner de l'éclat aux cuirs vernis

■ 1 oignon.

Frottez le cuir avec 1 oignon coupé en 2. Laissez sécher, et lustrez au chiffon doux.



J. CHISCANO/«60» ; THINKSTOCK ; FOTOLIA



Je fabrique mon pot-pourri

A ssainissez l'air, et laissez une douce odeur envahir vos pièces.

Mais dites adieu aux désodorisants de synthèse et à leur arsenal de produits dangereux pour la santé, comme les formaldéhydes... Premier conseil : aérez ! N'hésitez pas à renouveler l'air intérieur. Mieux vaut un courant d'air 2 fois par jour pendant 15 minutes qu'un mince filet d'air toute la journée.

■ RECETTE 1

Remplissez un bol ou un petit saladier de fragments de plantes odorantes : pétales de rose, fleurs de lavande, feuilles de menthe, écorces d'agrumes, copeaux de cèdre, romarin, thym citronné...

■ RECETTE 2

Concoctez vos propres huiles parfumées. Remplissez un bocal hermétique de plantes odorantes : écorces d'agrumes, feuilles d'eucalyptus, romarin, thym et (ou) menthe poivrée. Recouvrez-les d'huile à ras bord. Laissez macérer au moins 3 semaines. Filtrez votre mélange avec une passoire fine. Utilisez cette huile parfumée en déposant quelques gouttes sur un tissu, un objet en terre cuite brute, un galet poreux ou encore dans 1 bol d'eau bouillante.



Diffuser une bonne odeur

Méthode 1

- Oranges (ou mandarines).
- Clous de girofle (en option).

Les oranges et les mandarines diffusent de bonnes odeurs, susceptibles de diminuer le stress. Mais attention : les terpènes qu'elles émettent peuvent créer des allergies. Pour parfumer la pièce, laissez sécher des peaux d'agrumes près d'un radiateur. Ou piquez une orange de clous de girofle. Vous pouvez ensuite l'enrubanner et l'accrocher dans la pièce. Prenez garde à la changer régulièrement.

Méthode 2

- Huile essentielle de citron ou de lavande.
- 1 galet.

Déposez 1 goutte d'huile essentielle sur un galet, et posez-le dans la pièce. À renouveler tous les 6 jours.

ENLEVER LES TRACES DE DOIGTS

- ½ pomme de terre.

Faites disparaître les traces de doigts sur les interrupteurs (après avoir coupé le courant !), les poignées ou les encadrements de porte ou de fenêtre, en les frottant avec 1 pomme de terre coupée en 2. Essuyez avec un chiffon sec.

Zoom

LA GOMME MAGIQUE : EFFICACE, MAIS ÉPHÉMÈRE

■ Commercialisée pour la première fois en 2003 aux États-Unis par Mr Propre, la gomme (parfois appelée éponge) magique a l'aspect d'un petit bloc de mousse blanche compact et dur.

Mais, lorsqu'on la mouille, elle devient molle. Elle sert à alors à enlever des traces tenaces (feutre sur les murs, marques noires de talons sur le sol, taches sur un évier en résine ou sur du mobilier de jardin en plastique...).

■ L'éponge magique n'a rien de naturel : elle est fabriquée avec de la mousse de mélamine (également utilisée comme isolant acoustique). Sa longévité est courte et elle se désagrège facilement.

■ Attention : du fait de son abrasivité, elle ne doit pas être utilisée sur des surfaces traitées (laquées, satinées...) comme les façades d'éléments de cuisine, la carrosserie d'une voiture ou encore les casseroles en cuivre.



PURIFIER L'AIR AMBIANT

Méthode 1

- 2 cuillerées à café de bicarbonate.

Disposez des coupelles emplies de bicarbonate dans chaque pièce.

Méthode 2

- Vinaigre.
- 1 éponge d'écolier ou de ménage.

Coupez 1 éponge en 2 (ou utilisez 1 éponge d'écolier), et imbitez-la de vinaigre. Disposez dans chaque pièce 1 ou 2 soucoupes avec ces éponges.

Méthode 3

- 2 cuillerées à café de bicarbonate.
- 10 gouttes d'huile essentielle de citron.
- 1 vaporisateur (de 50 cl), de préférence en verre.

Faites dissoudre le bicarbonate dans 50 cl d'eau chaude, puis ajoutez l'huile essentielle. Versez le mélange dans l'atomiseur, et vaporisez.

Nettoyer un écran d'ordinateur ou de télé

- Vinaigre.

Proscrivez les produits à vitres, qui attaquent les écrans, et les produits spécifiques, trop chers. Diluez du vinaigre (1 mesure pour 2 mesures d'eau). Imbitez-en un tissu de coton (non pelucheux) et essorez-le parfaitement, pour éviter qu'il ne dégouline. Passez-le sur l'écran en décrivant de petits cercles. Essuyez bien.

NETTOYER ET DÉSINFECTER UN CLAVIER D'ORDINATEUR

- Vinaigre.
- Petit pinceau.
- Coton-Tige.

Éteignez et débranchez l'ordinateur. Retournez le clavier, secouez-le délicatement. Enlevez miettes et poussières avec un pinceau à peine humide. Puis passez un Coton-Tige humide légèrement humecté de vinaigre. Frottez ensuite doucement à l'aide d'un chiffon non pelucheux, humide et légèrement humecté de vinaigre. Attendez que le clavier soit bien sec avant de rallumer l'ordinateur. Utilisez la même méthode pour la souris.

NETTOYER UN CANAPÉ, DES FAUTEUILS OU DES POUFS EN TISSU

- Bicarbonate.
- Brosse.
- Aspirateur.

Saupoudrez toute la surface de bicarbonate et laissez reposer 2 heures au minimum. Puis, à l'aide d'une brosse, frottez doucement, en insistant sur les endroits les plus sales. Pour finir, passez l'aspirateur. La saleté s'est décollée.

RÉNOVER DES MEUBLES EN CUIR

Pour les fauteuils, les canapés, mais également pour les sacs...

Méthode 1

- 1 jaune d'œuf.
- 1 verre de vinaigre, blanc ou de vin, en fonction du cuir.

Battez 1 jaune d'œuf dans le vinaigre. Choisissez du vinaigre blanc pour un cuir clair, et du vinaigre de vin pour un cuir foncé. Appliquez au pinceau, laissez agir de 30 minutes à 1 nuit. Puis passez un chiffon doux.

Méthode 2

- Huile pied de bœuf.

Appliquez l'huile au pinceau ou au chiffon. Laissez poser, pour que le produit pénètre.

Redonner de l'éclat aux verres en cristal

■ 3 cuillerées à soupe de bicarbonate.
Diluez le bicarbonate dans ½ verre d'eau. Nettoyez doucement les verres en cristal, rincez-les bien. Essuyez-les avec un chiffon ou un torchon très doux.

DÉPOUSSIÉRER DES PHOTOS

■ Alcool à 90°.
Appliquez de l'alcool sur un chiffon doux, et frottez doucement par rotations. Ne laissez pas le produit pénétrer : essayez immédiatement avec un chiffon sec.

Je fabrique mon vapo à odeurs

Lancez-vous dans une décoction de plantes, à laisser diffuser naturellement dans la maison ou à conserver au frais, pour en vaporiser ultérieurement le parfum (léger) où vous le souhaitez.



■ RECETTE 1

Déposez une poignée d'écorces d'agrumes, de feuilles d'eucalyptus, de romarin, de thym ou de menthe poivrée dans une casserole d'eau et portez à ébullition. Vous pouvez alors :

- soit laisser bouillir pendant 15 minutes. Par la vapeur, la fumigation odorante va se propager dans la maison ;
- soit filtrer la décoction, puis en remplir un vaporisateur et la diffuser où vous le souhaitez. Conservez-la au réfrigérateur.

■ RECETTE 2

Préparez une macération avec :

- des plantes odorantes (*voir ci-dessus*) ;
- un alcool fort (de fruit, vodka, gin...).

Remplissez avec les plantes un bocal hermétique et recouvrez-les à ras bord de l'alcool choisi. Laissez macérer au moins 3 semaines. Filtrez votre mélange avec une passoire fine et remplissez-en un vaporisateur. Facultatif : ajoutez des huiles essentielles (*voir pages 38 à 41*).



Zoom

LA CIRE, PROTECTRICE DU BOIS

■ Marques de talons, gouttes d'eau, frottements, saleté...

La cire protège le bois des impacts du quotidien.

En obstruant ses pores, elle crée un film protecteur, anti-statique et hydrophobe. Naturelle et renouvelable, la cire est également plus "respirante" que les pétrochimiques paraffine et silicone.

■ Jaune et molle, la cire d'abeille est précieuse (compter environ 5 € les 200 grammes) : pour en obtenir 300 grammes, il faut produire de 5 à 7,5 kg de miel !

■ Récoltée en fin de saison, elle s'obtient par centrifugation.

Dissoute dans de l'essence de térébenthine, elle est commercialisée sous la forme de pains ou de pastilles (qu'il faut faire fondre au bain-marie avec de l'huile végétale), ou déjà liquide.



Enlever les taches sur des meubles en bois

Méthode 1

- Huile d'olive.
- Vinaigre.

Taches de vin, sucre, sirop... : mélangez 2 volumes d'huile avec 1 volume de vinaigre. Imbibez-en un chiffon doux, frottez la tache, puis passez le produit sur l'ensemble du meuble, pour nourrir le bois.

Méthode 2

- 1 bouchon de liège.

Tache d'eau récente : passez un bouchon de liège pour absorber la tache d'eau immédiatement. Cela ne fonctionne plus ensuite.

Méthode 3

- Terre de Sommières.

Tache de graisse : imbibez la tache de terre de Sommières, laissez reposer plusieurs heures, puis enlevez la terre. Recommencez au besoin. Attention : la terre enlève la trace de gras, mais pas l'éventuelle couleur qui y est associée.

Méthode 4

- ½ verre de vinaigre.
- ¼ de verre de bicarbonate.

Moisissures : mélangez le bicarbonate et le vinaigre. Frottez le bois avec une éponge ou un chiffon imbibé.

RAFRAÎCHIR UN LIVRE (OU UN OBJET NON LAVABLE)

- 1 cuillerée à soupe de bicarbonate.
- 1 sac en papier refermable.

Versez le bicarbonate dans un sac en papier. Placez-y le livre, refermez bien le sac, et laissez reposer pendant 1 semaine.

Nettoyer ou réparer un marbre abîmé

Méthode 1

- Bicarbonate.

Saupoudrez le marbre de bicarbonate et frottez très légèrement avec une éponge humide ou un chiffon. Rincez à l'eau tiède, et essuyez avec un chiffon doux.

Méthode 2

- 1 cuillerée à soupe de cristaux de soude.
- 2 cuillerées à soupe de blanc de Meudon.

Mélangez le blanc de Meudon et les cristaux de soude avec 2 cuillerées à soupe d'eau. Étalez la pâte en couche épaisse. Laissez agir 1 heure avant d'essuyer avec un chiffon sec. Attention à ne pas toucher avec ce mélange des surfaces en aluminium, en chêne ou en châtaignier.

Méthode 3

- 1 cuillerée à soupe de blanc de Meudon.
- 1 cuillerée à soupe de sel.

Mélangez le blanc de Meudon avec 1 l d'eau et 1 cuillerée à soupe de sel. Appliquez directement le mélange et laissez agir 10 minutes. Essayez avec une éponge et rincez à l'eau claire (cela ne fonctionne pas si la tache a "attaqué" le marbre).

Méthode 4

- Blanc de Meudon.
- Résine ou vernis.
- 1 spatule.

Réparation : mélangez du blanc de Meudon à de la résine ou à du vernis, appliquez sur la zone abîmée. Aplissez avec la spatule. Laissez sécher.

ENLEVER UNE TACHE DE CIRE SUR LE CANAPÉ OU LE TAPIS

- Eau-de-vie.

Humectez un chiffon d'eau-de-vie et frottez délicatement la tache. Rincez.

(Suite page 74)

Je fabrique mon encaustique

Bichonnez vos meubles en bois. Nourrissez-les, faites-les briller, protégez-les des agressions quotidiennes. Retardez leur usure et limitez les salissures. Teintez-les d'une patine lumineuse et satinée. Et offrez-leur une bonne odeur, sans parfum ni conservateurs. Mais vous ne devez pas avoir peur de frotter !

■ RECETTE 1

Notre recette préférée d'encaustique se réalise avec :

- 1 petite poignée de cire d'abeille jaune en pépites ;
- ½ verre d'huile. Idéalement, choisissez de l'huile de lin, mais, pour de petits volumes, inutile d'encombrer vos placards : n'hésitez pas à utiliser une autre huile que vous avez en stock (de colza, de tournesol ou d'olive, par exemple) ;
- 2 cuillerées à soupe de savon noir.

Faites fondre la cire dans l'huile au bain-marie, à feu doux. Puis ajoutez le savon noir.

Malaxez jusqu'à ce que la pâte refroidisse et devienne bien onctueuse. Transvasez dans un bocal, et fermez-le.

■ RECETTE 2

À la place de la cire, vous pouvez aussi utiliser de la paraffine (mais c'est moins naturel) ou de la cire déjà liquide (qui contient de l'essence de térébenthine).

■ RECETTE 3

Pour permettre à votre encaustique de pénétrer profondément, rien de tel que l'essence de térébenthine, qui ravive et restaure le bois. Cette substance étant inflammable, mieux vaut la manier avec précaution. Une fois la cire fondue, enfiler des gants, posez la casserole hors du feu, puis recouvrez le mélange cire + huile de ½ verre d'essence de térébenthine,



en tournant énergiquement avec une spatule en bois ou une baguette chinoise.

■ RECETTE 4

Pour une huile non cireuse, mélangez :

- 2/3 de verre de térébenthine ;
- 1/3 de verre de vinaigre blanc ;
- 1 verre d'huile.

■ NOS CONSEILS

- Pour entretenir vos bois, commencez par passer les parties encrassées au nettoyant multiusage, par exemple. Puis déposez une noix d'encaustique avec un chiffon doux, en décrivant de petits cercles.
- Ou, mieux encore, appliquez l'encaustique au pinceau dans le sens du bois, en imprégnant généreusement le meuble, quitte à enlever ensuite l'excédent. Aérez bien pendant l'application, laissez sécher. Puis lustrez avec un chiffon.



Raviver l'argenterie et les objets métalliques

Méthode 1

De 4 à 5 cuillerées à soupe de savon noir. Faites tremper pendant 10 minutes dans une bassine d'eau tiède avec du savon noir vos objets en métal. Sortez-les, et essuyez-les sans les rincer.

Méthode 2

Dentifrice.
1 vieille brosse à dents.
Si vous n'avez qu'un seul petit objet à briquer : frottez-le avec une brosse à dents enduite de dentifrice. Rincez à l'eau chaude, essuyez.

Méthode 3

3 cuillerées à soupe de bicarbonate.
Saupoudrez le bicarbonate sur une éponge ou un chiffon humide. Si le métal est très sale, préparez une pâte épaisse avec le bicarbonate et 1 cuillerée à soupe d'eau. Frottez légèrement vos objets en argent, rincez bien à l'eau claire, puis essuyez à l'aide d'un chiffon doux.

Méthode 4

½ verre de blanc de Meudon.
Réalisez un lait de Meudon en mélangeant le blanc à 1/4 de verre d'eau, afin d'obtenir une bouillie claire. Avec une éponge ou un petit morceau de linge, étalez le lait sur vos objets en étain, en inox ou l'argenterie. Laissez sécher 30 minutes, puis essuyez avec un chiffon doux.

Méthode 5

Papier d'aluminium.
1 poignée de gros sel.
4 cuillerées à soupe (ou plus) de bicarbonate (en option).
1 bassine ou 1 casserole en verre ou en plastique (pas en métal).

Tapissez la bassine de papier d'aluminium, ou bien déposez des morceaux de papier d'aluminium froissés en boule. Déposez vos couverts ou petits objets en argent. Ajoutez le gros sel et le bicarbonate. Couvrez de 2 l d'eau bien chaude. Laissez agir pendant 1 heure. Retirez les objets, et essuyez-les avec un chiffon doux.

Méthode 6

3 cuillerées à soupe de vinaigre blanc.
1 l de lait.
Ou eau de cuisson de pommes de terre.
Faites cailler du lait en le mélangeant à du vinaigre. Ou bien récupérez l'eau de cuisson de pommes de terre. Faites tremper vos objets en argent de 30 minutes à 1 nuit, puis rincez à l'eau chaude et faites briller avec un chiffon doux.

Méthode 7

Vinaigre.
1 poignée de gros sel (en option).
Pour des objets en argent : faites tremper couverts et bijoux dans un bain de vinaigre chaud (éventuellement additionné de sel) pendant quelques heures. Le vert-de-gris disparaît. Rincez à l'eau claire, et séchez.

Méthode 8

Jus de citron.
Vinaigre.
Pour des objets en cuivre : polissez avec un mélange à parts égales de jus de citron et de vinaigre.

Méthode 9

1 cuillerée à soupe de sel.
1 cuillerée à soupe de farine.
Un peu de vinaigre.
Pour des objets en étain : mélangez le sel, la farine et le vinaigre. Appliquez cette pâte sur vos objets, laissez sécher et polissez.

CONSERVER LA FRAÎCHEUR DES BOUQUETS DE FLEURS

Méthode 1

2 cuillerées à café de vinaigre.
1 cuillerée à café de sucre.
Dans un vase, versez le vinaigre et le sucre : vos fleurs conserveront leur vitalité plus longtemps.

Méthode 2

1 pincée de bicarbonate.
Déposez le bicarbonate dans l'eau du vase. Puis, à mesure que le niveau baisse, rajoutez un peu d'eau.

Nettoyer le dépôt au fond d'un vase

1 cuillerée à soupe de bicarbonate.

Difficile d'atteindre les dépôts au fond d'un vase à col étroit ! Versez-y du bicarbonate et remplissez-le à moitié d'eau chaude. Bouchez-le, et secouez-le plusieurs fois. Puis continuez à le remplir d'eau chaude (pas trop chaude s'il est en porcelaine). Laissez agir 24 heures au minimum, puis rincez. ■

Je fabrique mon produit à vitres

Envie de voir clair ? De vous regarder dans un miroir ? Évitez les phosphates, ammoniac et composés organiques volatils, néfastes pour la santé et l'environnement. Un peu d'alcool, de vinaigre, beaucoup d'eau... et bien sûr un petit vaporisateur : rien de plus simple que réaliser soi-même un produit efficace pour nettoyer vitres et glaces. Sans oublier le papier journal, pour éviter les traces !



■ RECETTE 1

Remplissez un spray de :

- 2/3 d'eau (si possible déminéralisée) ;
- 1/3 de vinaigre blanc ;
- en option, 1 cuillerée à café de savon noir liquide et (ou) de 2 à 5 gouttes d'huile essentielle de citronnelle ou de citron.

Secouez bien le flacon avant utilisation.

Le vinaigre est intraitable vis-à-vis de la graisse, de la nicotine et de toutes les impuretés qui s'accrochent aux carreaux. Et non seulement la citronnelle est antiseptique, mais elle repousse les moustiques.

■ RECETTE 2

Remplissez un spray de :

- 90 % d'eau ;
- 10 % d'alcool à 90° ;
- quelques gouttes de vinaigre.

Notre recette préférée pour éviter les traces sur les miroirs.

■ RECETTE 3

Mélangez :

- ½ verre de savon de Marseille en copeaux ;
- 1 verre d'eau chaude ;
- puis ajoutez 1 verre de blanc de Meudon.

Imbibez un chiffon de cette solution.

Frottez vitres ou miroirs par mouvements circulaires. Rincez et séchez avec un chiffon en microfibres sec.

Vous pouvez aussi badigeonner du blanc de Meudon délayé dans 5 volumes d'eau. Laissez bien sécher avant d'essuyer avec un chiffon doux.

■ NOS CONSEILS

- Lancez un chantier "vitres" plutôt par temps gris : elles sécheront moins vite et garderont moins de traces.
- Si les vitres sont très sales, prélevez-les avec du liquide vaisselle ou du savon noir liquide, ou encore en passant une éponge humide imbibée de bicarbonate de soude (valable aussi pour les montants des vitres en aluminium).
- Rincez éventuellement avec un chiffon en microfibres.
- Finissez de sécher avec du papier journal (non glacé), froissé en boule pour éviter les traces. L'encre d'imprimerie crée un infime film, qui évite aux vitres de se resaler trop vite. Et, on vous rassure, il n'y a plus de plomb dans les encres d'imprimerie !



LA CHAMBRE

DÉPOUSSIÉRER, CIRER, DÉSINSECTISER

Désodoriser et enlever les taches d'une alèse

■ Bicarbonate.

■ 1 sac poubelle (en option).

Avant de jeter votre vieille alèse, saupoudrez-la de bicarbonate, à plat sur le lit ou dans un grand sac poubelle. Laissez reposer et, le lendemain, secouez-la : les mauvaises odeurs se sont envolées. Frottez les taches avec une brosse humidifiée et trempée dans le bicarbonate. Sans rincer, lavez l'alèse, en ajoutant ½ verre de bicarbonate dans le bac à lessive : elle redevient blanche.

ENLEVER LES TACHES DU MATELAS

■ Bicarbonate. ■ Brosse. ■ Aspirateur.

Saupoudrez de bicarbonate toute la surface du matelas. Insistez bien sur les taches en brossant doucement. Laissez agir entre 6 et 8 heures (ou jusqu'au lendemain en cas de pipi au lit) avant d'aspirer. Si vous êtes en présence de taches récalcitrantes, resaupoudrez de bicarbonate humidifié. Laissez agir 30 minutes, puis brossez.



NETTOYER LES VITRES

Méthode 1

- 2 lingettes en microfibres.

Faites un premier passage avec une lingette humidifiée à l'eau chaude, puis un second passage avec une lingette en microfibres sèche, pour essuyer.

Méthode 2

- Produit lave-vitres.

(Reportez-vous à la fiche page 75).

Faire fuir les acariens

Sur le matelas, les fauteuils, tapis, moquettes...

- Bicarbonate.

Un matin, saupoudrez votre matelas de bicarbonate. Puis brossez doucement, en le faisant bien pénétrer dans les fibres. Laissez reposer 4 heures au minimum, puis passez l'aspirateur. Les acariens devraient réduire, de même que les allergies qu'ils provoquent (liées à leurs déjections, irritantes pour les voies respiratoires).

DÉSODORISER LES COUVERTURES

- 10 cuillerées à soupe de bicarbonate.
- 10 cuillerées à soupe de fécule de maïs.
- 1 grand sac poubelle.

Mélangez le bicarbonate et la fécule de maïs. Enfermez la couverture dans le sac poubelle et laissez agir pendant 24 heures. Secouez ensuite la couverture, pour éliminer la poudre.

Assainir les armoires, placards et tiroirs

- Bicarbonate.
- 1 citron ou 10 gouttes d'huile essentielle.
- Petits sachets en tulle fin ou vieux collants.
- Aspirateur.

En entretien courant : placez une coupelle de bicarbonate, humidifié du jus ou de l'huile essentielle de citron, dans un coin de chaque étagère. Ou, plus pratique, versez du bicarbonate dans de petits sachets de tulle ou dans de vieux collants coupés et noués à chaque bout. Changez le bicarbonate tous les 3 mois au maximum.

Pour une armoire à forte odeur de renfermé, de vieux ou de moisi : videz le linge et saupoudrez une bonne quantité de bicarbonate partout sur les étagères et dans les tiroirs. Fermez les portes et laissez reposer 24 heures au minimum. Puis passez l'aspirateur, pour retirer tous les grains de bicarbonate.

RAFRAÎCHIR RIDEAUX ET VOILAGES

- De 3 à 4 cuillerées à soupe de bicarbonate.
- 1 grand bac (ou baignoire).

Grisaille, jaunissement : pour redonner de la luminosité à vos voilages, mettez-les à tremper 24 heures dans un bac d'eau froide additionnée de bicarbonate. Puis rincez et raccrochez les rideaux ou les voilages pour les faire sécher.

DÉSODORISER MATELAS, SOMMIERS ET RIDEAUX

- Vinaigre.

Passez un chiffon imbibé de vinaigre sur la surface des sommiers et matelas, ou sur vos rideaux.



J. CHISCANO/6000 - FOTOLIA

ODEURS



Nettoyer les parquets

Méthode 1

- 1 verre de vinaigre.
- ½ verre de bicarbonate.

Méthode générale : mélangez le bicarbonate et le vinaigre avec 5 cuillerées à soupe d'eau. Imprégnez-en une serpillière, et passez sur votre parquet en frottant un peu plus sur les traces. Laissez sécher.

Méthode 2

- 1 bouchon de savon noir.

Parquets cirés, huilés ou flottants (stratifiés) : diluez le savon noir dans 1 l d'eau. Humidifiez à peine votre serpillière classique ou en microfibres, et passez-la sur le parquet.

Méthode 3

- 1 bouchon de savon noir.
- ½ bouchon de vinaigre.

Parquets vernis ou vitrifiés : diluez le savon noir et le vinaigre dans 1 l d'eau. Procédez comme ci-dessus.

Attention

➔ Marier la cire et l'eau, ça ne marche pas ! Dans la "littérature ménagère", certaines méthodes de protection et de nettoyage des parquets proposent de mélanger de la cire, fondue dans de l'huile ou non, à de l'eau. Fuyez-les ! La cire se fige et ne se mélange pas du tout à l'eau. Résultat : tous les récipients que vous avez utilisés en sont enduits, et il faut ensuite s'armer de courage pour l'enlever, même en passant de l'eau bouillante plusieurs fois...

Zoom

ACARIENS : LES BÊTES DE LIT

■ Responsables de nombre d'allergies respiratoires, les acariens appartiennent à la même famille que les araignées. Ils prolifèrent dans la chaleur humide et se régaler des squames et autres débris laissés par les dormeurs.

■ Pour limiter leur reproduction, il est conseillé de ne pas chauffer la chambre au-delà de 19 °C et de laver le linge de lit au moins tous les 15 jours. Si votre matelas est vieux, brossez-le avec de la terre de diatomée (voir page 106), aspirez et installez un protège-matelas (à laver régulièrement).

■ Attention : n'oubliez pas les oreillers. S'ils sont lavables, pensez à les passer en machine. Sinon, secouez-les régulièrement à l'air frais et utilisez des sous-taies.



DÉCRASSER OU DÉTACHER UN TAPIS

Méthode 1

- Savon noir sec.

Après avoir dépoussiéré le tapis à l'aspirateur, frottez-le à la brosse avec du savon noir sec, puis rincez à l'eau claire. *Idem* si vous avez renversé du café ou du thé : frottez la tache avec du savon noir, puis rincez à l'eau claire.

Méthode 2

- Eau gazeuse.

Tache de vin rouge, de sang, d'urine : appliquez de l'eau gazeuse sur l'endroit à nettoyer, puis éponger doucement avec un papier essuie-tout.

Attention

➔ Avant de le mouiller, faites un test sur une partie peu visible, pour vérifier si les couleurs résistent.

COMBATTRE LES MITES ET LES PUNAISES DE LIT

- Terre de diatomée.

Appliquez de la terre de diatomée sur les matelas, les sommiers et les montants de lit. Laissez agir de 12 à 48 heures, puis brossez.

Décrasser et faire briller les sols en lino

Méthode 1

- 3 cuillerées à soupe d'alcool à 90°.

Diluez l'alcool dans 1 l d'eau, et nettoyez votre lino avec ce mélange : il devient propre et brillant. Pour accélérer le séchage, augmentez la dose d'alcool (mélange moitié alcool, moitié eau).

Méthode 2

- ½ verre de bicarbonate.

Diluez le bicarbonate dans 2 l d'eau chaude. Frottez en insistant sur les marques incrustées. Le bicarbonate va poncer doucement les traces.

EFFACER DES TRACES SUR UN MUR

- Bicarbonate.

Des traces de doigts sales ou de projections ? Enduisez une éponge propre et humide de bicarbonate, et frottez. Rincez et essuyez.

(Suite page 80)

Je fabrique mon huile pour entretenir le parquet

Un parquet huilé, cela s'entretient. S'il est sali après des travaux, il existe quelques astuces pour le nettoyer sans aggraver les occupants de la maison, le tout avec des ingrédients naturels : cire, huile de lin, savon noir. Une ou deux fois par an, prévoyez un entretien de vos parquets en profondeur. Et, pour faire briller ceux qui sont cirés ou huilés, rien de tel qu'un produit à base de cire. Nous vous proposons deux recettes pour préparer une huile proche de l'encastrique destinée aux meubles.



■ RECETTE 1

Mélangez :

- 1 petite poignée de cire fondue au bain-marie ;
- 1 verre d'huile ;
- 1 cuillerée à soupe de savon noir liquide.

Mélangez bien les ingrédients pour obtenir une substance crémeuse. Puis versez dans un petit pot (en terre cuite, par exemple), et appliquez généreusement.

■ RECETTE 2

Mélangez :

- 1/3 d'huile de lin ;
 - 1/3 de cire ;
 - 1/3 d'essence de térébenthine (vous n'en aurez pas besoin si vous utilisez de la cire liquide, qui en contient déjà).
- Comme pour la recette précédente, mélangez jusqu'à obtenir une substance crémeuse, que vous verserez dans un petit pot. Puis appliquez généreusement.

■ NOS CONSEILS

- Si votre parquet est neuf et non vitrifié, lavez-le à l'eau froide. Une fois sec,

frottez-le avec un chiffon de laine imprégné d'huile de lin et d'essence de térébenthine (inflammable !). Vous lui assurerez ainsi une longue conservation.

- Si votre parquet grince, saupoudrez-le, au niveau des interstices, de talc ou, mieux, de bicarbonate. Il arrêtera de couiner et sera en plus désodorisé.
- Si votre parquet a subi des travaux, ne le nettoyez pas à l'eau, qui étalerait plâtre et poussière. Couvrez-le plutôt de sciure de bois à peine humide, et frottez-le avec un gros torchon enroulé autour d'une brosse. Lavez à l'eau chaude savonneuse.
- Si votre parquet est sali de taches grasses, recouvrez-les de farine, de talc, d'argile ou encore de terre de Sommières. Laissez en contact pendant 24 heures, et renouvelez au besoin.
- Pour les autres taches, procédez comme pour les textiles (voir page 68), en laissant le produit plus longtemps en contact.



Désodoriser son maillot de bain oublié

■ 1 verre de bicarbonate.

Vous n'avez pas le temps de rincer votre maillot après la piscine ou la plage ? Pour lui éviter de s'imprégner d'une odeur de moisi, versez du bicarbonate dans le sac où vous le transportez.

DÉPOUSSIÉRER LES STORES VÉNITIENS

Méthode 1

- Alcool à 90°.
- 1 spatule en bois.

Imbibez un chiffon d'alcool, et fixez-le sur une spatule en bois. Puis passez cet outil sur chacune des lamelles. Les stores seront propres et brillants.

Méthode 2

- 1 verre de bicarbonate.
- Baignoire (ou 1 très grande bassine).

Remplissez la baignoire d'eau tiède et dissolvez-y le bicarbonate en mélangeant bien. Plongez-y les stores, laissez-les tremper pendant 1 heure, puis frottez doucement avec une petite brosse. La poussière se décroche. Rincez à l'eau tiède et raccrochez les stores pour les faire sécher.

Laver les jouets et autres objets en plastique

Méthode 1

■ 2 cuillerées à soupe de bicarbonate.
Diluez le bicarbonate dans 1 l d'eau tiède. Avec cette solution, frottez les jouets salis, puis rincez-les à l'eau et essuyez. Le bicarbonate est inoffensif pour les enfants.

Méthode 2

- Bicarbonate.
- ½ verre de vinaigre.

Pour détacher : réalisez une pâte avec 3 mesures de bicarbonate et 1 mesure d'eau chaude. Prélevez-en avec une éponge et frottez-en le plastique, afin de déloger les taches incrustées. Rincez dans de l'eau vinaigrée (vinaigre dilué dans 1 l d'eau).

Zoom

LA CIRE DE CARNAUBA



■ Plus dure que la cire d'abeille, la cire de carnauba est plus protectrice pour les parquets. Commercialisée en Europe depuis 15 ans, elle est sécrétée par une variété de palmier brésilien pour protéger ses feuilles de la sécheresse.
■ Distillée à la vapeur, elle se présente en plaques blanc-beige. Mais il est difficile de l'utiliser "brute" à la maison : elle s'émulsionne à l'aide de tensioactifs professionnels. En revanche, vous pouvez trouver du "lait à la cire de carnauba" (12 €/l) pour vos lasures, pour polir votre voiture et protéger vos bois soumis à rude épreuve.

ÔTER LES MAUVAISES ODEURS DES CHAUSSURES

Méthode 1

- Bicarbonate.

Saupoudrez une bonne dose de bicarbonate dans les chaussures ou dans les bottes. Laissez agir 24 heures et retirez le bicarbonate.

Méthode 2

- Terre de diatomée.
- ½ bas en Nylon ou 1 collant usagé (en option).

Remplissez le ½ bas de terre de diatomée, et insérez-le dans la chaussure, ou poudrez directement l'intérieur des chaussures. Laissez agir de 5 à 48 heures, puis évacuez la terre.

Attention

→ Si vous avez opté pour le poudrage direct, pensez à porter des chaussettes, car la terre de diatomée dessèche la peau.

VAPORISER DES SENTEURS AGRÉABLES

- 1 cuillerée à café de bicarbonate.
- 1 cuillerée à café de jus de citron.
- Ou 1 cuillerée à soupe de vinaigre.
- Ou 5 gouttes d'huile essentielle de citron.
- 1 vaporisateur ou 1 purificateur d'air.

Faites dissoudre le bicarbonate de soude dans 2 tasses d'eau chaude. Puis ajoutez le jus ou l'huile essentielle de citron (ou le vinaigre). Versez ensuite le mélange dans un vaporisateur ou dans un purificateur d'air rechargeable. ■

Je fabrique mon antimites sans produits chimiques

Vous découvrez des trous dans vos pulls en laine et vos chaussettes ? Stop au grignotage ! Pour arrêter le féroce appétit des mites, évitez de les inviter dans vos placards. Nul besoin de sortir l'artillerie lourde des insecticides chimiques, il suffit d'utiliser leur dégoût pour certaines odeurs. Clous de girofle, laurier, citronnelle, lavande, bois de cèdre... Ces ingrédients naturels (entre autres) ont pour particularité de les faire fuir sans nous intoxiquer nous-mêmes.



■ RECETTES

Voici six ingrédients dont vous pourrez avoir besoin – les mites détestent leur odeur !

- Le bois de cèdre : placez-le en petits morceaux dans vos piles de linge, ou suspendez-le au bout d'une ficelle dans l'armoire. Remplacez-le lorsqu'il n'a plus d'odeur, au bout de plusieurs années. Le cèdre se vend sous la forme de boules (de 8 à 12 € les 20).
- Les clous de girofle : déposez-en jusque dans les poches de veste ou les piles de pulls.
- Le laurier : il est efficace, mais à condition d'utiliser des feuilles séchées.
- La citronnelle (ou aurone).
- Les fleurs et les feuilles de santoline, un arbrisseau méditerranéen.
- La lavande : toutes les variétés font l'affaire, y compris le lavandin.

Confectionnez des bouquets des plantes séchées citées ci-dessus, à suspendre dans votre penderie. Ou encore placez les plantes séchées ou le cèdre dans de petits sacs, que vous pouvez coudre vous-même ou confectionner simplement dans des chutes de tissu. Pour cela, il vous suffit de disposer un petit tas

de plantes au centre du tissu en formant une bourse, que vous nouerez avec un élastique, un bout de ficelle, une lanière de tissu ou un joli ruban.

■ NOS CONSEILS

- Les mites n'aimant pas l'air frais, pensez à vider votre armoire une fois par an, et à tout déplier, secouer, aérer, en faisant entrer le soleil.
- Si vous craignez que vos habits n'aient une odeur de ragoût, vous pouvez remplacer les feuilles de laurier par des tranches de savon d'Alep (à l'huile de baie de laurier).
- Si vous n'avez pas de petits sacs de tissu, remplacez-les par des chaussettes dépareillées.
- L'invasion est trop importante ? Utilisez des pièges à mites textiles, à base de phéromones et de glu. Collés, les mâles ne pourront plus batifoler et se reproduire.



LA SALLE DE BAINS

DÉTARTRER, LESSIVER, ASSAINIR

Détartre la pomme de douche

■ ½ verre d'acide citrique
ou ½ verre de vinaigre.

Votre pomme de douche est pleine de calcaire ? Pour la détartrer, rien de plus simple. Dans un petit saladier (ou dans une baignoire) d'eau, diluez ½ verre d'acide citrique ou de vinaigre. Plongez-y la pomme de douche, afin d'éliminer les dépôts qui obstruent les conduits. Si elle est fixée au mur, plongez-la dans un sac de congélation et fermez par un élastique.

RAVIVER UNE BAIGNOIRE OU UN LAVABO EN RÉSINE CLAIRE

■ ½ citron.
■ Sel fin.

Pour nettoyer et raviver baignoire, bac de douche ou lavabo en résine, saupoudrez le citron de sel, et frottez- en énergiquement les parois. Ou bien frottez avec le citron uniquement, laissez agir pendant 10 minutes, puis saupoudrez les parois de sel. Briquez à nouveau la baignoire ou le lavabo avant de rincer.



DÉTARTRE ET FAIRE BRILLER LA ROBINETTERIE

Méthode 1

- ¼ de citron.

Utilisez le citron comme une éponge anticalcaire et frottez-en les robinets. Attention : cela ne fonctionne pas sur le calcaire ancien et incrusté.

Méthode 2

- 2 cuillerées à soupe d'acide citrique ou de vinaigre.
- Alcool à 70°.

Diluez l'acide citrique ou le vinaigre dans 1 bol d'eau chaude. Frottez les surfaces et rincez bien. Imbibez un chiffon d'alcool et refrottez, sans rincer.

Méthode 3

- 3 cuillerées à soupe de bicarbonate.
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre.
- Alcool à 90° (en option).

Créez une pâte avec le bicarbonate, le vinaigre et 1 cuillerée à soupe d'eau. Frottez avec une éponge et une vieille brosse à dents.

Rincez bien et polissez avec un chiffon imbibé d'alcool.



Je fais pousser mes éponges

De la famille des cucurbitacées, la luffa (ou loofa) coupée en tranches peut faire office d'éponge pour la vaisselle ou pour laver le sol, grâce à ses fibres abrasives. Vous pouvez trouver ce fruit originaire d'Asie dans le commerce, ou "tranché" (en magasins bio, notamment). Mais, si vous avez un jardin, faites pousser vos éponges !

RECETTE

- Achetez vos semences de *Luffa aegyptiaca* (autour de 4 € les 15 graines auprès de producteurs bio).
- En avril, plantez-les en godets de tourbe dans un endroit clair, à 12 °C.
- En mai, en pleine terre (ou dans de grandes jardinières), dans un sol riche et ensoleillé, plantez 3 graines en poquet tous les 1,20 m, sur des rangs éloignés de 2 m. Arrosez et apportez du compost.
- Récoltez à l'automne. La courge-éponge donne de 3 à 5 fruits par pied.
- Faites sécher les fruits.
- Faites-les ensuite tremper plusieurs jours.
- Enlevez la pulpe et les graines (conservez-les pour l'année suivante).
- Faites blanchir la luffa dans l'eau bouillante et refaites-la sécher. Vous obtenez un cylindre fibreux et rêche.
- Coupez-la en tranches, selon vos besoins. Rincez-la et faites-la sécher après usage.



Enlever les traces de calcaire sur les vitres de douche (et ailleurs)

- Vinaigre.
- 1 chiffon en microfibres.
- 1 vaporisateur.

Pulvérisez du vinaigre ou du liquide lave-vitres (*voir page 75*) sur toute la surface. Laissez agir de 15 minutes à 1 heure. Rincez, sauf pour les vitres de douche, pour lesquelles le détartrage à sec se révèle plus efficace. Puis frottez avec un chiffon en microfibres. Attention : ne mélangez pas avec de l'eau de Javel.

Attention

➔ Une vraie galère pour enlever les traces de gouttes accumulées sur les vitres de douche, même si elles sont traitées contre le calcaire ! Vous ne ferez pas l'impasse sur l'huile de coude. Résistez à l'envie de passer le tampon à récurer, qui peut rayer. Évitez aussi les astuces au bicarbonate ou au blanc de Meudon, trop pénibles à rincer sur les vitres (surtout à l'extérieur de la douche). Pour "préparer le terrain", vous pouvez pré-frotter avec de la pierre d'argile. Mais le plus efficace est d'essuyer les vitres après chaque douche, ou au moins 1 fois par semaine.

Zoom

LA VENTOUSE : SIMPLE ET EFFICACE

■ Lavabo ou baignoire bouchés ? Pour en venir à bout, évitez les déboucheurs chimiques, parmi les produits les plus agressifs et toxiques du ménage. Entretenez vos canalisations avec des produits naturels (*voir page 60*), grâce à l'action mécanique de la ventouse.

■ Les versions sophistiquées avec pompe coûtent 15 €, mais la demi-sphère de caoutchouc avec un manche en bois (de 2,50 à 5 €) suffit souvent. Pensez à bien boucher le trop-plein avec de l'adhésif, pour éviter le refoulement et créer une pression plus efficace. Remplissez le bac d'eau chaude jusqu'à un niveau supérieur à celui du caoutchouc de la ventouse, pour éviter que l'air n'entre au-dessous. Puis pompez verticalement, dans les deux sens, pour créer un appel d'air. Si le bouchon persiste, envisagez de démonter le siphon ou d'utiliser un furet.



ÉRADIQUER LES TRACES SUR LE CARRELAGE MURAL, LE LAVABO, LA BAIGNOIRE...

Méthode 1

■ Bicarbonate.

Préparez une pâte avec 3 volumes de bicarbonate pour 1 volume d'eau chaude. Avec un chiffon ou une brosse, frottez énergiquement pour faire disparaître les taches tenaces. Rincez, puis séchez.

Méthode 2

■ Vinaigre.

Frottez avec un chiffon mouillé de vinaigre. Si les traces de tartre persistent, recommencez avec du vinaigre chaud.

DÉSODORISER LES CANALISATIONS

■ ½ tasse de bicarbonate.

Versez le bicarbonate dans les canalisations. Attendez 15 minutes, puis faites couler un peu d'eau, de tiède à bouillante. Attendez encore environ 5 minutes avant de refaire couler l'eau.

Lessiver le carrelage mural et le sol

Méthode 1

■ De 2 à 3 cuillerées à soupe de savon noir.

Diluez le savon noir dans 5 l d'eau tiède ou chaude. Lavez et épongez. La méthode vaut également pour les peintures lavables.

Méthode 2

■ Des pommes de terre.

L'eau de cuisson des pommes de terre peut faire office de lessive pour les carrelages. S'ils sont très encrassés, frottez directement avec une pomme de terre crue coupée en 2. Passez une brosse dure, puis laissez agir 1 heure. Rincez et essuyez.

Méthode 3

■ 1 tasse de bicarbonate.

Dans un seau ou une baignoire, versez 1 tasse de bicarbonate dilué dans l'eau chaude. Lavez sans rincer. Laissez sécher. Le dépôt de bicarbonate empêchera les moisissures de s'installer.

Attention

➔ Le bicarbonate est efficace, mais il a tendance à laisser des traces blanches en séchant. Sur un carrelage coloré, mieux vaut rincer à grande eau.

Zoom

LA RACLETTE : L'ARME ANTITRACES



■ Pour éviter les traces de tartre sur vos parois de douche et vos carrelages muraux, rien de tel qu'une raclette. On peut utiliser la même que celle qui est destinée au lavage des vitres, mais il existe des modèles spécifiques, certains étant plus design. Le passage régulier de la raclette limitera les pulvérisations de produits anticalcaire ou de vinaigre.

■ Attention : n'utilisez pas une raclette trop dure ou sale, qui risquerait de rayer les vitres.

NETTOYER LE RIDEAU DE DOUCHE

Méthode 1

■ Bicarbonate.

Détachez votre rideau, mettez-le dans la baignoire ou la douche, puis frottez-le avec une éponge humide imprégnée de bicarbonate. Faites disparaître le tartre, les résidus de graisse et les moisissures. Rincez à l'eau tiède. Pour le sécher, resuspendez-le.

Vous pouvez également mettre le rideau de douche en machine, en pensant à ajouter 3 cuillerées à soupe de bicarbonate au cycle de lavage.

Méthode 2

■ Percarbonate de soude.

■ 1 grande bassine d'eau.

Préparez une bassine d'eau bien chaude (ou utilisez la baignoire) et diluez du percarbonate à raison de 2 cuillerées à soupe par litre d'eau. Puis plongez-y votre rideau de douche et faites-le tremper pendant 1 nuit.

FAIRE TENIR LES CROCHETS À VENTOUSE

■ Sel.

Pratiques, les crochets à ventouse, pour éviter de faire des trous dans la salle de bains... Sauf lorsqu'on passe son temps à les ramasser ! Pour les faire tenir parfaitement au mur, plongez la ventouse dans de l'eau salée.

Assainir les joints de carrelage

Méthode 1

- Vinaigre.
- Bicarbonate.
- 1 vaporisateur.

Humidité, vieillissement... Les joints des carrelages ont tendance à noircir à vue d'œil. Agissez en mode préventif : vaporisez de l'eau vinaigrée (1/3 de vinaigre dans l'eau) le plus souvent possible. Et, de temps en temps, saupoudrez vos sols carrelés de bicarbonate à peine humidifié.

Méthode 2

- Bicarbonate.
- Dentifrice.
- 1 vieille brosse à dents.

Lutte contre les moisissures : humidifiez une vieille brosse à dents et, avec du dentifrice, frottez les joints. Rincez-les à l'eau chaude ou tiède. Versez le bicarbonate dans 1 verre, et humidifiez-le avec un peu d'eau chaude. Trempez la brosse dans cette pâte et frottez de nouveau les joints. Ne rincez pas.

Méthode 3

- 2 cuillerées à soupe de percarbonate de soude.
- 1 vieille brosse à dents.

Nettoyage : diluez le percarbonate dans 1 l d'eau chaude. Appliquez à l'éponge sur les joints. Laissez agir 1 ou 2 heures. Brossez et rincez bien.

Laver les brosses et les accessoires de beauté

Méthode 1

■ 1 verre de vinaigre.

Faites chauffer du vinaigre. Versez-le dans une bassine d'eau chaude et plongez-y peignes, brosses et pinceaux. Au bout de 15 minutes, les cheveux sont plus faciles à ôter, les poils des brosses retrouvent leur souplesse, et tout est désinfecté !

Méthode 2

■ 4 cuillerées à soupe de bicarbonate.

Diluez le bicarbonate dans 1 l d'eau chaude. Baignez vos brosses à cheveux ou à ongles (ou vos bigoudis) dans la solution obtenue, et laissez-les tremper 1 nuit. Le lendemain, rincez à fond à l'eau claire ou vinaigrée.



Récurer lavabo, baignoire et bac de douche

Ternie, votre salle de bains ? Redonnez à l'émail une allure de diamant. Vous pouvez soit fabriquer à l'avance une crème à récurer (voir page suivante), soit préparer une crème ou une poudre à utiliser sur le moment.

Méthode 1

■ 8 cuillerées à soupe de bicarbonate de sodium (ou 2/3 d'un pot).

■ 4 cuillerées à soupe de jus de citron ou de vinaigre (ou 1/3 d'un pot).

■ 8 gouttes d'huile essentielle de citron (en option).

Pâte à récurer express : délayez le bicarbonate avec le jus de citron pour obtenir une pâte. Ça mousse ! Ajoutez l'huile essentielle et émulsionnez. Utilisez la crème immédiatement.

Méthode 2

■ 1 verre environ de bicarbonate.

■ 1 bol de vinaigre.

Émail brillant : saupoudrez le bicarbonate sur toute la surface. Faites chauffer (voire bouillir) le vinaigre, puis versez-le par-dessus (bouchez-vous le nez). Ou imprégnez-en une éponge humide. Frottez bien pour enlever les dépôts calcaires. Laissez agir pendant 2 heures. Rincez à l'eau chaude.

Zoom

TAWASHI, UNE ÉPONGE FAITE MAISON

■ Le tawashi est une éponge en laine, qui sert pour la vaisselle, la cuisine ou la salle de bains. Il se lave en machine et se conserve plusieurs mois. Si vous êtes nul(le) en tricot, vous pouvez fabriquer un tawashi avec de vieux tee-shirts ou collants d'enfant, ou tout vêtement étirable.

■ Sur une planchette de bois, tracez un carré de 14 cm de côté. Plantez sur le pourtour un clou tous les 2 cm. Découpez les collants ou les manches de tee-shirt en anneaux de 8 cm. Enfilez les anneaux sur les clous dans le sens horizontal, puis vertical en passant dessus, dessous,

dessus, dessous, etc. Une fois le tissage terminé, décrochez chaque anneau et

faites-le passer dans l'anneau suivant, et ainsi de suite.

Le dernier anneau servira à suspendre le tawashi.



Zoom

L'ALCOOL MÉNAGER : PAS SANS DANGER

■ Relooké à la mode rétro par des marques comme Paulette ou Starwax The Fabulous, l'alcool ménager est particulièrement efficace pour faire briller les surfaces comme les vitres, les miroirs et l'inox.

■ Il possède également des propriétés dégraissantes, détachantes et désinfectantes. Mais, contrairement à la présentation sympathique de ces flacons – car l'alcool ménager n'est rien d'autre que de l'alcool à brûler auquel le fabricant a ajouté un parfum –, il est hautement inflammable et toxique par ingestion.



Méthode 3

■ 1 cuillerée à café de savon noir.

■ 2 cuillerées à soupe de cristaux de soude.

Antijaunissement : dans 1 seau d'eau chaude, diluez les cristaux de soude et le savon noir. Mélangez bien. Frottez l'émail avec une éponge imbibée de cette solution. Pour enlever les traces jaunes ou orange (bactériennes) dans les recoins, utilisez une vieille brosse à dents ou du Coton-Tige. Rincez bien et essuyez avec un chiffon.

Méthode 4

■ Terre de diatomée (voir page 106).

■ Vinaigre.

■ Huile végétale.

■ Savon noir.

Mélangez de la terre de diatomée avec de l'eau pour faire briller sans rayer. Pour une pâte plus nettoyante, ajoutez quelques gouttes de vinaigre, d'huile végétale et de savon noir liquide.

Méthode 5

■ 1 verre de bicarbonate, ou 1 verre de cendre tamisée, ou 1 verre d'argile verte.

■ 1 verre de gros sel (en option).

Décapage : saupoudrez sur une éponge humide l'un de ces ingrédients, éventuellement mélangé à du gros sel (sauf pour l'inox). Le bicarbonate, la cendre ou l'argile fera office de poudre à récurer. Rincez bien à l'eau tiède. ■

Je fabrique ma crème à récurer

Émail, inox, céramique... Pour nettoyer et faire briller lavabo, bac et vitres de douche, baignoire, évier, plaques, frigo, joints de carrelage, etc., fabriquez votre propre crème à récurer. Celle-ci sera tout aussi efficace et bien moins onéreuse qu'un produit du commerce. Munissez-vous d'un bocal vide, opaque de préférence, avec couvercle. Suivant les ingrédients dont vous disposez, plusieurs recettes sont possibles. Pour mieux les conserver, vous pouvez, pour chacune d'elles, ajouter quelques gouttes d'huile essentielle de citron. Et, si votre pâte a tendance à sécher, n'hésitez pas à ajouter un peu d'eau.

■ RECETTE 1

Pour obtenir une pâte fluide, mélangez :

- ¼ de tasse de bicarbonate de soude ;
- 1 cuillerée à soupe de savon noir liquide (ou du liquide vaisselle).

Idéal pour l'émail.

■ RECETTE 2

Remplissez le pot de blanc de Meudon, puis incorporez du savon noir liquide, en le mélangeant jusqu'à l'obtention d'une consistance crémeuse. Une recette très efficace sur le calcaire, mais à éviter sur les vitres des cabines de douche, car les traces blanches sont difficiles à rincer.

■ RECETTE 3

Mélanges :

- ½ verre de bicarbonate de soude ;
- 2 cuillerées à soupe d'argile ;
- ¼ de verre de cristaux de soude.

Puis ajoutez :

- ½ verre de savon naturel liquide.

Mélanges à nouveau pour obtenir une pâte homogène, épaisse et crémeuse.



Pour utiliser cette crème, placez-en une noisette sur une éponge ou un chiffon en microfibres humide. Frottez les endroits sales, et laissez agir de 3 à 10 minutes. Lavez à l'eau claire pour enlever les traces blanches. Pour les joints, utilisez une vieille brosse à dents. La pâte sera plus efficace qu'un spray.

■ RECETTE 4

Pour un flacon de 500 ml :

- remplissez-le à moitié de bicarbonate de soude ;
- puis ajoutez de 1/5 à 1/4 de sel fin de cuisine ;
- puis 1 cuillerée à soupe de savon liquide ;
- remplissez d'eau.

Agitez la préparation à chaque utilisation.

Ne l'utilisez pas sur des surfaces trop fragiles, comme la vitrocéramique.



LA BUANDERIE

LAVÉ, DÉTACHER, RAFRAÎCHIR

ÉLIMINER LA GRISAILLE DU LINGE BLANC

Attention

➔ N'utilisez pas les méthodes suivantes sur un tissu à motifs de couleur : ils risqueraient d'être décolorés.

Méthode 1

■ 2 cuillerées à soupe de percarbonate.
Rendez à votre linge sa blancheur d'origine ! Diluez le percarbonate dans une bassine d'eau chaude (ou dans le lavabo). Immergez-y votre linge et laissez-le tremper pendant 30 minutes avant de le mettre en machine. Si le linge est à peine grisé, vous pouvez le laver

directement en machine, en déposant 1 cuillerée à soupe de percarbonate dans le fond du tambour avant un cycle normal.

Méthode 2

■ De 1 à 4 citrons.

En machine : coupez 1 citron en rondelles et déposez-les dans un sac à sous-vêtements.

À la main : vous pouvez faire tremper le linge blanc dans 1 ou 2 l d'eau bouillante, dans laquelle vous aurez dilué le jus de 2 à 4 citrons. Au bout d'une nuit, le linge sur lequel de la couleur a déteint retrouve un peu de sa blancheur. Toutefois, l'opération est peu convaincante.



Laver les vêtements en soie (à la main)

Méthode 1

- 1/3 de verre de savon noir.
- 1/2 verre de miel.
- Brosse douce.

Nettoyage : dans une casserole emplies de 1 l d'eau, faites fondre le savon noir et le miel. Mélangez bien et laissez refroidir. Disposez le vêtement à plat, puis passez dessus ce liquide à l'aide d'une brosse douce. Rincez jusqu'à ce que l'eau ne se colore plus. Laissez l'étoffe s'égoutter, sans la tordre. Alors qu'elle est encore humide, repassez-la sur l'envers, avec un fer un peu chaud.

Méthode 2

- 1 cuillerée à soupe de savon noir.
- 1 cuillerée à soupe et demie de miel.
- Un peu d'alcool à 45°.

Détachage : au bain-marie, faites fondre alcool, savon et miel. Étendez l'étoffe à plat, puis frottez doucement à l'éponge avec le mélange. Une fois les taches retirées, rincez et égouttez.

RÉALISER UN DÉTACHANT AVANT LAVAGE

- 1 bouchon de savon noir liquide.
- 3 cuillerées à soupe de bicarbonate.

Faites dissoudre le savon noir et le bicarbonate dans une bouteille emplies de 50 cl d'eau, puis agitez. Déposez une noisette de ce liquide sur les taches. Patientez 20 minutes, puis lavez en machine.

ASSOULIR LE LINGE EN ÉVITANT LES ALLERGIES

Méthode 1

- 1/2 verre de vinaigre.
- 1/2 verre de bicarbonate.
- 30 gouttes d'huile essentielle de votre choix (en option, si vous êtes accro au parfum).

Mélangez le vinaigre, le bicarbonate et l'huile essentielle. Versez-les dans le bac à assouplissant de la machine. Hors machine, n'hésitez pas à tremper un linge rigidifié dans une solution de bicarbonate.

Méthode 2

- 1/2 verre de cristaux de soude.

Diluez les cristaux dans 1 tasse d'eau chaude. Versez la solution dans le bac à assouplissant de votre machine ou directement sur le linge, et attendez 10 minutes avant de lancer le lavage.

Méthode 3

- 1 verre de vinaigre blanc.

À la place de l'adoucissant, versez le vinaigre dans le bac. Il enlève les résidus de calcaire, ravive les couleurs, empêche le linge noir de devenir gris...

Attention

➔ Le vinaigre peut altérer certains élastiques de culottes ou de couches lavables, ou encore déformer des textiles synthétiques.

DÉSINFECTER LE LINGE

- 2 ml d'huile essentielle de citron.
- 1 ml d'huile essentielle de pin sylvestre.

Une personne de la famille est malade ? Pour éviter les contaminations, lavez son linge en machine en mettant dans le bac de pré-lavage 10 gouttes du mélange des huiles ci-dessus dissoutes dans un peu d'eau tiède. *Idem* avec 2 gouttes dans le bac à assouplissant. Si vous utilisez un sèche-linge, glissez-y un mouchoir imprégné de ces huiles.



J. CHISCANO/16017, THINKSTOCK

Entretien la machine à laver

■ 1 l de vinaigre d'alcool.

Une eau très calcaire laisse des dépôts de tartre dans le lave-linge. Pour y remédier, faites une machine à vide avec 1 l de vinaigre d'alcool 3 ou 4 fois par an. Si l'eau est très dure, renouvelez l'opération chaque mois.

DÉJAUNIR UN TISSU EN COTON BLANC

■ 2 cuillerées à soupe de percarbonate de soude.

■ 1 cuillerée à soupe de copeaux de savon de Marseille (en option).

Dans le lavabo ou dans une baignoire, faites dissoudre le percarbonate de soude (et le savon) dans 3 l d'eau chaude (à 40 °C). Immergez-y les vêtements tachés, et laissez tremper au moins pendant 2 heures. Idéal pour le coton blanc, y compris le linge ancien et la dentelle, mais attention : n'utilisez pas ces produits sur des tissus délicats comme la soie ou le cachemire.

Zoom

LE SAVON AU FIEL DE BŒUF

■ Son nom n'est pas très vendeur, mais, sur les taches rebelles, ce savon bon marché peut faire des miracles.

Grâce à ses acides cholique et taurocholique, la bile (ou fiel) disperse finement les graisses et dissout les colorants en les liant, sans être agressive pour les couleurs délicates.

■ Au XVIII^e siècle, les chimistes ont trouvé le moyen de débarrasser le fiel de son odeur nauséabonde, avant de l'associer à du savon. Aujourd'hui, il existe également sous forme liquide ou en sprays, d'utilisation plus pratique.

■ Après mouillage, frottez-en généreusement le tissu recto verso et mettez le linge en machine. Pour les taches récalcitrantes, laissez agir ½ journée, et frottez légèrement pour vérifier que la tache se dilue. Pour la laine et la soie, savonnez-vous les mains et déposez la mousse sur le tissu. Massez délicatement.



RAVIVER UN VÊTEMENT NOIR

Votre jupe noire ternit ? Ne jetez pas vos vêtements noirs lustrés, redonnez-leur plutôt la pêche ! Le noir redevient plus intense, mais attention : les zones usées ne se rattrapent pas.

Méthode 1

■ Reste de café.

■ Brosse douce (ou linge fin).

Trempez une brosse dans un petit reste de café, secouez pour enlever les gouttes et brossez votre vêtement.

Méthode 2

■ Vinaigre.

■ Linge fin (ou éponge).

Imbibez un linge fin (ou une éponge) de vinaigre, et passez-le sur le vêtement.

Méthode 3

■ 1 grosse poignée de feuilles de lierre grim pant.

■ 1 verre de vinaigre.

Plongez le lierre dans 5 l d'eau, et laissez-le macérer pendant 24 heures. Jetez les feuilles, puis laissez tremper votre vêtement dans ce ravigueur maison pendant quelques heures. Rincez abondamment, et pensez à verser le vinaigre lors du dernier rinçage.

Débarrasser le linge des odeurs de tabac

■ 3 cuillerées à soupe de bicarbonate.

Jetez le bicarbonate dans le tambour de la machine. Ou, mieux, diluez-en dans une baignoire d'environ 5 l d'eau froide. Trempez-y le linge pendant 1 heure avant de le mettre en machine.

Désodoriser le linge sale

■ Bicarbonate.

Le linge a un peu trop attendu dans le bac et sent mauvais ? N'hésitez pas à "jeter" du bicarbonate dans le bac à lessive. Pour assainir et désinfecter le linge, vous pouvez également mettre du bicarbonate au sein même du tambour de la machine.

NETTOYER UNE LAINE BLANCHE À SEC

■ 3 bols de farine blanche.

Un pull blanc à nouveau propre et frais ? S'il n'a aucune tache, vous pouvez faire office de pressing. Versez la farine dans un sac en plastique, puis placez-y votre lainage. Fermez soigneusement le sac, puis remuez-le, façon essoreuse à salade. Sortez le pull du sac, et secouez-le énergiquement pour en extirper toute la farine.

Rénover un velours fatigué

■ 1 vase.

Chiffonné, aplati, votre top en velours a bien besoin de retrouver son éclat...

Remplissez 1 vase d'eau chaude à bouillante. Couvrez l'orifice du vase avec les zones où le velours est abîmé, en plaçant l'envers du tissu du côté de l'eau. Le duvet se relève et reprend sa beauté.

Attention

→ Passer le velours en allers et retours au-dessus du vase ne suffit pas : il faut insister sur chaque zone abîmée. Et cela ne fait pas grand effet sur le velours côté.

RAFRAÎCHIR RIDEAUX ET VOILAGES

■ 3 ou 4 cuillerées à soupe de bicarbonate de soude.

Vos rideaux grisailent, jaunissent ? Diluez le bicarbonate de soude dans un bac d'eau froide. Plongez-y vos rideaux pendant 24 heures. Puis rincez-les, et suspendez-les pour les faire sécher.

Nettoyer peluches et jouets en tissu

■ 4 cuillerées à soupe de bicarbonate.

Mettez le doudou ou le jouet dans un sachet en plastique. Versez-y le bicarbonate. Refermez le sachet et secouez. Laissez reposer 1 heure, puis brossez.

Zoom

LES NOIX DE LAVAGE

■ Des noix pour remplacer la lessive ? Vous pouvez utiliser les fruits du *Sapindus mukorossi*, arbre des contreforts de l'Himalaya (ils parcourent 7 000 km pour nous parvenir !). Leur coque est imprégnée de saponine, qui se dissout au contact de l'eau pour libérer un détergent doux pour le linge.

■ À la mode dans les années 2000, les noix de lavage n'ont toutefois plus le vent en poupe. Elles peuvent être efficaces sur du linge peu sale ou déjà bien détaché, si on les associe, pour le blanc, à du percarbonate. Pour les utiliser, placez dans un sac de coton fermé, au sein du tambour, de 5 à 7 demi-coques.



Laver la laine

■ Lessive (voir page 93).

■ 1 verre de vinaigre.

Lavez votre pull en laine à la main à l'eau froide. Lors du dernier rinçage, versez le vinaigre dessus. Puis essorez le pull dans une serviette de bain et faites-le sécher à plat.

DÉTARTRE LA SEMELLE DU FER À REPASSER

■ ½ citron.

■ Sel de mer fin.

Saupoudrez la chair du citron de sel fin. À froid, frottez-en la semelle du fer. Rincez avec une éponge humide et séchez au chiffon doux.

LAVÉ ET DÉSODORISER SERVIETTES, TAPIS DE BAIN ET GANTS DE TOILETTE

■ 1 cuillerée à soupe et demie de bicarbonate.

Ajoutez le bicarbonate à votre lessive habituelle. Adieu, odeurs d'humidité et champignons !

LAINE



Effacer les traces de transpiration

Méthode 1

■ Bicarbonate.

Préparez une pâte avec du bicarbonate et de l'eau (3 volumes de bicarbonate pour 1 volume d'eau), et étalez-la bien sur la tache. Laissez agir et passez ensuite à la machine.

Pour gommer l'odeur de transpiration : ajoutez du bicarbonate dans le bac de rinçage de la machine. Vous pouvez également plonger le linge dans de l'eau bicarbonatée.

Méthode 2

■ Vinaigre.

■ Jus de citron.

Diluez le vinaigre dans l'eau (à parts égales), et plongez le vêtement dans ce bain pendant de 12 à 24 heures. Si la tache persiste, essayez de frotter avec du jus de citron.

Attention

➔ Nombre de taches jaunes de transpiration ne résistent pas à ce traitement. Toutefois, les plus incrustées risquent de persister.

PARFUMER LE LINGE

■ 1 cuillerée à café d'huile essentielle

Glissez dans le bac de lavage 1 cuillerée à café d'huile essentielle. Attention : ne la déposez pas directement sur un linge délicat, car cela pourrait le marquer.

Zoom

UNE LESSIVE AUX PLANTES ?

■ Le marron d'Inde, le lierre grimpant, la saponaire, la luzerne... Il est possible de fabriquer de la lessive à partir de toutes ces plantes, en décoction. En effet, elles sont riches en saponine, une substance moussante et détergente.

■ L'avantage : ces lessives sont très douces, idéales pour les lainages et le linge délicat. Mais, longue et fastidieuse, leur préparation risque de finir par vous rebuter. D'autant qu'elles ne se conservent pas : impossible d'en faire une grande quantité, une fois pour toutes. Même si, en les coupant avec du vinaigre, on prolonge leur durée de vie.



ENLEVER UNE COULURE DE CIRE

Méthode 1

■ Buvard ou feuille de papier absorbant.

■ Fer à repasser.

■ Bicarbonate.

Chauffez une lame de couteau sous l'eau chaude, puis séchez-la. Grattez délicatement le plus gros de la cire avec le couteau. Posez ensuite une feuille de buvard ou de papier absorbant sur la tache de cire, de chaque côté du tissu. Faites chauffer votre fer à repasser et appliquez-le sur le papier. La chaleur fait fondre la cire, ce qui vous permet de la décoller facilement.

Sur l'auréole, appliquez un peu de bicarbonate humidifié. Frottez un peu et, sans rincer, mettez le linge à laver.

Méthode 2

■ Eau-de-vie.

Humectez un chiffon d'eau-de-vie et frottez délicatement la tache. Rincez.

SE DÉBARRASSER DE LA CRASSE SUR LES COLS ET LES POIGNETS

Méthode 1

■ 1 cuillerée à soupe de bicarbonate.

■ 1 cuillerée à café de vinaigre.

Le filet noir ou jaune des cols et des poignets ne part pas au lavage ? Mélangez le bicarbonate et le vinaigre de façon à former une pâte assez épaisse (rajoutez du bicarbonate le cas échéant). Frottez encolures et poignets. Laissez reposer de 5 à 10 minutes, puis rincez à l'eau tiède.

Méthode 2

■ Savon de Marseille.

■ Vinaigre.

■ Liquide vaisselle.

Frottez à sec encolures et poignets avec du savon de Marseille, rincez et séchez. Si cela ne suffit pas, imbibez une éponge ou un chiffon de vinaigre et de liquide vaisselle, et frottez cols et poignets avec.

Méthode 3

■ Terre de Sommières (ou argile blanche).

Saupoudrez cols et poignets de terre de Sommières (ou d'argile), puis brossez. ■

Je fabrique ma lessive

A dieu, allergènes et toxicité des détergents industriels ! Voici la lessive en gel au savon de Marseille et la lessive à la cendre.

■ RECETTE 1 : LESSIVE EN GEL

Pour préparer votre mixture, mélangez :

- ½ verre (40 g) de savon de Marseille en copeaux ou en paillettes. Attention : certains copeaux sont très concentrés. Dans ce cas, divisez la quantité par 2 ou par 3 (référez-vous aux indications figurant sur l'emballage) ;
- 1 l d'eau bouillante ;
- 1 cuillerée à soupe de bicarbonate de soude ;
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre ;
- en option, de 4 à 8 gouttes d'huile essentielle de citron, de lavande ou d'eucalyptus.

Lorsqu'elle refroidit, la lessive peut se figer.

Mixez-la au pied mixeur pour obtenir un gel épais homogène. Transvasez dans un bidon. Secouez vigoureusement pour rendre la lessive fluide avant chaque utilisation. Pour faciliter cette fluidification, vous pouvez ajouter 1 ou 2 grosses billes ou galets ronds dans le bidon. Versez de 1 à 2 verres de lessive par machine de 5 kg, directement sur le linge.

- Pour le linge délicat, versez simplement 4 bouchons de savon noir liquide à la place de la lessive.

■ RECETTE 2 : LESSIVE À LA CENDRE

La potasse contenue dans la cendre a le pouvoir de dissoudre les graisses.

Autant en profiter...

- Récupérez la cendre de votre cheminée ou de celle d'un voisin. En ville, demandez-en à un boulanger ou à un pizzaiolo. Pour optimiser l'efficacité de la lessive, préférez la cendre de bois durs, de chauffage (chêne, châtaignier, arbres fruitiers, acacia), plus riches en potasse



que les résineux.

- Tamisez 50 g de cendre à l'aide d'une passoire, et déposez-la dans un bidon ou dans un seau.
- Dans un espace ouvert, ajoutez 1 l d'eau à la cendre (cela produit de la poussière), et mélangez.
- Laissez macérer 1 nuit. Vérifiez que le liquide est bien visqueux entre vos doigts. Sinon, remuez et attendez le lendemain. Si vous êtes pressé, utilisez de l'eau bouillante.
- Filtrez dans un tissu plié en 4 et un égouttoir.
- S'il reste des particules de cendre, laissez reposer, et ne récupérez que le dessus.
- Remettez le liquide obtenu dans la bouteille.
- La lessive de cendre se conserve plusieurs années, vous pouvez donc en préparer longtemps à l'avance.
- Versez-en 1 verre par lavage en machine (5 kg). Sans assouplissant : elle n'agresse pas les fibres !



LES TACHES

COMMENT EN VENIR À BOUT !

Les occasions de se tacher ne manquent malheureusement pas : un verre de vin rouge renversé, des gouttes de sang sur une chemise, un stylo qui fuit... Mais ce n'est pas une fatalité. La plupart de ces taches partiront facilement avec 5 ingrédients que l'on trouve dans la cuisine ou dans l'armoire à pharmacie – citron, vinaigre, lait, alcool à 70° et eau oxygénée –, associés à de l'huile de coude. À condition de respecter deux règles primordiales : d'une part, à de rares exceptions près, le temps ne joue pas en votre faveur. Donc, plus vous agirez vite, plus la tache partira facilement. D'autre part, vous devez toujours réaliser ces prétraitements avant de mettre le vêtement en machine, car la chaleur a pour effet de cuire la tache et de l'incruster dans les fibres. Il sera alors plus ardu d'opérer sans avoir recours à des produits plus agressifs. Pour finir, après chaque conseil que nous donnons dans ce cahier, il faudra passer le vêtement en machine, au programme habituel.

Café ou thé

Savon • Citron • Vinaigre blanc • Bicarbonate de soude

- Les taches de café sont faciles à enlever, à condition de les traiter rapidement : mouillez le vêtement, puis frottez-le avec du savon. Pour les textiles synthétiques ou le lin, ajoutez un peu de citron ou de vinaigre blanc. Attention : le citron pourrait décolorer le vêtement.
- Les taches de thé, en revanche, sont plus résistantes. Le premier réflexe est d'éponger au maximum avec du papier absorbant. Saupoudrez ensuite la tache avec du bicarbonate de soude, puis tamponnez-la avec un linge imbibé d'eau.

Vous pouvez également venir à bout de la tache en la tamponnant à l'aide d'un linge imbibé d'un mélange de vinaigre et d'eau.

CAMBOUIS

Beurre • Savon noir • White-spirit

Sur du coton, si le cambouis est encore frais, grattez l'excédent avec une cuillère, puis tartinez la zone de beurre, qui va ramollir et dissoudre la tache. Laissez agir quelques instants, savonnez le linge, et rincez. Le jean peut être nettoyé dans un bain d'eau et de savon noir, puis rincé. Si la tache est tenace, recommencez.

- Dans certains cas, si le cambouis est trop incrusté, vous devrez recourir à un traitement plus énergique, avec un chiffon imbibé de white-spirit.

Chewing-gum

Glace • Vinaigre • Alcool à 70°

Ne tentez pas de laver un vêtement sur lequel un morceau de chewing-gum est resté incrusté. Il est impératif de l'enlever au préalable. Pour cela, posez une poche de glace, et attendez que le chewing-gum durcisse. Il ne vous reste plus alors qu'à le gratter avec une petite cuillère. Si une marque subsiste, il est possible de l'ôter en tamponnant avec un peu de vinaigre ou d'alcool à 70°.

COLA

Citron • Vinaigre

Le cola laisse souvent une tache brune sur les vêtements. La plupart du temps, un lavage à l'eau savonneuse suffira. Sinon, sur du coton blanc, on pourra imbiber la tache de quelques gouttes de citron et laisser agir 10 minutes avant de rincer. Sur un textile coloré, un mélange composé pour moitié d'eau et pour moitié de vinaigre sera préférable. Frottez délicatement la zone avant de rincer.

COLLE

Vinaigre

La solution dépend bien sûr de la nature de la colle : blanche, époxy, acrylique, Néoprène... Pour cette dernière, un nettoyant à base de solvant (acétone) sera sans doute nécessaire. Sinon, appliquez l'une des méthodes suivantes.

- Si la colle n'est pas encore solidifiée, ôtez l'excédent à l'aide d'une petite cuillère. Frottez ensuite sous un filet d'eau chaude avec du savon. Si cela ne suffit pas, tamponnez avec un coton imbibé de vinaigre blanc chaud, puis frottez avec un peu d'eau chaude.
- Sur une tache de colle ancienne, un expert nous conseille le fer à repasser ! Placez quelques feuilles de papier essuie-tout sur la tache, et passez dessus le fer chaud. Le papier essuie-tout absorbera la tache.

ENCRE

Alcool à 70° • Vinaigre • Lait

Les taches d'encre sont difficiles à enlever. Il existe cependant plusieurs méthodes naturelles qui peuvent se révéler efficaces.

- Sur du coton : tamponnez la tache avec un chiffon blanc imbibé d'un mélange composé de 1/3 d'alcool à 70° et de 2/3 d'eau.
- Sur du synthétique ou du jean : imbibe avec un mélange d'eau et de vinaigre.
- Plusieurs experts nous ont également signalé un traitement qui semble efficace sur les taches fraîches : le lait. Frottez avec du lait chaud (non bouillant) ou trempez le linge directement dans un bol de lait chaud.
- Certaines encres s'incrument profondément. Il faudra donc plusieurs essais pour en venir à bout. Parfois, il sera nécessaire de passer à des techniques plus décapantes, avec de l'acétone.

Excréments

Eau oxygénée • Savon de Marseille

Un désagrément que de nombreux parents connaissent bien... Si elles ne sont pas agréables à nettoyer, ces taches partent pourtant facilement.

- Sur du coton blanc, on peut frictionner la tache avec un linge humecté d'eau oxygénée (attention, elle décolore), avant de le laver avec du savon de Marseille.

- Sur un textile synthétique, du lin ou du jean, il suffit de frotter le vêtement dans de l'eau chaude avec du savon de Marseille.

Fond de teint

Savon

Dans la plupart des cas, le savon de Marseille suffit : grattez l'excédent de fond de teint à l'aide du rebord d'une cuillère, puis frottez la tache avec un pain de savon légèrement humidifié, jusqu'à former une croûte. Laissez agir 10 minutes. Puis émulsionnez le linge sous un filet d'eau et rincez.

FRUITS ROUGES ET CONFITURE

Citron • Vinaigre

Enlevez délicatement l'excédent à l'aide d'un couteau propre. Tamponnez ensuite délicatement la tache à l'aide d'un ½ citron. Laissez agir 15 minutes, puis rincez. Cette solution concerne les linges clairs, car le citron a tendance à décolorer. Pour les vêtements de couleur, comme pour la laine et la soie, préférez le vinaigre blanc.

Herbe

Vinaigre blanc • Jus de citron

Enlever les traces vertes d'herbe est ardu, mais cela n'est pas infaisable. Pour cela, vous pourrez frotter la tache avec un tissu imbibé de vinaigre blanc ou de citron. Une fois ce pré-traitement réalisé, nettoyez la tache avec de l'eau et du savon de Marseille, avant de passer le tissu en machine.

Jaune d'œuf

Savon • Vinaigre

N'utilisez pas d'eau chaude, qui aurait pour effet de cuire l'œuf au cœur des fibres. Après avoir gratté le surplus avec une cuillère, un nettoyage à l'eau savonneuse suffit la plupart du temps. Sinon, imbibe un chiffon propre de vinaigre blanc, puis frottez. Laissez agir 30 minutes, puis faites un lavage en machine ou à la main. Cette astuce fonctionne sur tous les textiles (coton, synthétique, lin...), ainsi que sur les tapis et les moquettes.

JAVEL

Eau oxygénée • Stylo-feutre à textile

L'eau de Javel décolore en profondeur les tissus. Si la tache vient juste d'être faite, tamponnez-la avec de l'eau oxygénée, puis rincez à l'eau claire. Mais, si elle est plus ancienne, il n'y a qu'une solution : la masquer avec un feutre à textile de la même couleur que celle du vêtement. Comme cela n'est pas permanent, il faudra penser à remaquiller la tache régulièrement après les lessives.



Zoom

POURQUOI ÇA MARCHE ?

- Comment expliquer que des ingrédients de cuisine puissent avoir une action comparable à celle des détergents ? Cela tient à leur nature chimique, capable de décomposer les taches.
- Ainsi, le vinaigre et le citron sont deux antitartre qui s'attaquent aux dépôts calcaires (de transpiration, notamment). « Le citron est un acide qui change l'oxydation du fer, le rendant soluble dans l'eau », complète Hubert Marceau, chimiste au laboratoire PhytoChemia, au Québec. Voilà pourquoi il agit sur la rouille. Enfin, un mélange de bicarbonate de soude et de citron produit des bulles (du CO₂), qui vont aider à décoller les taches de vin.
- Mais ces produits ne sont pas anodins. Le citron et l'eau oxygénée, qui ont tendance à décolorer, seront utilisés sur les textiles clairs. Quant au vinaigre, il sera réservé aux textiles résistants ou colorés. Dans tous les cas, mieux vaut faire un test sur une partie cachée du vêtement avant de se lancer.

MAYONNAISE

Terre de Sommières • Citron • Sel • Vinaigre

Si la tache est encore fraîche, vous pouvez commencer par appliquer de la terre de Sommières, pour absorber la graisse.

- Pour les tissus synthétiques, tamponnez ensuite avec du jus de citron mélangé à du sel.
- Pour le coton ou le lin, vous pouvez utiliser du vinaigre. La trace devrait disparaître assez facilement.

MOISSURES

Bicarbonate de soude • Vinaigre •

Eau oxygénée • Lait

Pour enlever une tache de moisi récente et peu incrustée, versez directement sur celle-ci du bicarbonate de soude. Laissez agir quelques minutes, puis frottez à l'aide d'une vieille brosse à dents. Rincez ensuite avec du vinaigre dilué dans de l'eau.

- Si cela ne suffit pas et si le linge est blanc, tamponnez directement la tache de moisi avec un peu d'eau oxygénée.
- Pour les tissus fragiles et synthétiques, trempez votre vêtement dans du lait tiède et laissez agir 1 heure, sans frotter. Cela peut être suffisant.

Purée de carottes

Vinaigre • Alcool à 70° • Citron

Ne lavez pas le vêtement à l'eau chaude, car cela aurait pour conséquence de fixer les taches. Tamponnez-les avec du vinaigre pur, sans frotter, pour ne pas les étaler.

- Sur un tissu synthétique, effectuez la même opération, avec 2 cuillères à soupe d'alcool à 70° diluées dans le même volume d'eau.
- Sur les linges clairs, quelques gouttes de citron peuvent éliminer la tache.

ROUGE À LÈVRES

Vinaigre • Alcool à 70°

Le rouge à lèvres est composé de matières grasses qui tachent facilement. Pour en venir à bout, il existe de nombreuses méthodes. En voici deux.

- Versez sur la tache un mélange de vinaigre blanc et d'eau froide. Laissez agir quelques minutes, puis frottez à l'aide d'une petite brosse. La tache disparaîtra après un passage en machine.

• Tamponnez la tache avec un linge imbibé d'alcool à 70°. Laissez agir quelques minutes, puis rincez.

Rouille

Citron • Sel • Savon

Dans un verre d'eau, pressez le jus de 1 citron et ajoutez 1 cuillerée de sel fin. Étalez ce mélange sur la tache à l'aide d'un chiffon propre. Frottez, puis laissez agir pendant 30 minutes. Nettoyez la tache avec de la lessive ou du savon de Marseille, puis rincez. Certaines taches de rouille sont malheureusement définitives.

Sang

Savon • Citron • Percarbonate de soude • Eau oxygénée

Le sang ne doit jamais être nettoyé à l'eau chaude, car, à son contact, il coagule et se fixe sur le tissu. Généralement, de l'eau froide avec du savon de Marseille suffit. On peut également verser du jus de citron et laisser agir quelques minutes. Si la tache persiste, le percarbonate de soude est très efficace. Enfin, si la tache de sang est vraiment incrustée, tamponnez la zone avec de l'eau oxygénée, puis rincez.

SAUCE TOMATE

Savon • Lait • Bicarbonate de soude

Une tache coriace que celle de sauce tomate ! Toutefois, si elle est fraîche, elle pourra facilement partir avec un filet d'eau froide (surtout pas chaude, ce qui risquerait de l'incruster) et du savon de Marseille. Certains conseillent également le lait, en particulier sur le cuir et le jean. Si elle n'a pas pu être traitée à temps, on peut aussi saupoudrer de bicarbonate de soude et laisser agir 15 minutes, avant de rincer. Mais si la tache est ancienne, il pourra être nécessaire d'utiliser un linge imbibé de vinaigre, d'alcool à 70° ou d'eau oxygénée diluée dans 20 volumes d'eau.

Teinture pour cheveux

Bicarbonate de soude • Vinaigre • Citron

Pour faire disparaître une tache de teinture sur un vêtement, mélangez 1 cuillerée à soupe de bicarbonate de soude et 3 cuillerées à soupe

de vinaigre blanc. Appliquez le tout sur la tache. Laissez agir jusqu'à l'apparition de bulles d'air. Frottez ensuite énergiquement le tissu.

• Si la tache est fraîche, appliquez le jus de ½ citron. Frottez énergiquement et laissez agir quelques minutes, puis rincez.

Terre

Vinaigre • Citron

C'est l'une des rares taches qu'il faut laisser sécher : si la boue est encore fraîche, vous risquez de l'étaler. Une fois sèche, éliminez les résidus avec une brosse. C'est souvent suffisant. Dans le cas contraire, frotter la zone avec un linge imbibé de vinaigre blanc et de citron est très efficace.

TRANSPIRATION

Vinaigre • Citron

Ces auréoles jaunâtres très disgracieuses sont un mélange de sels minéraux et de déodorant. Si la tache est ancienne, elle pourra être traitée avec un mélange de vinaigre et de jus de citron, dans lequel on laissera le vêtement tremper toute une nuit. Sachez toutefois qu'elle sera pratiquement impossible à rincer si elle est vraiment incrustée.

• La meilleure solution est donc la prévention : avant chaque lessive en machine, frottez la zone des aisselles avec une éponge imbibée d'eau chaude. Il est également possible d'y ajouter quelques gouttes de vinaigre.

Vin rouge

Savon • Bicarbonate de soude • Citron • Vinaigre

Compte tenu des tanins qu'il renferme, le vin rouge est particulièrement difficile à nettoyer. Ne tentez surtout pas d'absorber la tache avec du gros sel. Il agirait comme un fixateur et, au contact du tanin, celui-ci redoublerait d'efficacité par oxydation.

• Si la trace est pâle, frotter avec de l'eau froide et du savon suffira la plupart du temps à la faire disparaître.

• Vous pouvez aussi appliquer une pâte composée de bicarbonate de soude et de citron, puis laisser agir 1 heure. Le vinaigre blanc peut également se révéler efficace. Dans tous les cas, rincez à l'eau froide. ■

LES TOILETTES

BLANCHIR, DÉSINFECTER, DÉSODORISER

ÉRADIQUER LES TRACES SUR LA CUVETTE, LE CARRELAGE MURAL

Méthode 1

■ Bicarbonate.

Préparez une pâte avec 3 volumes de bicarbonate pour 1 volume d'eau chaude. Avec un chiffon ou une brosse, frottez pour faire disparaître les taches tenaces. Rincez, puis séchez.

Méthode 2

■ Vinaigre.

Tartre : frottez avec un chiffon mouillé de vinaigre. Laissez agir 10 minutes, rincez. Si les traces persistent, recommencez avec du vinaigre chaud.

Nettoyer la cuvette

■ 3 cuillerées à soupe de cristaux de soude "anhydres" (purs).

Dissolvez les cristaux de soude dans 1 l d'eau bouillante, versez le mélange dans la cuvette. Laissez agir 15 minutes, frottez, puis tirez la chasse d'eau. Renouvelez tous les 15 jours pour toute tuyauterie. Si vous utilisez des cristaux de soude moins concentrés, doublez ou triplez la dose (voir page 32).



Détartre et faire briller la robinetterie

Méthode 1

- ¼ de citron.

Utilisez le citron comme une éponge anticalcaire et frottez-en les robinets. Cela ne fonctionne toutefois pas sur le calcaire ancien et incrusté.

Méthode 2

- 2 cuillerées d'acide citrique ou de vinaigre.
- Alcool à 90°.

Diluez l'acide citrique ou le vinaigre dans 1 bol d'eau chaude. Frottez les surfaces et rincez bien. Imbibez un chiffon d'alcool et frottez à nouveau, sans rincer.

Méthode 3

- 3 cuillerées à soupe de bicarbonate.
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre.
- Alcool à 90° (en option).

Créez une pâte avec le bicarbonate, le vinaigre et 1 cuillerée à soupe d'eau. Frottez avec une éponge et une vieille brosse à dents. Rincez bien, et polissez avec un chiffon imbibé d'alcool.

DÉTARTRE LA CUVETTE DES W-C

Pour les soucis de tartre incrusté, vous pouvez facilement vous passer de gel W-C. Tout d'abord, chassez l'eau au fond de la cuvette en la poussant par de petits mouvements de va-et-vient pendant environ 5 minutes. Puis choisissez l'une ou l'autre des méthodes suivantes.

Méthode 1

- De ½ à 1 bol de farine "basique".
- De 2 à 3 verres de vinaigre, ou ½ verre d'acide citrique.

Saupoudrez largement de farine le fond de la cuvette. Humidifiez abondamment avec du vinaigre, ou versez l'acide citrique à peine dilué dans de l'eau. Attendez quelques heures. Tirez la chasse. Si nécessaire, frottez avec la brosse W-C pour terminer de décoller le tartre. Renouvelez l'opération au besoin.

Méthode 2

- 1 cuillerée à soupe de bicarbonate.
- 2 verres de vinaigre.

Déposez le bicarbonate de soude dans la cuvette. Versez par-dessus le vinaigre : ça mousse ! Laissez agir 1 heure ou 1 nuit, selon l'état de la cuvette. Passez un coup de brosse : c'est propre !

Méthode 3

- 5 cuillerées à soupe d'acide citrique.
- 1 vaporisateur.

Diluez l'acide citrique dans 1 l d'eau, et pulvérisez ce mélange dans la cuvette.

Méthode 4

- 1 verre de vinaigre.
- De 2 à 3 cuillerées à soupe de bicarbonate.
- De 2 à 3 cuillerées à soupe de sel fin.

Une méthode spécialement adaptée aux taches incrustées : faites bouillir de l'eau additionnée de vinaigre et de sel, puis ajoutez le bicarbonate. Versez... Brossez, laissez agir, puis rebrossez. Laissez tremper. Grattez éventuellement avec une spatule en bois ou en plastique (évitiez le métal).

Méthode 5

- Vinaigre.

Pour les cuvettes très entartrées : versez du vinaigre chaud sur les parois. Mais prudence : évitez de respirer les vapeurs, et quittez les lieux après traitement.



J. CHISCANO/AGEO, THINKSTOCK

DIFFUSER DE BONNES ODEURS

Méthode 1

- 1 cuillerée à café de bicarbonate.
 - 1 cuillerée à café de jus de citron, ou 1 cuillerée à soupe de vinaigre, ou 5 gouttes d'huile essentielle de citron.
 - 1 vaporisateur ou 1 purificateur d'air.
- Dissolvez le bicarbonate dans 2 tasses d'eau chaude. Ajoutez le jus de citron, le vinaigre ou l'huile essentielle de citron. Versez le mélange dans un vaporisateur ou un purificateur d'air rechargeable.

Méthode 2

- 1 poignée d'écorces d'agrumes, de feuilles d'eucalyptus, romarin, thym ou menthe poivrée.
 - 1 vaporisateur (en option).
- Lancez-vous dans une décoction de plantes : déposez-les dans une casserole d'eau et portez à ébullition. Vous pouvez laisser bouillir 15 minutes. Par la vapeur, la fumigation odorante va se propager dans la maison. Ou filtrez la décoction, pour ensuite en remplir un vaporisateur et la diffuser où vous le souhaitez. Conservez-la au frigo.

Méthode 3

- Des plantes odorantes (voir méthode 2).
- Un alcool fort (de fruit, vodka, gin...).
- 1 bocal hermétique.
- 1 passoire fine.
- 1 vaporisateur.

Préparez une macération : remplissez un bocal de plantes et recouvrez-les à ras bord avec l'alcool choisi. Laissez macérer au moins 3 semaines. Filtrez le mélange et remplissez-en le vaporisateur. À sentir... avec modération !

Zoom

L'ACIDE CITRIQUE, ENNEMI DU CALCAIRE

■ Naturellement présent dans la nature (de 5 à 7 % dans le jus de citron), l'acide citrique est aussi fabriqué industriellement, à partir de mélasse de canne à sucre, fermentée par des champignons. Additif alimentaire (E330), cosmétique et pharmaceutique, il est totalement biodégradable.

■ Mais attention : cette poudre cristallisée concentrée ne convient ni à l'émail, ni à l'aluminium, ni au marbre. Ne la mélangez ni à des cristaux de soude ni à de l'eau de Javel. Pour la manipuler, portez des gants, protégez-vous le visage et les vêtements, et lavez-vous bien les mains après. En cas d'irritation, rincez à l'eau pendant plusieurs minutes. L'ingestion d'une grosse quantité peut aussi être toxique.

Absorber les mauvaises odeurs

- De 1 à 2 cuillerées à soupe de bicarbonate.
- Emplissez une petite coupelle de bicarbonate, et disposez-la dans un coin, à l'abri des éclaboussures. Le bicarbonate absorbera les odeurs avant qu'elles ne se répandent.

FAIRE BRILLER LES MIROIRS

Méthode 1

- De l'alcool à 90°.
 - Quelques gouttes de vinaigre.
 - 1 petit vaporisateur.
- Remplissez d'eau le vaporisateur aux deux tiers, puis, dans le tiers restant, diluez pour moitié de l'alcool et pour moitié du vinaigre. Pulvériser, frottez en faisant des cercles, et essuyez : adieu les traces !

Méthode 2

- 3 cuillerées à soupe de bicarbonate.
 - 1 verre et demi de vinaigre.
 - 1 petit vaporisateur.
- Mélangez le bicarbonate au vinaigre, ajoutez 75 cl d'eau. Versez ensuite cette solution dans le vaporisateur. Pulvériser sur vos miroirs, puis frottez aussitôt avec un chiffon sec.

Méthode 3

- 1 pomme de terre crue.
 - Papier journal.
- Épluchez une pomme de terre crue, et frottez les taches du miroir avec : étonnant ! Fignolez en astiquant le miroir avec du papier journal roulé en boule.

Récupérer le vinaigre des cornichons

- Vinaigre des bocaux de cornichons.
- Ne jetez pas le vinaigre de vos pots de cornichons ! Vous pouvez tout à fait l'utiliser comme nettoyant ménager, dans vos toilettes ou dans votre évier. Si vous le récupérez petit à petit, pensez bien à le transvaser dans une ancienne bouteille de vinaigre ou dans un flacon étiqueté par vos soins. ■

Je fabrique mon nettoyant désinfectant

Pour l'entretien régulier de vos toilettes, oubliez l'eau de Javel. Si elle a prouvé son efficacité, elle perturbe l'écosystème et, surtout, induit des résistances bactériennes. Alors, stop à l'obsession de la chasse aux microbes ! Pensez surtout à vous laver les mains avant et après le passage aux toilettes, et à désinfecter... les poignées de porte. Et, pour la cuvette, rien de tel que le vinaigre pour détartrer et désinfecter.



■ RECETTE 1

Pour préparer votre nettoyant, versez dans un bol mélangeur :

- 2 verres de vinaigre blanc ;
- puis 1 petite cuillerée à café de savon noir mou ;
- ajoutez 0,4 l d'eau très chaude.
- Mélangez à l'aide d'un fouet.
- Laissez reposer 5 minutes.
- Avec une pince, retirez l'embout plastique d'un ancien flacon de gel W-C. Versez-y votre mélange à l'aide d'un entonnoir.

■ RECETTE 2

Pour désinfecter :

- remplissez un vaporisateur en verre, à parts égales, de vinaigre et d'eau ;
- ajoutez à ce mélange 15 gouttes d'huile essentielle de citron.

■ RECETTE 3

Pour fabriquer votre propre décoction de plantes antiseptiques, munissez-vous de thym, romarin, sauge, sarriette, lavande, menthe et (ou) bourgeons de pin.

- Faites bouillir les plantes (d'une seule sorte ou en mélange) dans une casserole d'eau. Si vous disposez de plantes fraîches,

emplissez-en la casserole en quasi-totalité ; si vous utilisez des plantes sèches, la remplir au quart de sa contenance suffira.

- Laissez infuser 15 minutes.
- Filtrez avec un filtre à café.
- Remplissez à moitié un vaporisateur ou un petit bidon.
- Complétez avec du vinaigre.

Ce mélange se conserve longtemps.

Vous pouvez donc en préparer en grande quantité, et en remplir un petit vaporisateur au fur et à mesure de vos besoins.

■ NOS CONSEILS

- Une fois le mélange prêt, agitez avant utilisation.
- Vaporisez sur les parois, et laissez agir 15 minutes.
- Vous pouvez utiliser ce mélange non seulement pour les toilettes, mais également pour les poubelles, le seau à compost, le réfrigérateur...



L'ATELIER

DÉGRIPPER, DÉCAPER, TOILETTER

Désinfecter l'intérieur de la voiture

- ½ l de vinaigre.
- 1 cuillerée à soupe de bicarbonate.
- 15 gouttes d'huile essentielle de citron (en option).
- 5 gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée et de romarin (en option).
- 1 bouteille en verre.

Dans une bouteille en verre, versez le vinaigre, ajoutez-y le bicarbonate, puis les huiles essentielles de citron, menthe et romarin (en option). Passez un peu de ce produit sur les sièges, le tableau de bord et le levier de vitesses. Inutile de rincer.

DÉSODORISER LA VOITURE

- Bicarbonate.
- Brosse.
- Aspirateur.

Saupoudrez vos tapis et sièges de voiture de bicarbonate. Laissez-le agir de 15 à 30 minutes. Brossez légèrement, puis retirez la poudre à l'aspirateur. Vous pouvez également déposer une coupelle emplies de bicarbonate dans la voiture pendant 1 nuit. Pensez aussi à napper le fond des cendriers de bicarbonate.



Nettoyer le cambouis sur les mains

Méthode 1

- Terre de Sommières.
- Savon noir.

Faites une pâte avec la terre de Sommières et de l'eau. Frottez-vous les mains avec, puis finissez au savon noir.

Méthode 2

- 1 cuillerée à soupe de savon noir.
 - 1 cuillerée à soupe de blanc de Meudon.
- Mélangez le savon et le blanc de Meudon. Frottez-vous les mains avec, avant de bien rincer.

RETIRER UNE TACHE DE PEINTURE

- Terre de Sommières.

Saupoudrez généreusement la tache avec la terre de Sommières. Attendez quelques heures, puis retirez la poudre. Si elle persiste, tentez de mélanger avec de l'essence de térébenthine.



J. CHISCANO/AGEPHOTO ; SHUTTERSTOCK ; FOTOLIA ; F. MUCKENHEIM/AGEFOTOSTOCK

J'installe mon répulsif à fourmis

A lerte, bataillon de fourmis en vue ! Pour lutter, quelques gestes et ingrédients simples suffisent.



■ RECETTE 1

Placez du citron sur leurs lieux de passage et aux endroits stratégiques (portes et fenêtres). Vous pouvez l'utiliser en frottant la moitié d'un fruit, en arrosant leur chemin de jus frais ou en déposant des pelures.

■ RECETTE 2

Épandez de la terre de diatomée sur leur trajet et dans leurs refuges (joints de plancher, fissures...). Là où c'est possible (au grenier, à la cave...), laissez la poudre visible. Renouvelez le passage au besoin. Les surfaces traitées doivent être exemptes d'humidité.

■ RECETTE 3

Pour éradiquer une fourmilière visible, diluez 2 cuillerées à soupe de terre de diatomée dans $\frac{1}{4}$ de verre d'eau. Mélangez bien et inondez le nid de cette solution.

■ NOS CONSEILS

Pour limiter les invasions, pensez à essuyer les pots de confiture et de miel, à ranger le sucre dans une boîte hermétique, et les fruits sous une cloche.



FAIRE BRILLER LA VOITURE, LA MOTO OU LE VÉLO

Méthode 1

- ½ tasse de bicarbonate.
- ½ tasse de vinaigre ou le jus d'un citron (en option).
- Brosse.

Lessivage : diluez le bicarbonate dans 1 seau d'eau et ajoutez le vinaigre. À l'aide d'une brosse, nettoyez la carrosserie comme les pare-brise avec cette solution. Rincez à l'eau chaude et séchez au chiffon doux.

Vous pouvez utiliser le même mélange (dans 0,5 l d'eau) pour nettoyer le sol du garage.

Méthode 2

- Bicarbonate.

Contre les saletés accrochées : pour enlever les gouttelettes de sève ou les insectes écrasés sur la carrosserie et les phares de la voiture, frottez avec une éponge humide enduite de bicarbonate. Cela ne raye ni les carrosseries ni les vitres.

Méthode 3

- Vinaigre.

Pour préserver du sel une carrosserie ou une coque de bateau : imbibez une éponge de vinaigre et passez-la à la surface pour lutter contre les traces.

Zoom

LE BLANC DE MEUDON, FINEMENT ABRASIF

■ Blanc de Meudon, blanc d'Espagne, blanc de Champagne, de Troyes ou de Toulouse... Cette poudre de carbonate de calcium provient de l'exploitation de carrières de craie naturelle. La carrière de Meudon, dans le Bassin parisien, a été exploitée jusqu'en 1925, puis a laissé place à des carrières de l'Est de la France ou d'autres pays européens.

Le blanc de Meudon entre dans la composition de peintures, du mastic, des poudres de feux d'artifice...

■ Pour le ménage, grâce à ses cristaux microscopiques légèrement alcalins, il nettoie par abrasion et par absorption des microdébris. Il peut décoller la crasse, polir l'argenterie, les faïences, la vitrocéramique, les plastiques, les miroirs...

■ Utilisez le blanc de Meudon mêlé à de l'eau, sous la forme de pâte abrasive pour les petites zones tachées, ou de liquide nettoyant pour les surfaces vitrées ou en inox.

■ Mais attention : prévoyez de pouvoir facilement rincer à grande eau. Sinon, après séchage, vous vous exposez à des dépôts blancs, donc à un nouveau nettoyage...



Récupérer des pinceaux durcis

- Vinaigre.
- Savon noir.

Trempez vos pinceaux dans du vinaigre bouillant pendant 1 nuit. Puis plongez-les dans de l'eau savonneuse, lavez-les au savon noir pur pour finir de les nettoyer et les regraisser. Laissez reposer, et rincez à l'eau tiède. Pour qu'un pinceau imbibé de peinture ne sèche pas, enveloppez-le soigneusement dans une feuille d'aluminium.

ASSAINIR LE MATÉRIEL DE CAMPING

- 3 verres de bicarbonate par objet.
- Grand(s) sac(s) poubelle.

Tentes, matelas, sacs de couchage, glacière... Votre matériel de camping s'est sali, sent la transpiration ou le moisi ? Agissez avant de le réutiliser ou, mieux, avant de le stocker. Saupoudrez l'intérieur de 2 verres de bicarbonate et fermez bien. Puis placez le matériel dans un sac poubelle et imprégnez l'extérieur de bicarbonate. Fermez le sac poubelle et laissez agir de 1 à 2 jours. Puis secouez bien, ou aspirez pour éliminer la poudre.

Faire disparaître les odeurs de litière

Méthode 1

- Bicarbonate.
- 1 verre de vinaigre.

En prévention : une fois la litière vidée, versez le vinaigre dans le bac et laissez agir 10 minutes, avant de rincer sous l'eau froide. Frottez avec une brosse au besoin. Ensuite, déposez une couche de 5 mm de bicarbonate au fond du bac. Puis versez la litière neuve par-dessus.

Méthode 2

- Bicarbonate.

En urgence : vous n'avez pas le temps de changer la litière ? Saupoudrez-la de bicarbonate, vous pourrez gagner quelques heures. Vous avez oublié d'en racheter ? Mélangez 1 verre de bicarbonate à la litière existante, le temps de refaire le plein.

Enlever la mousse sur la terrasse, les meubles extérieurs...

Méthode 1

- 600 g d'acide citrique.
- 150 g de bicarbonate.
- 15 gouttes d'huile essentielle de citron ou de tea-tree (en option).
- 20 ml d'huile végétale (colza, par exemple).

Oubliez les produits corrosifs et toxiques pour enlever la mousse ! Dans 1 seau d'eau tiède, diluez acide citrique, bicarbonate, huiles essentielles et huiles végétales. Vérifiez que la surface soit bien sèche et qu'il ne pleuve pas dans les 2 ou 3 jours à venir. Imbibez la surface de cette solution : elle assèche les mousses en quelques jours. Pour les faire disparaître, attendez la pluie ou bien nettoyez au jet d'eau ou à la brosse.

Méthode 2

- 3 cuillerées à soupe de bicarbonate.
- Balai-brosse ou brosse.

Diluez le bicarbonate dans 1 l d'eau tiède et frottez avec un balai-brosse, puis rincez bien.

LIMITER LA MONTÉE DES FLAMMES DU BARBECUE

- 1 cuillerée à café de bicarbonate.
- 1 vaporisateur.

Ne prenez pas le risque de brûler vos convives ! Vaporisez largement une solution de bicarbonate (dilué dans 0,5 l d'eau) sur le barbecue, pour éviter que ses flammes ne montent trop haut. *Idem* pour une fondue...

RETIRER LES TACHES DE L'HABITACLE ET DU COFFRE DE LA VOITURE

- 3 mesures de bicarbonate.
- 1 mesure de vinaigre.

Des taches récalcitrantes ou des odeurs d'urine dans la voiture ? Préparez une pâte épaisse avec du bicarbonate et du vinaigre. Appliquez-la sur les taches, laissez agir 10 minutes, avant de broser et de rincer. Pensez à tester cette pâte auparavant dans un coin : si la pâte est trop agressive, remplacez le vinaigre par de l'eau.

Zoom

DES DÉGRIPPANTS VÉGÉTAUX

■ Lubrifier le métal, supprimer les grincements des rouages, protéger de la corrosion, nettoyer et dissoudre graisses et goudrons...

Est-il possible de se passer des aérosols d'origine pétrochimique (comme le WD-40 pour vélos, de 6 à 7 € les 200 ml), nocifs pour l'environnement, bourrés de chlore, de soufre, de silicone, de composés organiques volatils (COV) et d'huile minérale, irritants et inflammables ?

■ La Droguerie écologique commercialise le Degrip'tout (6,50 €, en magasins bio), une bombe dégrippante à base d'huiles de tournesol et de colza bio cultivés en France.

Une innovation écologique et rechargeable, fabriquée par cette petite entreprise bretonne.

■ Il existe aussi le Degrip'lub Bio+, fabriqué par Legallais (autour de 17 € les 650 ml, en quincailleries). Ce dégrissant-lubrifiant de base végétale est biodégradable en 21 jours.



ÉLIMINER LES PARASITES DES PANIERS DES ANIMAUX

Méthode 1

■ 1/4 de verre de terre de diatomée par mètre carré.

En mode curatif ou préventif : traitez les lieux de repos des animaux avec la poudre de diatomée, sans négliger les recoins. Les puces et autres ectoparasites meurent par dessiccation. L'humidité, les restes d'urine et les moisissures se feront aussi absorber.

Méthode 2

- 1 verre de bicarbonate.
- 1 verre de sel.

Mélangez le bicarbonate et le sel, et saupoudrez les moquettes, tapis et couvertures squattés par votre animal. Laissez reposer 24 heures. Les puces et les tiques devraient y succomber. Passez ensuite l'aspirateur, pour les éliminer définitivement.

Zoom

LA TERRE DE DIATOMÉE, L'INSECTICIDE NATUREL

■ C'est la bête noire des parasites et des insectes ! La terre de diatomée remplace les insecticides de synthèse.

Cette poudre claire, tendre et légère provient de petites carrières naturelles de microalgues fossilisées.

Ces 100 000 espèces de diatomées proviennent du plancton d'anciens lacs ou océans. En France, l'une des meilleures terres de diatomée provient du Massif central.

■ Simplement tamisée et broyée, elle agit grâce à ses 83 % de dioxyde de silicium. Elle absorbe l'humidité et désodorise les espaces moisis ou marqués à l'urine.

■ Par frottement, les arêtes coupantes de la silice sectionnent les carapaces des insectes rampants et autres parasites, ce qui limite la prolifération des fourmis, puces, cafards, cloportes et mites. Cette poudre naturelle a donc, par effet mécanique, une action biocide insecticide reconnue au niveau européen, sans effet d'accoutumance.



Décaper les marques de rouille

Méthode 1

- Jus de citron.
- Sel fin.

Recouvrez la tache de jus de citron, puis versez du sel fin. Laissez agir au moins 1 heure, frottez délicatement, puis rincez. Recommencez au besoin.

Méthode 2

- 1 cuillerée à soupe de bicarbonate.
- Jus de 1 citron.

Mélangez le bicarbonate avec le jus de citron, et déposez le mélange sur la rouille. Laissez en place 15 minutes, puis frottez avec une éponge.

Méthode 3

- 1 tasse de bicarbonate.
- 1 tasse de savon noir ou liquide vaisselle.

Pour enlever la rouille sur les plastiques (idéal pour les meubles de jardin) : dans 1 l d'eau, de tiède à chaude, mélangez le bicarbonate et le savon. Remuez bien, plongez-y une éponge et lavez le plastique avec celle-ci. Rincez-le à l'eau chaude et laissez sécher.

DÉGRISER ET PROTÉGER LES BOIS EXTÉRIEURS

- Percarbonate ou cristaux de soude.
- Pinceau large ou brosse à badigeon.
- Brosse à fibres dures (coco, par exemple).
- Vinaigre.
- Huile de lin.

Pour remettre à neuf les bois grisâillés par les intempéries (terrasses, barrières, mobilier de jardin...) : dans 1 seau, mélangez 1 volume de percarbonate (ou 2 volumes de cristaux de soude, qui blanchissent plus le bois) pour 10 volumes d'eau tiède. Appliquez cette solution au pinceau ou à la brosse. Laissez agir 20 minutes, puis passez une brosse à fibres dures afin d'éliminer mousses, lichens, et champignons, taches de graisse ou remontées de tanin. Rincez généreusement. Une fois le bois sec, neutralisez-le avec une eau vinaigrée. Puis appliquez une couche d'huile de lin.

DÉCRASSER LES TERRASSES EN DALLES

- De 2 à 3 cuillerées à soupe de percarbonate de soude, ou 2 cuillerées à soupe de cristaux de soude.
- Balai-brosse.

Pour les terrasses carrelées en grès, cérame, marbre... : dissolvez le percarbonate ou les cristaux de soude dans 1 l d'eau chaude. Trempez un balai-brosse dans cette solution, puis nettoyez dalles et joints. Adieu lichens et salissures ! Rincez bien, surtout pour les dalles calcaires.

Combattre les invasions de parasites sur les animaux

- Terre de diatomée.

Puces, poux, tiques, punaises... Ils attaquent vos protégés à poils et à plumes ? Pas de panique : brossez vos animaux à rebrousse-poil en saupoudrant de petites quantités régulières de poudre, de façon à la mettre en contact avec les parasites. Faites attention à éviter les yeux. Renouvelez tous les 4 à 5 jours.

Dégraisser le barbecue

Avec du papier journal, enlevez d'abord le gros des résidus et des graisses brûlées.

Méthode 1

- 1/4 de verre de gros sel.
- 1/4 de verre de vinaigre.

Mélangez du gros sel avec du vinaigre, et frottez le barbecue avec cette préparation. Laissez reposer 15 minutes, rincez et essuyez.

Méthode 2

- Cristaux de soude.
- Savon noir.

Préparez une crème en mélangeant 1 mesure de cristaux de soude avec 2 mesures d'eau bien chaude et 4 mesures de savon noir. Imprégnez-en de vieux chiffons et appliquez-la sur les parties encrassées durant 1 journée. Frottez ensuite avec une éponge ou de la paille de fer, puis rincez.

Méthode 3

- Bicarbonate à gros grains.
- 1 brosse dure.

Façonnez une pâte avec 3 mesures de bicarbonate pour 1 mesure d'eau. Avec une brosse dure, appliquez-en une bonne couche sur la grille de cuisson. Laissez agir 20 minutes, puis rincez avec un chiffon humide.

TOILETTER VOS ANIMAUX ET SUPPRIMER LEURS ODEURS

Méthode 1

- Savon noir.

Méthode à l'eau : dilué dans 1 seau d'eau, le savon noir peut s'utiliser comme shampoing pour les chiens ou les chevaux, mais aussi pour le soin des ongles, des sabots...

Méthode 2

- Bicarbonate.
- Brosse.

Shampoing sec : saupoudrez un peu de bicarbonate sur votre chien en évitant les yeux, le museau et les plaies. Frottez-le doucement pour répartir le bicarbonate sur le pelage. Puis brossez-le pour bien l'imprégner et faire tomber l'excédent. L'odeur sera absorbée pour quelques jours, tout en repoussant les parasites. ■

Je fabrique mes allume-feux

Ne jetez plus vos bouchons de liège ni vos vieilles bougies !

Ils vous serviront à fabriquer à peu de frais des allume-feux bien plus écologiques que les cubes blancs vendus dans les supermarchés.



■ RECETTE 1

- Faites fondre doucement au bain-marie les restes de bougies (si vous n'en disposez pas, vous pouvez acheter un pain de paraffine alimentaire). Veillez à ce que la cire ne soit jamais bouillante !
- Trempez vos bouchons de liège (surtout pas de bouchons en plastique !) dans la cire, et laissez-les refroidir, puis conservez-les dans une boîte, en les tenant bien au sec.

■ RECETTE 2

En dépannage, si vous n'avez pas d'allume-feux, avec 4 feuilles d'essuie-tout, réalisez 4 boules bien serrées, et versez dessus quelques gouttes d'huile alimentaire (huile de tournesol, de colza ou d'olive).



Pour en savoir plus

Nous vous proposons une sélection d'ouvrages qui vous aideront, grâce à leurs recettes tous azimuts, à moins gaspiller au quotidien tout en préservant votre environnement, votre santé... et votre porte-monnaie.

Le Grand Guide Larousse du bicarbonate

Martina Krčmár



Outre ses propriétés intrinsèques, le bicarbonate de soude compte bien d'autres usages, aussi bien cosmétiques que culinaires. Conseils de santé et de beauté, recettes... Ce guide est une mine d'inspiration et d'astuces faciles à mettre en œuvre pour nettoyer baignoire et lavabo, faire briller les appareils électroménagers ou les ustensiles de cuisine, adoucir le linge, désodoriser tapis ou moquette, le réfrigérateur... En près de 500 courts articles, l'auteure nous fait découvrir la grande polyvalence de ce produit « *qui peut faire des miracles* ».

Éd. Larousse, 2014, 16,90 €.

Le Ménage au naturel

Nathalie Boisseau

Quelque 60000 substances chimiques baignent notre environnement quotidien, sans que l'on ait bien conscience de leur nocivité et de leur interactivité. Alors, pourquoi ne pas fabriquer soi-même ses produits ménagers, à l'aide d'ingrédients naturels et biodégradables ? Telle est l'ambition de cet ouvrage, qui propose, pour un prix de revient abordable, de nombreuses recettes simples, éprouvées, à la manière d'un livre de cuisine, avec la liste de leurs ingrédients, les tours de main à acquérir, et des astuces à puiser au fil des pages. Le tout illustré par l'auteure.

Éd. Alternatives, coll. Tout Beau tout bio, 2015, 13,50 €.



Une maison toute propre, c'est malin

Julie Frédérique, Michel Drouhiole, Camille Anseaume

Rendre le linge impeccable, nettoyer les taches coriaces, faire briller cuisine, salle de bains et salon, réaliser soi-même ses produits d'entretien... Cette "bible du ménage", compilation de 5 ouvrages parus chez le même éditeur (ménage malin, vinaigre malin, bicarbonate malin...), vous guide au jour le jour et offre une multitude de conseils (plus de 300 applications dans tous les domaines) pour garder sa maison saine toute l'année, en évitant de céder aux sirènes de l'industrie pétrochimique. Une réponse aux messages de la grande distribution.

Éd. Quotidien malin, 2014, 17 €.

Recettes et astuces d'autrefois pour aujourd'hui

Catherine Fructus

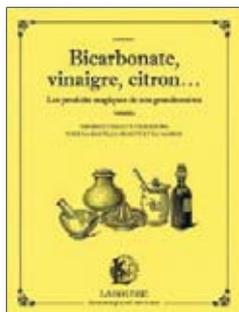
Conçu comme un « *manuel des trésors de la vie pratique* », le livre de Catherine Fructus entend remettre au goût du jour les savoir-faire d'autrefois. Gros sel et vinaigre pour dégraisser les plaques de cuisson et les grilles (comme celles du four), pelures de pomme de terre pour détartre les casseroles et la bouilloire... On y trouve des centaines de formules simples et peu coûteuses non seulement dans le domaine de la maison, mais aussi dans ceux de la santé et de la beauté, ainsi que des adresses où se procurer les ingrédients et à quel prix.

Éd. Odile Jacob, 2010, 21,30 €.



Bicarbonat, vinaigre, citron... Les produits magiques de nos grands-mères

Marie-Noëlle Pichard,
Élisabeth Andréani



Toutes magiciennes, nos grands-mères ? Du moins savaient-elles se faciliter la vie à l'aide de ces ingrédients de base que sont le bicarbonate, le vinaigre, le citron et l'argile. Vous recherchez un nettoyeur à tout-faire, vous aspirez à un bain de pieds relaxant, ou la bouilloire est entartrée... Ce petit cahier vous fera découvrir 100 recettes pour la santé, la beauté et la maison, agrémentées d'illustrations puisées dans le *Larousse ménager* d'hier. Éd. Larousse, coll. Petits Cahiers, 2015, 4,99 €.

Du sel, du citron, du vinaigre, du bicarbonate de soude. 250 recettes naturelles pour la maison

Shea Zukowski

Ils sont bon marché et écologiques pour cuisiner, entretenir le linge, faire le ménage, prendre soin des animaux de compagnie ou même de soi. En



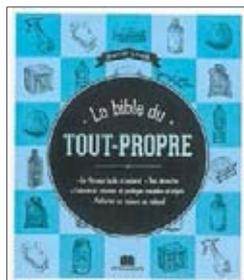
bref, ils sont polyvalents. Sel, citron, vinaigre, bicarbonate : à l'aide de ce « *quatuor magique* », Shea Zukowski nous fait découvrir – ou redécouvrir – comment désodoriser le linge, rendre un miroir étincelant, empêcher le chat de lacérer fauteuils et rideaux... et bien d'autres astuces parfois insolites, mais toujours fort utiles.

Éd. Marabout, coll. Vie quotidienne, 2013, 5,99 €.

La Bible du tout-propre

Sylvie Fabre,
Isabelle Louet

Dégraissier, détartrer, désodoriser, protéger, faire briller : à chaque pièce son ménage ; à chaque tache sa solution. En envoyant au diable la panoplie des composés chimiques qui polluent nos intérieurs tout autant que la planète, Sylvie Fabre et Isabelle Louet nous initient au



ménage naturel, efficace et bien organisé, à l'aide de produits et de tours de main qui, depuis des centaines d'années, ont fait la preuve de leur efficacité. Sans oublier de respecter quelques règles de sécurité en manipulant des substances respectueuses de l'environnement et néanmoins actives.

Éd. Massin, 2016, 19,90 €.

Trucs & astuces d'autrefois

Textes :

Stéphanie Chica



Créée en 1946, la marque Starwax n'en finit pas de surfer sur son identité rétro. Sa gamme de produits d'antan (The Fabulous) s'enrichit désormais d'un petit livre de recettes à réaliser soi-même... avec les produits Starwax, bien sûr ! Pour nettoyer le carrelage ou enlever une tache sur un vêtement, c'est The Fabulous Savon noir qu'il vous faut ; pour dégraisser les plans de cuisson, The Fabulous Cristaux de soude ; pour nettoyer un réfrigérateur, The Fabulous Bicarbonate de soude... Un vrai catalogue publicitaire. C'est aussi un « *clin d'œil à ces belles années*

empreintes d'optimisme, de sécurité et de qualité » où les femmes faisaient tout. *Fabulous*, mais pas si *marvellous* !

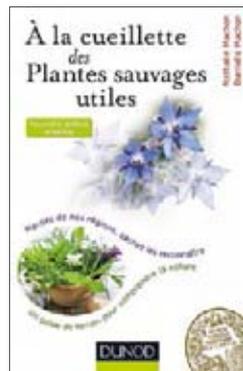
Éd. Starwax, 3,95 €.

À la cueillette des plantes sauvages utiles

Nathalie Machon,
Danielle Machon

Les plantes, chacun croit les connaître ou les reconnaître. Certaines de leurs propriétés nous sont familières, en tisanes ou sous forme d'huiles essentielles : calmante comme la camomille, tonique comme la menthe, anti-infectieuse comme le thym... Mais savez-vous que nombre d'entre elles contiennent de la saponine, qui a la propriété d'un détergent ; que la marguerite *Chrysanthemum* renferme des molécules insecticides ; que les prêles contiennent de la silice, idéale pour nettoyer les fonds de casserole ? Avec ce guide de terrain bien illustré, les plantes de nos régions (une centaine d'espèces sont décrites) n'auront bientôt plus de secrets.

Éd. Dunod, 2015, 14,90 €.



Index

A

Acariens 77-78
Acide citrique 100
Aérosol 14
Alcool ménager 86
Allergies 11
Allume-feux 107
Antimites 81
Antimoisissures 82
Appareils
électroménagers 66, 90
Argentier 74
Argile 36-37
Armoire 77
Assouplissant 89
Atelier 102 à 107

B

Baignoire 82, 84, 86-87
Balai à franges
(ou espagnol) 48 à 51
Barbecue 105, 107
Bicarbonate
de soude 22 à 24
Blanc de Meudon 104
Bois 68, 72-73, 106
Boîtes alimentaires 67
Bouilloire, cafetière 61
Brosse à vaisselle 65
Buanderie 88 à 93

C

Calcaire 84, 100
Canalisations 60, 84
Canapé, fauteuil 68, 71-72
Carrelage 84-85, 98

Casseroles 60, 62, 65
Chambre 76 à 81
Chaussures 80
Chromes 67
Cire
▸ d'abeille 72
▸ de carnauba 80
Citron 62
Clavier d'ordinateur 70
Col et poignets 92
Couverts 59
Crème à récurer 87
Cristaux de soude 32 à 34
Cuir 69, 71
Cuisine 58 à 67
Cuisinière 62, 64
Cuivre 60

D

Danger (symboles de) 19
Déboucheur d'évier 60
Dégrippant 105
Désinfectant 89, 101
Désodorisant 11, 12
Détartrant 61-62, 90, 99
Douche 82 à 87

E

Écran d'ordinateur,
de télévision 70
Encaustique 73
Éponges 52 à 55, 60, 83, 86
Évier 59-60

F

Fer à repasser 91

Four 64-65
▸ à micro-ondes 66
Fourmis 103

G

Gants de ménage 64
Garage 102 à 107
Gomme magique 70

H

Hotte aspirante 60, 65
Huiles
essentielles 38 à 41

I

Inox 67
Insecticide 78, 81, 103

J

Javel (eau de) 10
Joints de carrelage 85
Jouets 80, 91

L

Laine 91
Lavabo 82, 84, 86-87
Lave-vaisselle 62-63
Lessive
▸ à la cendre 93
▸ aux plantes 92
▸ en gel 93
Linge 88 à 93
Lingettes jetables 13
Lino 78
Liquide vaisselle 61
Literie 76 à 78

Litière pour chat	104
Livres	72
Luffa	83

M

Machine à laver	90
Marbre	72
Marc de café	60
Matelas, sommier	76 à 78
Matériel de camping	104
Microfibres	44 à 47
Miroir	100
Mites	78, 81
Moto	104

N

Nettoyant	
▸ désinfectant	101
▸ multiusage	67
Noix de lavage	91

O

Odeurs	
▸ animaux	107
▸ canalisations	84
▸ chaussures	80
▸ évier	60
▸ litière	104
▸ poisson	64
▸ poubelle	58
▸ réfrigérateur	61
▸ tabac	69, 90
▸ toilettes	100
▸ voiture	102

P

Parasites des animaux	105-106
Parfum	11, 69 à 71, 80, 100
Parquet	78-79
Percarbonate de soude	32-34

Pierre d'argile	15
Pinceau	104
Plan de travail	59
Plaque de cuisson	66
Plastique	66, 80
Pot-pourri	69
Punaises	78

R

Raclette	85
Réfrigérateur	61, 65-66
Réglementation	16-19
Répulsif fourmis	103
Rideaux, stores	77, 80, 91
Robinetterie	59, 83, 99
Rouille	106

S

Salle de bains	82 à 87
Salon	68 à 75
Savon	28 à 31
▸ d'Alep	28, 31
▸ au fiel de bœuf	30, 90
▸ de Marseille	28 à 31
▸ noir	28 à 31
Serpillère	48 à 51
Soie	89

T

Table de cuisson	65-66
Taches	94 à 97
▸ café, thé	63, 94
▸ cambouis	94, 103
▸ chewing-gum	94
▸ cire	72, 92
▸ cola	94
▸ colle	95
▸ confiture	95
▸ encre	95
▸ excréments	95
▸ fond de teint	95
▸ fruits rouges	95
▸ gras	68

▸ herbe	95
▸ jaune d'œuf	95
▸ javel	96
▸ mayonnaise	96
▸ moisissures	96
▸ peinture	103
▸ purée de carottes	96
▸ rouge à lèvres	62, 96
▸ rouille	97, 106
▸ sang	97
▸ sauce tomate	97
▸ teinture pour cheveux	97
▸ terre	97
▸ transpiration	92, 97
▸ vin rouge	97

Tapis	78
Tawashi	86
Terrasse	105-106
Terre de diatomée	106
Terre de Sommières	36-37
Toilettes	98 à 101
Toxiques (substances)	8 à 15, 17-18

V

Vaisselle	59, 62-63
Vaporisateur à odeurs	71
Vase	74
Vélo	104
Velours	91
Ventouse	84-85
Verres	62, 71
Vinaigre	26-27, 100
Vitres (produit à)	75, 77, 84
Vitrocéramique	66
Voiture	102, 104-105

W

W-C	98 à 101
------------------	-----------------



60

millions de consommateurs

INSTITUT NATIONAL DE LA CONSOMMATION

Complétez vo

Mensuels

Une mine d'informations utiles pour consommer juste et en parfaite connaissance de cause.

Passez votre commande en ligne

Retrouvez la liste complète des mensuels et hors-séries sur www.60millions-mag.com Les numéros sont disponibles en version papier et en version numérique.



+ simple, + rapide

Achetez les numéros sur tablette numérique

Téléchargez l'appli 60 sur iTunes et Google Play ; vous y trouverez tous les numéros parus depuis janvier 2012.



N° 514 (Avril 2016) 4,60 €

- Essais :
- Crédits immobiliers et assurances emprunteurs
 - Démaquillants
 - Fours à micro-ondes



N° 513 (Mars 2016) 4,60 €

- Essais :
- Vins et fromages médaillés
 - Protections périodiques féminines
 - Éponges
 - Pièces détachées



N° 512 (Fév. 2016) 4,60 €

- Essais :
- Aliments sans gluten
 - Lessives liquides et en capsules
 - Imprimantes multifonctions
 - Brosses à dents électriques



N° 511 (Janvier 2016) 4,60 €

- Essais :
- Mutuelles santé
 - Sulfités dans l'alimentation
 - Balances et tensiomètres connectés



N° 510 (Déc. 2015) 4,60 €

- Essais :
- Smartphones
 - Champagnes
 - Cafetières expresso



N° 509 (Nov. 2015) 4,60 €

- Essais :
- Drones
 - Lave-linge
 - Médicaments contre la toux



N° 508 (Oct. 2015) 4,60 €

- Essais :
- Molécules toxiques dans les produits d'hygiène et de beauté
 - Chocolats noirs
 - Fiabilité auto : 300 modèles à la loupe



N° 507 (Sept. 2015) 4,60 €

- Essais :
- Produits pour lave-vaisselle
 - Casques moto



N° 506 (Juil. 2015) 4,60 €

- Essais :
- Crèmes solaires
 - Appareils photo
 - Vins rosés
 - Saucissons secs et jambons crus



N° 505 (Juin 2015) 4,60 €

- Essais :
- Huiles d'olive
 - Chaussures de randonnée
 - Sites de voyages : où acheter son billet moins cher



N° 504 (Mai 2015) 4,60 €

- Essais :
- Gélules minceur
 - Friteuses
 - Shampoings
 - Siphons à crème
 - Banques en ligne

LES ORGANISATIONS POUR VOUS DÉFENDRE

LES ORGANISATIONS NATIONALES (Membres du Conseil national de la consommation)

- ADEIC (Association de défense, d'éducation et d'information du consommateur)
27, rue des Tanneries,
75013 Paris.
Tél. : 01 44 53 73 93.
Courriel : contact@adeic.fr
Internet : www.adeic.fr
- AFOC (Association Force ouvrière consommateurs)
141, avenue du Maine,
75014 Paris.
Tél. : 01 40 52 85 85. Fax : 01 40 52 85 86.
Courriel : afoc@afoc.net
Internet : www.afoc.net
- ALLDC (Association Léo-Lagrange pour la défense des consommateurs)
150, rue des Poissonniers,
75883 Paris Cedex 18.
Tél. : 01 53 09 00 29. Fax : 01 56 55 51 82.
Courriel : consom@leolagrange.org
Internet : www.leolagrange-conso.org
- CGL (Confédération générale du logement)
29, rue des Cascades,
75020 Paris.
Tél. : 01 40 54 60 80. Fax : 01 47 66 18 17.
Courriel : info@lacgl.fr
Internet : www.lacgl.fr
- CLCV (Consommation, logement et cadre de vie)
59, boulevard Exelmans,
75016 Paris.
Tél. : 01 56 54 32 10. Fax : 01 43 20 72 02.
Courriel : clcv@clcv.org
Internet : www.clcv.org
- CNAFAL (Conseil national des associations familiales laïques)
108, avenue Ledru-Rollin,
75011 Paris.
Tél. : 01 47 00 02 40. Fax : 01 47 00 01 86.
Courriel : cnafal@cnafal.net
Internet : www.cnafal.org
- CNAFC (Confédération nationale des associations familiales catholiques)
28, place Saint-Georges,
75009 Paris.
Tél. : 01 48 78 82 74. Fax : 01 48 78 07 35.
Courriel : cnafc-conso@afc-france.org
Internet : afc-france.org/consommation
- CNL (Confédération nationale du logement)
8, rue Mériel, BP 119,
93104 Montreuil Cedex.
Tél. : 01 48 57 04 64. Fax : 01 48 57 28 16.
Courriel : cnl@lacnl.com
Internet : www.lacnl.com
- CSF (Confédération syndicale des familles)
53, rue Riquet,
75019 Paris.
Tél. : 01 44 89 86 80. Fax : 01 40 35 29 52.
Courriel : contact@la-csf.org
Internet : www.la-csf.org
- Familles de France
28, place Saint-Georges,
75009 Paris.
Tél. : 01 44 53 45 90. Fax : 01 45 96 07 88.
Courriel : conso@familles-de-france.org
Internet : www.familles-de-france.org
- Familles rurales
7, cité d'Antin,
75009 Paris.
Tél. : 01 44 91 88 88. Fax : 01 44 91 88 89.
Courriel : infos@famillesrurales.org
Internet : www.famillesrurales.org
- FNAUT (Fédération nationale des associations d'usagers des transports)
32, rue Raymond-Losserand,
75014 Paris.
Tél. : 01 43 35 02 83. Fax : 01 43 35 14 06.
Courriel : secretariat@fnaut.org
Internet : www.fnaut.asso.fr
- INDECOSA-CGT (Association pour l'information et la défense des consommateurs salariés-CGT)
263, rue de Paris,
93516 Montreuil Cedex.
Tél. : 01 48 18 84 26. Fax : 01 48 18 84 82.
Courriel : indecosa@cgf.fr
Internet : www.indecosa.cgf.fr
- UFC-Que Choisir (Union fédérale des consommateurs-Que Choisir)
233, boulevard Voltaire,
75011 Paris.
Tél. : 01 43 48 55 48. Fax : 01 43 48 44 35.
Internet : www.quechoisir.org
- UNAF (Union nationale des associations familiales)
28, place Saint-Georges,
75009 Paris.
Tél. : 01 49 95 36 00. Fax : 01 40 16 12 76
Internet : www.unaf.fr
- CTCR Centre
10, allée Jean-Amrouche,
41000 Blois.
Tél. : 02 54 43 98 60.
Courriel : ctrc.centre@wanadoo.fr
- CTCR Corse (UROC)
Les Salines 1, tour I,
rue François-Pietri,
20090 Ajaccio.
Tél. : 04 95 22 24 39. Fax : 04 95 22 60 94.
Courriel : ctrc.corse@wanadoo.fr
- CTCR Franche-Comté
37, rue Battant,
25000 Besançon.
Tél. : 03 81 83 46 85.
- CTCR Île-de-France
100, boulevard Brune,
75014 Paris.
Tél. : 01 42 80 96 99. Fax : 01 42 80 96 96.
Internet : www.ctrc-idf.asso.fr
- CTCR Languedoc-Roussillon
31, allée Léon-Foucault,
résidence Galilée,
34000 Montpellier.
Internet : conso-languedocroussillon.org
- CTCR-UROC Limousin
Maison des associations,
40, rue Charles-Silvestre,
87100 Limoges.
Tél. : 05 55 77 75 56. Fax : 09 70 62 28 71.
Courriel : ctrc-uroc-limousin@wanadoo.fr
Internet : www.ctrc-uroc-limousin.asso.fr
- CTCR Lorraine
58 bis, rue Raymond-Poincaré,
54000 Nancy.
Tél. : 03 83 28 02 68. Fax : 03 83 40 02 01.
Courriel : ctrc.lorraine@laposte.net
- CTCR Midi-Pyrénées
1, avenue Maurice-Hauriou,
résidence Port-Garaud,
31000 Toulouse.
Tél. : 05 61 62 37 41.
Courriel : contact@ctrc-mp.fr
Internet : www.ctrc-mp.fr
- UROC Nord-Pas-de-Calais
6 bis, rue Dormagen,
59350 St-André-lez-Lille.
Tél. : 03 20 42 26 60.
Courriel : uroc-5962@wanadoo.fr
Internet : www.uroc5962.fr
- CTCR Poitou-Charentes
23, avenue Robert-Schumann,
86000 Poitiers.
Courriel : ctrc.poitoucharentes@wanadoo.fr
- CTCR Provence-Alpes-Côte d'Azur
23, rue du Coq,
13001 Marseille.
Tél. : 04 91 50 27 94.
Courriel : contact@ctrc-paca.org
Internet : www.ctrc-paca.org

LES CENTRES TECHNIQUES RÉGIONAUX

- Chambre de consommation d'Alsace (CTCR)
7, rue de la Brigade-Alsace-Lorraine, BP 6,
67064 Strasbourg Cedex.
Tél. : 03 88 15 42 42.
Courriel : contact@cca.asso.fr
Internet : www.cca.asso.fr
- CTCR Aquitaine
89, rue Porte-Dijéaux,
33000 Bordeaux.
Tél. : 05 57 14 26 30.
Courriel : ctrc-aquitaine@wanadoo.fr
- CTCR Auvergne (UROC)
17, rue Richepin,
63000 Clermont-Ferrand.
Tél. : 04 73 90 58 00.
Courriel : u.r.o.c@wanadoo.fr
- CTCR Basse et Haute-Normandie
Maison des solidarités,
51, quai de Juillet,
14000 Caen.
Tél. : 02 31 85 36 12. Fax : 09 55 69 36 12.
Courriel : ctrc@consonormandie.net
Internet : www.consonormandie.net
- CTCR Bourgogne
Boîte NN7,
2, rue des Corroyeurs,
21068 Dijon Cedex.
Tél. : 03 80 74 42 02.
Courriel : contact@ctrc-bourgogne.fr
Internet : www.ctrc-bourgogne.fr
- Maison de la consommation et de l'environnement (MCE) Bretagne
48, boulevard Magenta,
35000 Rennes.
Internet : www.mce-info.org

LES DÉPARTEMENTS D'OUTRE-MER

Guadeloupe

- UDAF
2, rue Lardenoy, 97100 Basse-Terre.
Tél. : 05 90 81 12 80.



60 Millions de consommateurs le magazine de l'Institut national de la consommation



Un magazine sans publicité commerciale, à l'abri de toute pression

Des tests sur des produits achetés de façon anonyme

**Des journalistes spécialisés, qui s'appuient sur le travail des experts de l'INC :
ingénieurs, juristes, économistes, documentalistes...**

Un réseau de lecteurs correspondants

60 Millions de consommateurs, le magazine réalisé pour vous et avec vous

Pour vous aider à bien choisir, à dépenser mieux et moins

Pour faire valoir vos droits

Pour contribuer à améliorer la qualité des produits et des services



**Prochain hors-série
en kiosque le jeudi 9 juin**



- **Vrais et faux aliments authentiques**
- **Les produits trafiqués à votre insu**
- **Les dessous de la pizza et du fast-food**

AGROALIMENTAIRE Vérités & mensonges

**En version numérique sur www.60millions-mag.com
et sur tablettes dès le 6 juin 2016**

M 03851 - 119S - F: 5,90 € - RD

