

## Fiche 33 – Les produits ménagers

En adaptant aux conditions locales leurs usages ménagers et en optimisant les ressources de quelques matières premières, nos anciens cultivaient un art de vivre respectueux de l'environnement. De là les fameuses « recettes de grand-mère ». Mais la manière dont nous entretenons aujourd'hui l'intérieur de nos maisons dépend moins de ces sagesses pratiques que des exigences fixées par l'industrie avec la conséquence de rejeter dans la nature des produits écocides (produits toxiques pour les organismes aquatiques, javel, etc.).

Les produits ménagers d'origine naturelle ont l'avantage d'être non seulement plus écologiques, mais aussi plus économiques que les produits à base de molécules de synthèse. Ils sont aussi moins salissants et moins dangereux, donc plus faciles à utiliser. A condition de respecter quelques principes :

- Apprendre par expérience, pas à pas.
- Tester un produit à la fois et sans rechercher l'efficacité immédiate.
- Prendre conseil auprès des autres, en échangeant les bonnes pratiques.
- Résister à la tentation de multiplier le nombre de produits et privilégier les produits multi-usages : pour le carrelage, l'évier de la cuisine, les parois de la douche, les vitres, etc.
- Suivre les étiquetages et noter rigoureusement sur chaque nouvel emballage (flacon ou bouteille de récupération) le nom et l'usage prévu du produit.

### Trois démarches :

**La méthode « basique »** : acheter des produits éco-conçus, conditionnés (mais sous emballages plastiques) et prêts à l'usage (Ex : la marque « L'arbre vert » ou bien « Phytonet »). On dispose d'un flacon étiqueté, bien identifié, contenant un produit préparé à l'avance et testé en laboratoire.

**La méthode « apprenti »** : expérimenter une matière première à la fois et fabriquer soi-même ses produits d'entretien. Cela à partir de recettes simples associant **quatre composants de base** : bicarbonate de soude, savon d'origine naturelle (de Marseille, d'Alep ou Savon noir), vinaigre à 14°, essences naturelles (lavande).

**La méthode « expert »** : consiste à fabriquer soi-même ses produits d'entretien à partir des quatre composants de base et en ajoutant des adjuvants naturels adaptés à chaque usage : percarbonate de soude, cristaux de soude, savon noir, acide citrique, terre de Sommières, cire d'abeille,... On trouvera des recettes sur internet ou dans la BD de Jérémie Pichon et Bénédicte Moret : *Famille Zéro Déchet*, ed. Thierry Souccar.



### Quelques exemples :

**Le bicarbonate de soude** est le produit polyvalent par excellence. Ses propriétés sont diverses et ses usages multiples : on l'utilise pour détacher ou blanchir le linge, désodoriser la poubelle, le frigo ou des chaussures, nettoyer le sol (en l'associant avec du savon noir), détartrer un pommeau de douche, enlever les traces de thé ou de café dans une cafetière/théière, déboucher une canalisation (en le combinant avec du sel et de vinaigre). Il existe aussi du bicarbonate alimentaire qu'on peut utiliser en cuisine (pour faire lever une pâte à cake, pour préparer plus rapidement des légumineuses qui seront aussi plus digestes,...).

**Le vinaigre d'alcool** est utile pour détartrer, nettoyer (le frigo, les planches à découper, les éponges encrassées, etc.), désodoriser ; son action sera plus forte s'il est utilisé chaud.

**Le savon noir** vient à point pour nettoyer les sols et carrelages, ou pour dégraisser (hottes, plaques de cuisson, friteuse, etc.). On peut fabriquer son liquide lessive à base de savon noir, de bicarbonate et d'eau (éventuellement ajouter quelques gouttes d'huile essentielle)

Sur le web, il y a plein de tutoriels comme : <https://positivr.fr/3-recettes-simples-ecologiques-produits-entretien-maison/>