

MOINS DE NOCIVITÉ POUR AUTANT D'EFFICACITÉ

Guide des alternatives aux produits toxiques



p. 4

Qu'est-ce qu'un
produit toxique ?

p. 10

Pourquoi lutter
contre l'usage
des produits
toxiques ?

p. 16

Prévenir le
danger

p. 20

Des solutions
alternatives
aux produits
toxiques

Sommaire

Préambule	3
1 Qu'est-ce qu'un produit toxique ?	4
Définition	6
Comment les identifier	7
2 Pourquoi lutter contre l'usage des produits toxiques ?	10
Impacts environnementaux	12
Impacts sur la santé	13
Les objectifs à atteindre	14
3 Prévenir le danger	16
Comment les stocker et les utiliser	18
Comment les trier et les éliminer	18
4 Des solutions alternatives aux produits toxiques	20
Les indispensables du « fait maison »	22
Quand je bricole	26
Quand j'entretiens mon véhicule	28
Quand je fais le ménage	30
Quand je jardine	40
Pour conclure	42



Préambule

Oust ! Les produits toxiques...

Les traquent les bactéries jusqu'au fond des canalisations, ils croquent les odeurs des chambres des ados et des voitures, ils pulvérisent la graisse et facilitent notre quotidien.

Mais à quel prix ? Derrière la fraîcheur ou l'efficacité promise, ces produits forment un cocktail toxique pour la santé et la nature, et sont ruineux pour le porte-monnaie. Pour créer toujours de nouveaux besoins, les industriels font la surenchère marketing et multiplient les gammes. Il y en a pour tous les goûts et odorats, tous les formats et tous les usages possibles.

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 désinfectants, la peur des microbes et des maladies est l'argument favori des marques sauf que votre maison n'est ni un hôpital, ni un aéroport où circulent des milliers de personnes.

Non aux nettoyeurs surpuissants et corrosifs qui attaquent les surfaces mais aussi votre peau.

Non à l'overdose de parfums souvent ultra allergisants dont les noms constituent une invitation au voyage mais qui ne ménagent pas vos narines.

Non aux produits gadgets qui se multiplient dans les rayons et les foyers ajoutant encore plus de pollution.

Non aux lingettes même biodégradables qui représentent le fléau de l'assainissement collectif et la hantise des collectivités face au traitement des eaux. Ces déchets très résistants obstruent les grilles, bloquent les pompes et mettent en danger le personnel des stations d'épuration par la formation de gaz toxiques.

Non aux aérosols et autres produits de bricolage car très inflammables, volatiles et dangereux à respirer.

Réduire la nocivité dans votre vie, c'est éliminer de votre consommation tous ces produits toxiques dangereux en les remplaçant par des produits plus écologiques ou en les fabriquant vous-même.

Ce guide va vous permettre de mieux identifier ces produits, les déchets toxiques qu'ils génèrent, de mieux comprendre les enjeux environnementaux et sanitaires de leur utilisation et de leur élimination et de mieux prévenir les accidents liés à leur manipulation. Vous trouverez également des conseils, des astuces pour mieux les choisir et des recettes pour les éviter.



Qu'est ce qu'un
**produit
toxique ?**

Qu'est-ce qu'un produit toxique ?



=

10 MILLIONS
DE TONNES DE DÉCHETS TOXIQUES



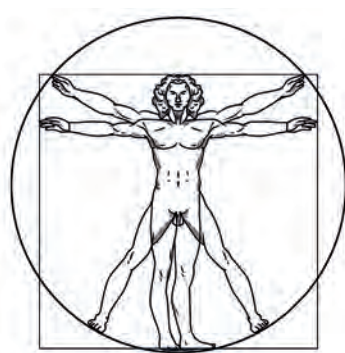
Définition

Tout produit contenant des substances toxiques susceptibles d'affecter à court, moyen ou long terme, via ses effets directs ou indirects :

L'ENVIRONNEMENT



LA SANTÉ HUMAINE



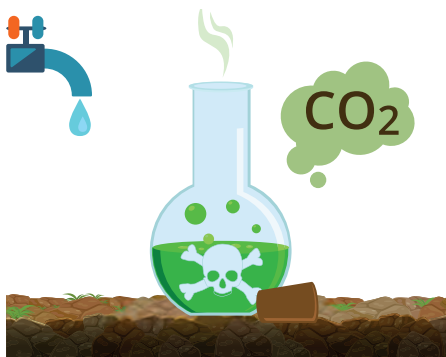
Les déchets toxiques appelés aussi DDS (Déchets Diffus Spéciaux) se caractérisent par leur dangerosité. Ils ne subissent pas le même traitement que les déchets ménagers ou que les déchets végétaux.

Ils appartiennent à la catégorie des déchets industriels et peuvent provenir :

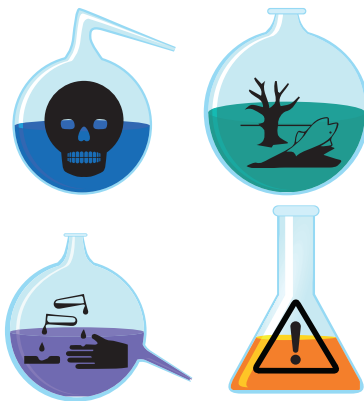
- des usines, de l'agriculture et des transports,
- des particuliers, des hôpitaux, de l'armée, etc.

Comment les identifier

Ces déchets peuvent prendre un état solide, pâteux ou gazeux. Ils peuvent être :



Des rejets nocifs dans l'air, l'eau et la terre



Une substance toxique



Des restes de produits dangereux, des objets ou des emballages usagés ou périmés

1- Qu'est-ce qu'un produit toxique

Les déchets toxiques sont nombreux et d'origines variées dans votre quotidien, en voici quelques exemples :

ENTRETIEN PISCINE



ENTRETIEN MAISON



CHAUFFAGE, CHEMINÉE ET BARBECUE



JARDINAGE



ENTRETIEN VÉHICULE



Mais aussi

DASRI*



HUILE DE FRITURE



PILES ET ACCUMULATEURS



MÉDICAMENTS



**Déchets de soins à risques infectieux*

Des pictogrammes pour les identifier facilement :

ANCIEN PICTOGRAMME	NOUVEAU PICTOGRAMME	SIGNIFICATION	RISQUE
		Je pollue	Produits qui provoquent des effets néfastes sur les organismes du milieu aquatique (poissons, crustacés, algues, autres plantes aquatiques...)
		Je tue	J'empoisonne rapidement même à faibles doses. Produits qui, par inhalation, ingestion ou pénétration cutanée en petites quantités, entraînent la mort ou des effets aigus ou chroniques.
		J'altère la santé ou la couche d'ozone	Produit qui empoisonne à forte dose ; qui irrite la peau, les yeux et / ou les voies respiratoires ; qui peut provoquer des allergies cutanées (eczéma par exemple) ; qui peut provoquer des somnolences ou des vertiges ; qui détruit l'ozone dans la haute atmosphère.
		Je fais flamber	Produit qui peut provoquer ou aggraver un incendie ; qui peut provoquer une explosion en présence de produits inflammables.
		Je flambe	Produit qui peut s'enflammer suivant le cas 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 au contact de l'eau ; qui dégage des gaz inflammables.
		J'explose	Produit qui peut exploser, suivant le cas, au contact d'une flamme ou d'une étincelle, ou d'électricité statique ou sous l'effet de la chaleur, d'un choc, de frottements...
		Je ronge	Produit qui peut attaquer ou détruire les métaux ; qui ronge la peau et/ou les yeux en cas de contact ou de projections.
		Je suis sous pression	Produit qui peut exploser sous l'effet de la chaleur (gaz comprimés, gaz liquéfiés, gaz dissous) ; qui peut causer des brûlures ou des blessures liées au froid (gaz liquéfiés réfrigérés).
		Je nuis gravement à la santé	Produit qui peut provoquer le cancer ; qui peut modifier l'ADN ; qui peut nuire à la fertilité ; qui peut nuire au fœtus ; qui peut altérer le fonctionnement de certains organes ; produit qui peut être mortel en cas d'ingestion / de pénétration dans les voies respiratoires ; qui peut provoquer des allergies respiratoires (asthme par exemple).



Pourquoi lutter
contre l'usage des
**produits
toxiques ?**

Pourquoi lutter contre l'usage des produits toxiques ?



Impacts environnementaux

L'utilisation quotidienne des produits toxiques engendre par vaporisation la pollution de l'air dans nos maisons.

Orientés vers les filières classiques de traitement, ces déchets augmentent la pollution de l'environnement :

POLLUTION DE L'AIR



Pollution de l'air par vaporisation et liée à l'incinération de ces produits.

POLLUTION DE L'EAU



Infiltration des produits toxiques dans les nappes phréatiques et les rivières. Exemple : la soude modifie le pH des eaux et donc perturbe la faune aquatique.

POLLUTION DES SOLS



Infiltration dans le sol des lixiviats* et exposition des êtres vivants à des contaminations en chaîne lors de l'enfouissement.

*Lixiviats : liquide résiduel engendré par la percolation de l'eau et des liquides à travers une zone de stockage de déchets, de produits chimiques ou tout simplement un sol contaminé par des polluants.

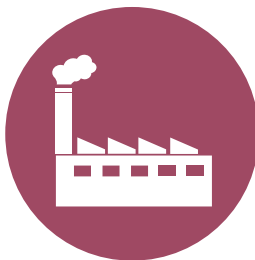
Impacts sur la santé

D'une manière générale, l'utilisation de produits dangereux n'est pas sans risque pour :

- les personnes en charge de la collecte,
- les agents de déchèterie,
- l'altération des machines.



Lors de l'utilisation de ces produits, il faut particulièrement respecter les doses prescrites et porter des équipements de protection adaptés.



Altération des machines de traitement.



Dangerosité pour les personnes en charge de la collecte s'ils sont mélangés aux ordures ménagères ou pour les agents de déchèterie si les apports sont faits en mélange.

Nous côtoyons tous les jours, sans que nous le sachions, les principales familles de substances chimiques que nous retrouvons dans un grand nombre de produits du quotidien et dont nous ne connaissons pas les effets néfastes sur la santé. Ils sont invisibles et partout à la fois, y compris dans le corps. Ils perturbent les hormones, le système nerveux, provoquent de l'asthme ou encore génèrent des cancers et malformations congénitales.

Objectifs à atteindre

Au niveau national

La gestion des produits chimiques, quelles nouveautés ?

SGH

Règlement international. Uniformise les systèmes d'information sur les dangers et les risques liés aux produits chimiques.

Le Système général harmonisé de classification et d'étiquetage des produits chimiques, définit, classe les dangers et communique des renseignements en matière de santé et de sécurité sur des étiquettes et des fiches de données de sécurité.

REACH

Règlement international. Fixe les conditions de mise sur le marché et d'utilisation des produits chimiques.

Le règlement Reach sécurise la fabrication et l'utilisation des substances chimiques dans l'industrie, recense, évalue et contrôle les substances chimiques fabriquées, importées, mises sur le marché européen.



CLP

Règlement Européen, transcription du SGH. Vise à assurer un niveau élevé de protection de l'homme et de l'environnement.

Classification, Labelling, Packaging
Texte européen du 16 décembre 2008.

Proposition de loi DETOX Adoptée !!

Loi Detox du 14/01/2016 apporte des solutions concrètes pour réduire notre exposition quotidienne à ces substances toxiques : plan national de substitution des substances chimiques, publication annuelle par les ministres concernés des produits à risque détectés dans les entreprises, label attribué aux entreprises les moins polluantes, nouvelle mention précisant l'absence de toute substance toxique apposée sur les produits de consommation.

LA TRANSITION ÉNERGÉTIQUE pour la CROISSANCE VERTE

Loi de transition énergétique pour la croissance verte : Objectif zéro pesticide dans l'ensemble des espaces publics à compter du 1^{er} janvier 2017.
La commercialisation et la détention de produits phytosanitaires à usage non professionnel seront interdites à partir du 1^{er} janvier 2019. Cette mesure concerne tout particulièrement les jardiniers amateurs.

Au niveau local



**OBJECTIF NATIONAL
2010 / 2020**



PRODUITS TOXIQUES

2010-2015 : premier programme de prévention des déchets de Rodez Agglomération.

Il a permis une baisse de 2,73 kg/an/hab

2015-2020 : deuxième programme de prévention des déchets de Rodez Agglomération

Il doit permettre une baisse de 0,51 kg/an/hab soit 7 tonnes/an

**TERRITOIRE
ZÉRO DÉCHET**



2017-2020 : mise en place du programme « Territoire Zéro Déchet Zéro Gaspillage ».

Il se décline sur 3 ans mais vise un terme plus long.

L'objectif de ce programme est plus global car son action de lutte contre l'utilisation de produits toxiques sur les ménages, s'élargit aux entreprises et aux collectivités, le tout en développant l'économie circulaire.

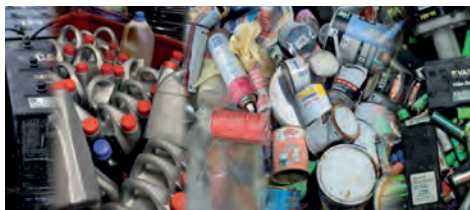


Prévenir
le danger

Prévenir le danger

Comment les stocker et les utiliser

Ne pas mélanger les déchets dangereux entre eux ou avec vos ordures ménagères. Les risques de réactions chimiques sont réels : explosions, dégagements de gaz toxiques, incendies...



Stocker toutes les substances toxiques avec précaution dans des récipients hermétiques, hors de portée des enfants, dans un endroit sec et aéré, à l'abri de la chaleur, de la lumière et de la fumée.



Garder de préférence les emballages d'origine du produit : nature du produit, dangerosité, date de péremption et conditions d'emploi y sont mentionnées.

Comment les trier ou les éliminer

Les déchets toxiques doivent être triés et éliminés avec précaution.

Il est interdit de jeter les déchets toxiques dans :

- la nature ou dans les eaux usées qui contamineraient les nappes phréatiques, cours d'eau, lacs, tout ne pouvant pas être filtré au niveau des stations d'épuration. D'autant plus que les micro-organismes des stations d'épuration sont très efficaces pour dégrader les polluants naturels, mais beaucoup moins contre les produits chimiques,
- le bac à tri ou poubelle jaune,
- la poubelle classique (noire).

Ils doivent être déposés en déchèterie pour la majorité d'entre eux. Les déchèteries accueillent les déchets pour les transmettre ensuite à une structure spécialisée dans leur recyclage ou leur traitement. Rodez Agglomération dispose de 5 déchèteries où vous pouvez déposer tous les déchets toxiques.

À DÉPOSER EN DÉCHÈTERIES



Produits spécifiques de la maison.



Chauffage, cheminée et barbecue.



Entretien véhicule.



Bricolage et décoration.



Entretien piscine.



Jardinage.

DASRI



Certains déchets comme les DASRI nécessitent pour être déposés en déchèterie, un collecteur spécifique pour prévenir les risques de contamination. Ces derniers sont à retirer dans votre pharmacie.

PILES ET ACCUMULATEURS



D'autres produits, comme les piles et accumulateurs peuvent être récupérés par des grandes surfaces commerciales ou apportés en déchèteries. Ainsi, ils peuvent être acheminés vers des filières adaptées.



EN DÉCHÈTERIE

- l'amiante,
- les produits explosifs : bouteille de gaz/extincteur,
- les déchets radioactifs,
- les médicaments qui sont à rapporter à la pharmacie.



Des solutions
alternatives aux
**produits
toxiques ?**

Des solutions alternatives aux produits toxiques

Pour éviter l'utilisation des produits toxiques, la solution c'est « le fait maison » et l'huile de coude. Pour mieux les choisir, il faut opter pour des produits alternatifs : peintures à l'eau, produits ménagers naturels, etc.

Le meilleur des déchets étant celui que l'on ne produit pas, l'utilisation de piles rechargeables est à privilégier. Certes, cela implique un petit investissement initial dans un chargeur mais la rentabilité de ce geste est très rapidement atteinte. De plus, lors de votre acte d'achat, choisissez des appareils fonctionnant sur le secteur (ex : rasoir électrique) ou avec une énergie mécanique (ex : dynamo de vélo).

Les indispensables du « fait maison »

Ils font pour certains déjà partis de notre quotidien mais on ignore souvent toutes leurs potentialités d'utilisations. D'autres moins connus ou oubliés, se trouvent dans les magasins bio au rayon « produits d'entretien ». Les grandes surfaces commencent à en commercialiser certains mais la diversité et la qualité proposées sont moindres.



Le bicarbonate de soude, abrasif doux, neutralise les odeurs, nettoie et adoucit, détache, désincruste la graisse et débouche les canalisations.



Le vinaigre blanc ou d'alcool conserve, dégraisse, désodorise, détartré, désinfecte ; antiseptique, antiparasite et antifongique.



Les cristaux de soude détartrant, dissolvent les matières grasses, détachent, et débouchent.



Le savon noir, excellent nettoyant multi-usage, dégraisse, détache, nettoie et fait briller.
S'utilise aussi au jardin ou pour les animaux.
Il existe liquide, en pain ou en pâte.



Les paillettes de savon de Marseille, idéal pour le linge, antiseptique.



Le percarbonate blanchit et détache.
Ne doit pas être mélangé avec un acide.

• Les huiles essentielles



HUILES ESSENTIELLES	Antiseptique	Antibactérien	Antiviral	Fongicide	Vermicide	Bactéricide	Antimite	Répulsif insectes	Parasiticide
Citron	+++	+++	+						
Pin Sylvestre	+++								
Eucalyptus	+	++	+++						
Sapin	++								
Menthe Poivrée	+	+	+	+	+				
Lavande Aspic	+		+	+		+	+		
Citronnelle	+	+						+	
Pamplemousse	+ aérien								
Tea tree	++++		++	++					++
Cannelle	+	++++	+++	+++					++++

• Les autres ingrédients utiles



Le sel détache, décape, désodorise, absorbe ; antigel, fixateur de couleur.



L'huile d'olive nourrit, fait briller les meubles en bois et détache.



Le jus de citron décolore, ravive la pierre et l'émail, désodorise.



Le marc de café dégraisse, désodorise, nettoie, ravive les couleurs foncées et le cuir.



Le blanc d'Espagne absorbe, fait briller ; abrasif.



Les argiles et terres de Sommières absorbent ; abrasives.



Les cendres dégraissent, absorbent, désodorisent ; abrasives.

Quand je bricole

Mieux les choisir

- Privilégier les peintures acryliques à l'eau. Chercher les peintures dont les ingrédients sont d'origine minérale et/ou végétale ;
- Privilégier les peintures Eco labellisées qui donnent une information complète, transparente et facile d'accès, la fiche technique et la composition en particulier.



Astuces

- Conserver le white spirit dans un bocal, il peut resservir ;
- Lors de travaux de peinture, ne pas nettoyer le matériel à chaque utilisation mais le conserver dans un sac plastique fermé et le nettoyer à la fin du chantier.

Les éviter

- Nettoyer ou décaper mécaniquement.
- Penser au revêtement de sol sans colle.
- À la place du white spirit, utiliser du savon noir et de l'eau chaude.

Fabriquer vos peintures maison à base de chaux et de pigments naturels, elles seront écologiques et économiques !



ACHETÉE

PEINTURE

1,60€/m² ≠ 0,10€/m²
par couche par couche



FAIT MAISON

Peinture

Matériel :

Une grande marmite (la peinture nécessite d'être cuite)
Un malaxeur à peinture (un fouet peut aussi faire l'affaire pour des quantités de peinture réduites)

Ingrédients (pour un litre de peinture) :

- 1 l d'eau
- 100 g de farine de blé
- 200 g de pigments colorés naturels ou de blanc de Meudon pour une peinture blanche
- 10 cl d'huile de lin
- 20 g de sulfate de fer (si la peinture est destinée à l'extérieur)
- 2 cl de savon noir liquide

Préparation :

Dans la marmite, délayer la farine dans 20 cl d'eau. Porter le mélange à ébullition sans arrêter de remuer. Ajouter progressivement le reste de l'eau et continuer de remuer. Après quelques minutes et une fois le mélange homogène, ajouter les pigments et le sulfate de fer (uniquement pour les peintures extérieures). Incorporer l'huile de lin au mélange et faire cuire encore un quart d'heure. Ajouter enfin le savon noir liquide pour finir de lier la préparation. Laisser refroidir. Si la peinture vous paraît trop épaisse, ajouter un peu d'eau. Verser la peinture dans un récipient hermétique.



Lasure à la bière

Ingrédients :

40 à 50 g de pigments et 1/2 l de bière

Préparation :

Dissoudre les pigments dans la bière. Commencer par brasser le pigment avec un peu de bière pour obtenir une bouillie épaisse. Diluer ensuite le tout jusqu'à obtenir un mélange facile à appliquer. On peut ajouter une cuillère à soupe d'essence de térébenthine pour accélérer le séchage. Appliquer au pinceau. Il est conseillé d'appliquer au moins deux couches, à une heure d'intervalle minimum. La lasure à la bière produit un effet fini mat. Elle convient à tout ce qui est en bois : brut ou bien poncé. Idéal pour une utilisation en intérieur, pour une application sur du petit mobilier, comme des étagères, des cadres photos, un contour de lit, des boiseries et pourquoi pas du parquet. Pour une utilisation extérieure, il faut appliquer du vernis ou de l'huile de lin, afin de garantir la longévité.



Quand j'entretiens mon véhicule

Mieux les choisir

Choisir des produits d'entretien simples, sains et éco-labellisés.

Les éviter

- Utiliser le plus possible des moyens de transport qui ne génèrent aucune pollution : marche à pied, vélo, transports en commun ainsi je prends soin de mon véhicule.
- Limiter les émanations polluantes de votre véhicule en tenant à jour ses révisions et en adoptant une conduite souple qui permet de consommer moins de fluides (carburant, huile, liquide freins,...) et de prolonger la vie de votre voiture.

Recette maison à l'extérieur du véhicule

Nettoyant extérieur véhicule

Pour nettoyer la carrosserie, un seau d'eau tiède, un peu de savon noir et une éponge.

Pour faire briller, rajouter dans votre eau de rinçage un peu de vinaigre blanc. Pour plus de brillance, sécher à l'aide d'un chiffon microfibre propre.

Pour nettoyer les tâches sur la carrosserie ou les phares, tamponner une éponge humide non abrasive dans du bicarbonate de soude puis nettoyer doucement la tâche. Rincer.

Pour nettoyer les jantes, utiliser un chiffon humidifié à l'eau frotté sur de la pierre d'argile.

Puis rincer à l'eau claire.



Recette maison à l'intérieur du véhicule

Désinfectant intérieur voiture

Ingrédients :

- 1/2 l de vinaigre
- 1 cuillère à soupe de bicarbonate
- 15 gouttes d'huile essentielle de citron
- 5 gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée et romarin
- 1 bouteille en verre



Préparation :

Dans une bouteille en verre, versez le vinaigre, ajoutez-y le bicarbonate, puis les huiles. Passez un peu de ce produit sur les sièges, le tableau de bord et le levier de vitesse. Inutile de rincer.

Astuces

Pour les plastiques et les sièges, savon noir et eau tiède.

Pour les vitres intérieures et extérieures, chiffons microfibrés et vinaigre blanc.

Pour éliminer les odeurs incrustées dans les sièges, disposez du bicarbonate de sodium à l'endroit d'où émane l'odeur et laissez agir au moins 1/2 heure avant d'aspirer.

Sinon, pour neutraliser les odeurs ambiantes, laissez en permanence du bicarbonate de soude dans un endroit discret, un cendrier par exemple.

Quand je fais le ménage

Les rayons des supermarchés regorgent de produits ménagers de toutes sortes, censés simplifier la vie, en permettant d'avoir sans effort une maison parfaitement propre et parfumée, débarrassée de tout microbe, un linge plus blanc que blanc, etc...



=



Cette somme peut facilement être diminuée, à condition de mettre la main à la pâte.

**JUSQU'À
-50 %**

Mieux les choisir

- Préférer l'utilisation de chiffons microfibras lavables, cela permet également de réaliser des économies financières.
- Préférer les détergents à base de produits naturels. Ils peuvent être fabriqués à la maison à partir d'ingrédients simples.

Les éviter



Les lingettes jetables qui en plus de créer des déchets supplémentaires se retrouvent souvent dans les eaux usées et engendrent des dysfonctionnements dans les circuits d'assainissement et des impacts plus importants sur l'environnement de par les traitements supplémentaires que cela implique.



L'eau de Javel, elle est toxique et inutile au quotidien : c'est un désinfectant, pas un nettoyant.

En voulant supprimer toutes les bactéries de notre intérieur, on fragilise notre immunité et on augmente donc le risque d'allergies et d'asthme, notamment chez les enfants. Dans nos maisons cohabitent de nombreux micro-organismes, qui vivent en équilibre, empêchant généralement les « mauvaises bactéries » de prendre le dessus. Cela nous permet également de nous forger notre immunité, c'est donc important. Or, si on décape tout, on risque de laisser le champ libre à des bactéries plus résistantes et potentiellement dangereuses.



Les produits décapants pour four, extrêmement toxiques, ils peuvent être remplacés par du savon noir. Faire régulièrement fonctionner la pyrolyse de votre four suffira.



Les gels et diffuseurs pour WC, ils peuvent contenir notamment du dichlorobenzène, un composé polluant.

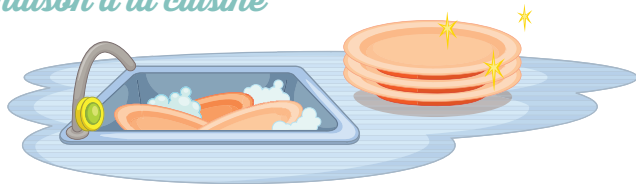


Les désodorisants chimiques, ils sont issus de la pétrochimie et leur impact toxique n'est pas toujours très bien connu. Pour les odeurs du réfrigérateur et du lave-vaisselle, du bicarbonate de soude dans une coupelle s'avère très efficace.



Les produits gadgets dépoussiérants, balais-serpillères, etc., qui deviennent vite des déchets, pour une utilité restreinte.

Recette maison à la cuisine



Liquide vaisselle

Ingrédients :

Pour 0.5 l de produit :

- 2 cuillères à café de savon noir
- 2 cuillères à café de bicarbonate de soude
- 1 cuillère à café de cristaux de soude
- 20 g de copeaux de savon de Marseille
- 10 gouttes d'huile essentielle de citron, pamplemousse



Préparation :

Dans 20 cl d'eau froide diluer, 2 cc de bicarbonate, 1 cc de cristaux de soude, 1 cc de savon noir. Dans les autres 20 cl d'eau très chaude diluer les copeaux de savon. Quand tout est bien dilué, verser les deux préparations dans un flacon et ajouter la 2^e cc de savon noir. Remuer, laisser épaissir puis ajouter 10 cl d'eau pour finir de remplir votre flacon.

Poudre lave vaisselle

Ingrédients :

Dans un récipient de type boîte hermétique, mélanger :

- 2 cuillères à soupe de copeaux de savon de Marseille
- 2 cuillères à soupe de cristaux de soude
- 1 cuillère à soupe de percarbonate de soude
- 2 cuillères à soupe d'acide citrique



Préparation :

Verser 1 cuillère à soupe de ce mélange dans le compartiment du lave-vaisselle.

Attention, veiller à bien fermer le couvercle de votre récipient après usage sinon la poudre va durcir.

Astuces

Couverts et verres qui ternissent, verser dans la cuve ou à la place du liquide de rinçage, soit 1 verre de vinaigre soit, le jus de ½ citron.

Si la vaisselle est très sale, saupoudrer de bicarbonate de soude avant lavage.

Déboucheur de canalisation

Ne surtout pas utiliser les déboucheurs chimiques. Et n'oublier pas la ventouse !

Ingrédients :

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

Préparation :

Mélanger le sel et le bicarbonate et verser ce mélange dans la canalisation puis asperger de vinaigre. Laisser agir au moins 3 h puis verser de l'eau très chaude (environ 1 à 3 l).

Pour le quotidien, réaliser cette opération seulement avec le bicarbonate, sans pause et en diminuant le temps de rinçage à l'eau chaude.



Nettoyant pour sol

Sols non poreux

Ingrédients :

Dans un bidon de 1 l :

- 70 cl de savon noir liquide
- 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude
- 1 cuillère à soupe de vinaigre blanc

Préparation :

Secouer le bidon doucement. Utiliser à raison de 1 bouchon pour 5 l.

Pour les sols poreux, remplacer le vinaigre par 1 verre d'huile de lin.

Pour vos parquets flottants, 1 bouchon de savon noir dans 1 l d'eau suffit.

Pour vos parquets vernis et vitrifiés, 1 bouchon de savon noir et ½ de vinaigre blanc.



Produit à vitres

Ingrédients :

Remplir un spray de :

- 2/3 d'eau
- 1/3 de vinaigre blanc
- 1 cuillère à café de savon noir liquide en option
- 2 à 5 gouttes d'huile essentielle de citronnelle ou de citron en option aussi.



Préparation :

Secouer bien le flacon avant utilisation. L'utilisation de la citronnelle permettra un effet anti-moustique.

Astuces

- Privilégier les jours de temps gris pour faire les vitres.
- Si les vitres sont très sales prévoir un prélavage au savon noir ou liquide vaisselle ou au bicarbonate de soude.
- Rincer avec un chiffon micro fibres.
- Finir de sécher avec du papier journal pour éviter les traces et retarder l'apparition des prochaines salissures.

Recette maison à la salle de bain et aux wc



Crème à récurer

Ingédients :

- ½ verre de bicarbonate de soude
- 2 cuillères à soupe d'argile
- ¼ de verre de cristaux de soude
- ½ verre de savon naturel liquide (savon noir par exemple)
- quelques gouttes d'huile essentielle de citron ou de menthe



Préparation :

Mélanger les 3 premiers ingrédients, puis ajouter le savon liquide et mélanger à nouveau pour obtenir une pâte homogène.

Utiliser sur une éponge ou un chiffon humide. Frotter, laisser agir 3 à 10 minutes et rincer à l'eau claire.

Astuces

Émail brillant : 1 verre de bicarbonate de soude et 1 bol de vinaigre. Saupoudrer le bicarbonate et verser le vinaigre bouillant par-dessus, frotter et laisser agir pendant 2 heures.

Émail jauni : 1 cuillère à café de savon noir liquide et 2 cuillères à soupe de cristaux de soude.

Diluer dans un litre d'eau et bien mélanger. Imbiber une éponge ou une vieille brosse à dent et frotter les endroits concernés. Rincer et essuyer avec un chiffon.

Détartrant robinetterie

Ingrédients :

- 3 cuillères à soupe de bicarbonate de soude
- 1 cuillère à soupe de vinaigre
- alcool à 90° en option.

Préparation :

Créer une pâte avec le bicarbonate, le vinaigre et une cuillère à soupe d'eau. Frotter, rincer et polir avec un chiffon imbibé d'alcool.



Astuces

La vitre de douche : pulvériser le produit à vitres de la recette précédente et laisser agir 1 h. Le rinçage n'est pas obligatoire. Frotter avec un chiffon en microfibre. Afin d'éviter le calcaire accumulé sur les vitres de douches, penser à les essuyer après chaque utilisation.

Blanchisseur joints de carrelage

En prévention du noircissement des joints, vaporisez-les avec de l'eau vinaigrée (1/3 vinaigre).

En mode plus curatif, frottez-les avec une brosse à dent et du dentifrice. Recommencez l'opération avec du bicarbonate de soude humidifié (1 verre de bicarbonate avec un peu d'eau (pâte)). Ne pas rincer.



Nettoyant cuvette des wc

Ingrédients :

- 1 verre de vinaigre
- 2 à 3 cuillères à soupe de bicarbonate de soude
- 2 à 3 cuillères à soupe de sel fin

Préparation :

Faire bouillir de l'eau additionnée de vinaigre et de sel puis ajouter le bicarbonate. Verser dans la cuvette. Brosser, laisser agir, puis broser à nouveau.



Pastilles effervescentes wc

Ingrédients :

- 30 gouttes d'huile essentielle de lavande
- 30 gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée
- 30 gouttes d'huile essentielle de citron
- 95 g d'acide citrique
- 280 g de bicarbonate de soude



Préparation :

Mélanger, mettre dans un moule à glaçon, laisser sécher et conserver dans un bocal à l'abri de l'humidité.

Diffuseur de bonnes odeurs

Ingrédients :

- 1 cuillère à café de bicarbonate
- 1 cuillère à café de jus de citron
- 1 cuillère à soupe de vinaigre ou 5 gouttes d'huile essentielle de citron
- 1 vaporisateur



Préparation :

Dissoudre le bicarbonate dans 2 tasses d'eau chaude. Ajouter le jus de citron, le vinaigre ou les huiles. Mettre dans le vaporisateur.

Astuces

Pour absorber les mauvaises odeurs, disposer une coupelle ou un bocal avec 1 à 2 cuillères de bicarbonate de soude.

Nettoyant désinfectant

Ingrédients :

- 2 verres de vinaigre blanc
- 1 cuillère à café de savon noir mou
- 400 ml d'eau très chaude

Préparation :

Mélanger au fouet, laisser reposer 5 minutes



Recette maison à la buanderie



Lessive au naturel

Ingrédients :

- 2 l d'eau
- 75 g de savon de Marseille
- 100 g de cristaux de soude
- 6 cuillères à soupe de bicarbonate de soude
- 1 cuillère à café d'huile essentielle de citron ou de lavande



Préparation :

Faire bouillir 1 l et 300 ml d'eau. Ajouter le savon râpé dans 1 l, mélanger et laisser cuire à feu doux durant 10 min. Ensuite, ajouter, à part, les 300 ml d'eau aux cristaux de soude pour les diluer et bien mélanger.

Quand le mélange savon/eau a bien refroidi, rajouter le bicarbonate, les cristaux de soude dilués et rajouter 700 ml d'eau. Mixer le tout et rajouter les huiles essentielles.

Transvaser dans un bidon. Bien agiter avant chaque utilisation.

Assouplissant sans allergènes

Ingrédients :

- ½ verre de vinaigre
- ½ verre de bicarbonate
- 30 gouttes d'huile essentielle de votre choix

Préparation :

Mélanger et verser dans le bac assouplissant de la machine.

Plus simple : 1 verre de vinaigre dans le bac assouplissant



Détachant avant lavage

Ingrédients :

- 1 bouchon de savon noir
- 3 cuillères à soupe de bicarbonate de soude
- 50 cl d'eau

Préparation :

Faire dissoudre le savon noir et le bicarbonate dans une bouteille emplies de 50 cl d'eau, puis agiter. Déposer une noisette de ce liquide sur les tâches. Laisser agir 20 min, puis laver en machine.

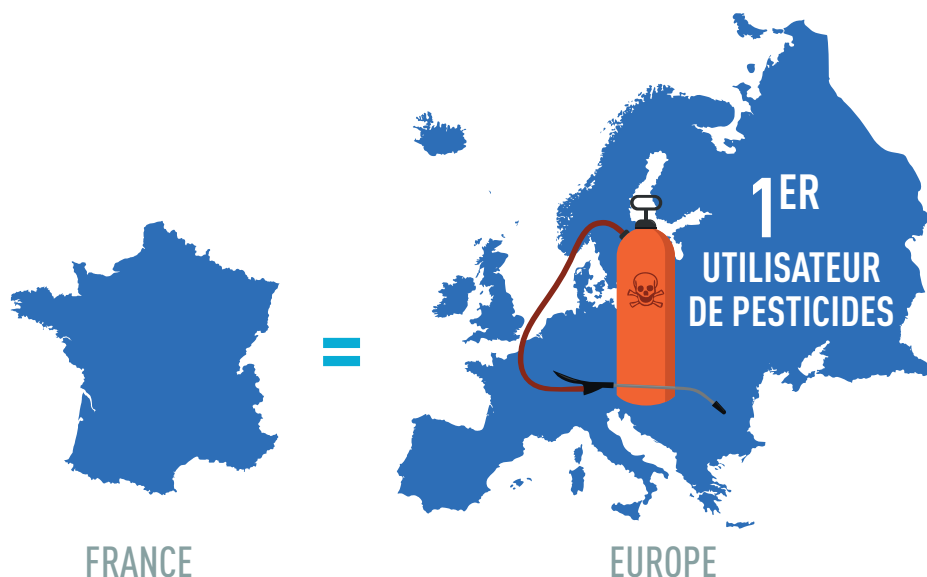


Astuces

Linge grisé, retrouver la blancheur de votre linge en ajoutant 1 cuillère à soupe de percarbonate dans le fond du tambour avant de lancer votre machine.

Se débarrasser de la crasse sur col et poignets, 1 cuillère à soupe de bicarbonate de soude et 1 cuillère à soupe de vinaigre. Mélanger les deux ingrédients de façon à obtenir une pâte assez épaisse. Frotter vos encolures et poignets, laisser poser 5 à 10 min, rincer ou mettre en machine.

Quand je jardine



Dans le jardin, l'utilisation de produits toxiques appelés pesticides est souvent fréquente et mal connue. Effectivement tous les désherbants, les produits anti-limaces, les insecticides sont des pesticides ou des produits phytosanitaires potentiellement dangereux pour la santé et l'environnement puisque leur rôle est de :

- détruire les mauvaises herbes : herbicides ;
- tuer les insectes : insecticides ;
- lutter contre les champignons : fongicides ;
- tuer certains animaux jugés nuisibles : souricides, raticides...

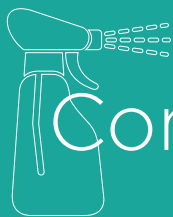
Ils détruisent les végétaux et les animaux qui dérangent mais aussi ceux qui sont utiles dans le jardin.

Attention, certains produits que l'on croit naturel comme la bouillie bordelaise par exemple sont aussi des pesticides.

Le mieux, c'est d'adopter des pratiques alternatives au jardin pour protéger la nature et la santé humaine.

Jardiner au naturel implique l'utilisation de méthodes préventives contre les maladies des plantes, pour le maintien de la biodiversité, pour lutter contre les ravageurs du jardin. L'utilisation associée de traitements et d'engrais naturels fabriqués soi-même vous garantira un jardin sain et prolifère.

Vous trouverez toutes les informations sur cette thématique dans l'édition « **Guide des pratiques alternatives pour un jardinage durable** » « **Moins de pesticides, pour plus de nature** » dans le n° 5 des carnets de la prévention.



Conclusion

Nous espérons que ce guide vous aura permis de prendre conscience du danger que représentent tous les produits toxiques utilisés au quotidien pour le ménage, le bricolage et le jardinage qui pullulent dans les rayons des magasins et envahissent vos maisons.

N'oubliez pas que la pollution générée est invisible, souvent méconnue et que c'est ainsi que les substances dangereuses s'invitent jusque chez vous mettant en danger la santé de tous les membres de votre famille et leur environnement.

De plus, les déchets doivent subir un traitement particulier dont le coût est très élevé pour la collectivité et indirectement pour les ménages.

Il est donc temps de vous poser les bonnes questions et de changer vos comportements vis-à-vis de ces produits qui sont censés vous faciliter la vie en la rendant meilleure mais qui bien au contraire la détruit à petit feu.

La réduction, voire l'élimination de la nocivité de vos vies sur l'environnement, sur votre santé et sur celles de vos enfants repose sur vos propres comportements. L'élimination de ces produits dangereux et toxiques de votre consommation en les remplaçant par l'utilisation de produits écologiques ou « faits vous-même » anéantirait la pollution générée par leur production, leur utilisation et leur élimination.

Alors n'attendez plus, vous pouvez commencer à mettre en pratique les conseils, astuces et recettes de ce guide chez vous ou en participant à un atelier « Fabriquer soi-même ses produits ménagers » proposé par Rodez Agglomération.

« Dans le passé, la technologie a été un bienfait pour l'homme, maintenant elle devient un danger. Même en temps de paix, elle commence à détruire la terre. »
Artiste, Dramaturge, Écrivain, Metteur en scène, Traducteur (1934 -)

« On ne devrait jamais tourner le dos à un danger pour tenter de le fuir. Si vous le faites, vous le multipliez par deux. Mais si vous l'affrontez rapidement et sans vous dérober, vous le réduirez de moitié. »

Winston Churchill Homme d'état, Homme politique, Premier ministre (1874 - 1965)

« Ne pas seulement craindre le danger de l'extérieur de ta maison, craindre aussi l'intérieur. »

Sharins Actrice, Businessgirl, Musique, La Danse, Les Ballades, Côte d'Ivoire, Abidjan, 1990

Liens utiles

Liste non exhaustive

www.vedura.fr/eco-geste/produits-menagers-polluant-environnement

www.raffa.grandmenage.

www.60millions-mag.com
(*Hors-série mai-juin 2016 n°119S*)

www.la-droguerie-eco.com
(*Recettes, astuces écolo et vidéos*)

www.inserm.fr/espace-journalistes/environnement-professionnel-de-la-femme-enceinte

www.inpes.sante.fr/cfesbases/catalogue/pdf/887.pdf

www.energie-environnement.ch/maison/micropolluants

www.parlonsperroquet.com/picotine/poluons/

www.infolabel.be

www.ecoconso.be.

www.autourdunaturel.com

Pour toutes informations complémentaires, contacter les ambassadeurs du tri et de la prévention des déchets de Rodez Agglomération

Tél : 05 65 73 83 23

ou par mail : adt.adt@rodezagglo.fr



RODEZ AGGLOMÉRATION
1, place Adrien Rozier - CS 53531 - 12035 Rodez Cedex 9 - Aveyron
Tél. 05 65 73 83 00 - Fax 05 65 73 83 10
rodezagglomeration@rodezagglo.fr

www.rodezagglo.fr