

# Les Éco-gestes

## pour un air plus sain



Frotter, récurer, nettoyer : le ménage permet d'augmenter son confort et de maintenir l'hygiène de son logement. Pourtant, si cette activité est sans conteste tout aussi utile que nécessaire, elle n'est pas sans impact sur l'environnement. Non-respect des doses d'usage, mains non protégées, inhalation de substances chimiques... : l'utilisation de nombre de produits de nettoyage issus du commerce peut s'avérer nocive pour la santé et l'environnement.

### Synthèse

Bien choisir ses produits et les utiliser à bon escient contribuent à préserver sa santé, et celle de l'environnement ! Les produits d'entretien conventionnels sont en effet principalement composés d'agents tensioactifs d'origine pétrochimique dont la propriété est de détacher les salissures. Évacués dans les toilettes ou dans les éviers, ces derniers perturbent le fonctionnement des stations d'épuration qui n'arrivent pas à les traiter. Ils finissent ainsi dans les cours d'eau et les sols, perturbant les micro-organismes aquatiques et la flore. En fonction de leur usage, les produits ménagers contiennent en outre d'autres composants (acides, bases, solvants, désinfectants, parfums de synthèse...). Mal utilisés, ils peuvent provoquer des allergies respiratoires, irriter les yeux ou encore les muqueuses. Ils nuisent également à la qualité de l'air de votre intérieur.

Il existe pourtant des produits dont l'impact sur l'environnement et la santé est limité. Fiez-vous aux labels officiels (NF Environnement ou Ecolabel Européen) qui figurent sur l'emballage de ces produits.

## ADPOTER LES BONS GESTES

### Comment laver « vert » ?

Plus économiques et écologiques que les produits d'entretien classiques, des recettes de grand-mère permettent de faire briller votre intérieur du sol au plafond. Pour éliminer les traces de calcaire, laver les vitres ou nettoyer les surfaces, le vinaigre blanc et le jus de citron sont de véritables alliés. Avant de lancer une machine, remplacez votre adoucissant par quelques gouttes de vinaigre blanc, votre détachant par du jus de citron. Un à deux bouchons de savon noir dilué dans cinq litres d'eau permet de nettoyer les sols



plastifiés ou carrelés. Ce produit dégraisse aussi les éléments de cuisine, tels les hottes et les fours encrassés. Pour raviver les tapis, les moquettes ou les canapés, saupoudrez-les de bicarbonate de soude avant de les aspirer. Les huiles essentielles apportent, quant à elles, une touche odorante et assainissent votre intérieur.

