



LES RECETTES ZÉRO DÉCHET

=> Dentifrice maison

> Pour un petit-contenant

- 3 cuillères à soupe de carbonate de calcium (aussi appelé blanc de Meudon)
- 1 à 2 cuillères à soupe d'eau
- 2-3 gouttes d'huile essentielle de Tea Tree
- 2-3 gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée

A maintenir dans un endroit frais

⇒ Déodorant à l'huile de coco

> Pour un contenant « medium »

- 2 cuillères à soupe d'huile de coco (chauffée au bain marie)
- 1 cuillère à soupe de bicarbonate de soude
- 1 cuillère à soupe de fécule de maïs (type Maïzena)
- 4 à 6 gouttes d'huile essentielle de Palmarosa

optionnel:

- 4 à 6 gouttes d'huile essentielle de lavande

=> Quand la pièce est chauffée à plus de 21°C, maintenir dans un endroit frais et sortir du frigo 15 min avant

=> Appliquer la pâte au doigt sur une aisselle propre et sèche



LE ZÉRO-DÉCHET

⇒ Pour aller plus loin

- Brosse à dents en bois (marque française Smiloh) ou têtes inter-changeables...
- Cotons lavables, oriculi ou barrette à cheveux...
- Maquillage diy, la « cup »...



LE ZÉRO-DÉCHET

=> Lessive au savon de Marseille

> Pour 1L

- 1 l d'eau chaude
- 2 à 3 cuillères à soupe de savon de Marseille râpé
- 2 cuillères à soupe de cristaux de soude
- 1 cuillère à soupe de bicarbonate de soude

> Adoucissant: vinaigre blanc + 10 gouttes d'huile essentielle (lavande, menthe, orange...)



LE ZÉRO-DÉCHET

⇒ Pour aller plus loin

- Recette lessive à la cendre de bois ou au lierre
- Pour le linge blanc: 2 à 3 cuillères de percarbonate de soude direct dans le tambour
- Anti-tâche: en fonction de la tâche, bicarbonate, percarbonate, eau chaude, eau froide...



LE ZÉRO-DÉCHET

=> Poudre lave-vaisselle

> Pour un contenant « medium »

- 200 g de cristaux de soude
- 50 g d'acide citrique
- 75 g de gros sel

=> Mieux avec un programme intensif

=> S'assurer que le lave-vaisselle (filtres, portes...) est propre

=> Ajouter du sel (gros sel suffit) dans le bac

=> Ajouter du vinaigre blanc pour le liquide de rinçage tous les $\frac{3}{4}$ lavages



LE ZÉRO-DÉCHET

=> Produit multi-usages

> Pour un contenant « medium »

- 1/4 de vinaigre blanc
- le reste d'eau
- 1 cuillère à soupe de savon noir

Optionnel:

- 10 gouttes d'huile essentiel de lavande ou citron ou romarin

=> Pour n'importe quelle surface sauf bois non traité

⇒ Pour aller plus loin

- Ménage simple et efficace avec bicarbonate et vinaigre blanc
- Faire ses vitres avec de l'eau chaude + vinaigre blanc et du papier journal
- Utiliser des lavettes lavables ou éponges à la courgette (Luffa)
- Utiliser une microfibre pour la poussière (sans produit)
- Si vous décidez de vous débarrasser de vos produits industriels, plutôt que de jeter, donnez-les sur Geev (et faites passer le message au plus grand nombre autour de vous!)



LE ZÉRO-DÉCHET

⇒ Qui fait quoi?

- **carbonate de calcium**: épaississant et abrasif doux (dentifrice)
- **bicarbonate de soude**: désodorisant, désinfectant, blanchissant
- **cristaux de soude**: plus fort que le bicarbonate, dégraissant, nettoyant et désinfectant
- **acide citrique**: pouvoir détartrant fort, dégraissant fort
- **vinaigre blanc**: détartrant, désinfectant, adoucissant, désodorisant, pouvoir brillant (céramique, vaisselle, vitres)
- **savon noir**: nettoyant naturel doux (liquide)
- **savon de Marseille**: nettoyant naturel doux (compact)



LE ZÉRO-DÉCHET

julien@julien-home-organizer.com



Suivez-moi sur



www.julien-home-organizer.com