

Mercredi 7 février 2024 à Lalevade : 3ème atelier du Défi Familles à Biodiversité Positive avec le Parc Naturel Régional des Monts d'Ardèche. Animatrice : Alice Bel de La Ringarderie.

"Fabrique tes produits ménagers et ménage-toi"

Quelques conseils quand on fait ses produits ménagers soi-même !

C'est plutôt facile et rapide, si on te donne quelques astuces pour y arriver et être fier.e de toi :

- 1 - La récup' au maximum on va tester ! Bouteilles d'eau, de jus de fruits, en verre de préférences ou plastiques (à éviter car ça termine dans les mers, dans les poissons que l'on mange etc)
- 2 - Étires-toi, danse sur une musique qui te fait du bien histoire de te détendre. **Le principal, c'est de te faire plaisir!**
- 3 - Ca peut se faire seul.e, avec tes ami.es, en famille. En musique, en silence pour mieux te concentrer. On peut aussi remercier la Terre pour tout ça !
- 4 - **Tu as le droit de te trouver des excuses pour éviter de le faire, tu as le temps pour y arriver, ou pas ! Et tu as le droit de te tromper !**
- 5 - **Ranges tout au même endroit**, c'est plus facile à retrouver ! On te conseille d'**avoir du matériel dédié (entonnoir...)** et de **ne rien laisser à la portée des enfants ou animaux.**
- 6 - Réunis les ingrédients, les recettes et le matériel nécessaire **avant** de commencer !
- 7 - Fais de la place là où tu vas travailler.
- 8 - Si tu as besoin d'eau chaude, ne la fais pas bouillir, surtout si c'est pour la mettre dans du plastique, ça va le plier. **Si tu fais couler l'eau en attendant qu'elle soit chaude, tu peux la récupérer (la froide) pour faire ta vaisselle, arroser tes plantes ou même la boire, elle est potable.** Nous on la fait couler dans une casserole pour faire des thés ou autres, après.
- 9 - Penses à **étiqueter les flacons, bocaux, etc, avant de les ranger.** Si ! si ! si ! après on peut oublier ! Parce que ça peut être dangereux de confondre de l'eau et du vinaigre dans une bouteille de récup'.
- 10 - Pour les odeurs « de propre »... là, ça va être le plus dur! Le « propre » des produits du commerce, ce sont souvent des odeurs pas naturelles. **Le propre n'a pas vraiment d'odeur.**
→ Tu es libre d'ajouter ce que tu veux. Les huiles essentielles, nous, on évite. C'est cher car cela demande beaucoup de plantes pour un petit flacon... alors on les réserve à l'aromathérapie. Notre vision, c'est qu'on respecte les plantes, la Terre, et qu'on met le strict nécessaire.

Nettoyer = Le nettoyage consiste à enlever toutes les **saletés visibles** (miettes de table, **taches de gras** sur le plan de travail, poussière, joints de carrelage, calcaire... **On élimine une bonne partie des micro-organismes**, par un nettoyage avec des produits adaptés et même naturels comme le vinaigre, le citron, le bicarbonate ou **tout simplement de l'eau savonneuse.**

Désinfecter = Pour désinfecter une surface, il faut d'abord éliminer toute trace de salissure. En effet, on ne peut pas désinfecter une surface sale.

L'éponge est souvent un nid à microbes. Pour désinfecter une surface, il est préférable d'utiliser une microfibre propre, ou un papier à usage unique. Vous pouvez utiliser un désinfectant en spray, des lingettes désinfectantes, mais pense à respecter le temps d'application du produit.

Place à la magie de la fabrication... après les astuces reste à suivre les recettes !

TIERS-LIEU
LA RINGARDERIE
RÉCUP • ENTRAIDE • CRÉA

LA RINGARDERIE
07200 Aubenas
Contact : **07 88 48 16 46** :
contact@laringarderie.fr

Quelques recettes à faire soi même

La recette de la lessive maison au savon noir

Ingrédients et matériels



1. Place l'entonnoir sur le bidon / bouteille..
2. Verse env. 2cm de savon liquide dans la bouteille / le bidon vide , avec l'entonnoir.
3. Verse 1L d'eau chaude (pas brûlante, sinon ça fait plier le plastique).
4. Laisse fondre le savon. Refroidir.
5. Mets une étiquette sur le produit. C'est prêt ! 😊

Utilisation : avec le bouchon doseur. Si tu n'en as pas, tu peux mettre environ 80ml par machine à laver.
→ Lavage des sols : 1 bouchon dans 5L d'eau !

La recette de vinaigre parfumé aux agrumes

Ingrédients et matériels



1. Verse du vinaigre blanc dans un bocal. Mets tes épluchures de mandarines, ton ingrédient secret... Laisse macérer 3 semaines minimum.
2. Filtre avec une passoire, mets les agrumes au composteur (pas trop...) et mets le mélange dans ta bouteille vide (à l'aide d'1 entonnoir).
3. Fais ton étiquette. C'est prêt ! Bravo ! 😊

Utilisation :
Tu peux l'ajouter à la lessive, comme un adoucissant du commerce.
Amuse-toi, avec de la lavande, du mimosa, du lila, etc.
Vois les odeurs que tu préfères !

La recette du nettoyeur multi-usages

Ingrédients et matériels



1. Utilise l'entonnoir pour mettre environ 1cm de savon noir pour 1L d'eau chaude (pas bouillante).
2. Ajoute l'ingrédient magique
3. Ferme. Secoue. Laisse refroidir. Mets ton étiquette. C'est prêt ! Bravo ! 😊

Utilisation : Secoue avant d'utiliser.
Tu peux nettoyer toutes les surfaces