L'entretien ménager écologique



À VOUS DE JOUER !

POUR UN ENVIRONNEMENT PLUS SAIN

LES BASIQUES

MATÉRIEL

- Un saladier
- Un entonnoir
- Une cuillère
- Un contenant
- Une casserole

INGRÉDIENTS

- Bicarbonate de soude (poudre)
- Vinaigre blanc
- Savon de Marseille (copeaux)
- Savon noir liquide
- Cristaux de soude
- Eau
- Huiles essentielles (optionnel)
- Gants de protection

INFO +

En contact avec l'urine, l'eau de Javel peut produire des gaz toxiques qui peuvent irriter les voies respiratoires et les yeux, provoquer des maux de têtes ou des nausées.
→ **Limiter son utilisation dans les sanitaires.**

L'acide citrique est très efficace pour éliminer le tartre et les dépôts de calcaire. Il peut être utilisé seul, directement dans les toilettes, pour un nettoyage simple et efficace.
Le **vinaigre blanc** et le **bicarbonate de soude sont également de bons détartrants.**



SPRAY NETTOYANT MULTIUSAGE

>> QUANTITÉS

- 2 cuillères à soupe de vinaigre blanc
- 1 cuillère à soupe de bicarbonate de soude
- 400 ml d'eau tiède
- 5 gouttes d'huile essentielle de citron

>> ÉTAPES

1. Dans un grand bol, versez le bicarbonate.
2. Ajoutez doucement le vinaigre… ça mousse !
3. Quand ça ne mousse plus, ajoutez l'eau.



NETTOYANT WC

>> QUANTITÉS

- ½ tasse de savon noir liquide (ou savon noir solide fondu)
- ½ tasse d'eau
- ¼ tasse de vinaigre blanc
- 15 gouttes d'huile essentielle de citron (facultatif)

>> ÉTAPES

1. Dans un flacon, mélangez le savon noir, l'eau et le vinaigre blanc.
2. Ajoutez 15 gouttes d'huile essentielle de citron, en option, pour un effet désinfectant supplémentaire.



PRODUIT VAISSELLE

>> QUANTITÉS

- 800 ml d'eau
- 35 g de savon noir
- 15 g de savon de Marseille
- 1 cuillère à soupe de cristaux de soude
- 1 cuillère à soupe de bicarbonate de soude

>> ÉTAPES

1. Dans une casserole, faites bouillir l'eau.
2. Versez-y le savon noir, le savon de Marseille, les cristaux de soude et le bicarbonate de soude.
3. Faites chauffer l'ensemble jusqu'à ce que le tout soit fondu.
4. Laissez refroidir. Versez dans le flacon.
5. En option, versez quelques gouttes d'huile essentielle pour parfumer.

CONSEILS PRATIQUES

La préparation de ces recettes peut entraîner des réactions allergiques chez certaines personnes : **pensez à mettre des gants de protection.**
Respecter les doses mentionnées pour les ingrédients est essentiel, au regard de leur concentration :
- le **savon noir** peut entraîner d'éventuels dégâts dans vos WC ;
- le **vinaigre blanc** peut endommager les surfaces en émail ou en céramique.

ZOOM
SUR LES MICROPOLLUANTS

>> **Un micropolluant** est une substance chimique indésirable qui, même à de très faibles doses, a un effet négatif sur les êtres vivants et l'environnement. Sa présence dans l'eau est en grande partie due à l'activité humaine (industrie, agriculture, pharmacie, les particuliers...). Ainsi, **de nombreux produits** que nous utilisons quotidiennement **en contiennent : lessives, produits d'entretien, produits cosmétiques, médicaments, peintures, phytosanitaires, biocides...**

>> **La toxicité des micropolluants** sur les êtres vivants prend différentes formes en fonction des molécules rencontrées : perturbateurs endocriniens, propriétés cancérigènes, mutagène, développement de différents troubles (comportements, reproduction, développement...).

>> **Conséquences :** les eaux usées drainent ces résidus qui se concentrent avant d'arriver à la station d'épuration. **Lors du traitement des eaux usées, une grande partie des micropolluants n'est pas éliminée**, car les technologies actuelles ne permettent pas encore de les isoler totalement. Ils se retrouvent alors dans les milieux aquatiques.



ASSAINISSEMENT,
AYONS LES BONS RÉFLEXES.

TOUS ENSEMBLE,
CHANGEONS NOS HABITUDES !

À LA DÉCOUVERTE DU TAWASHI

Un tawashi est une éponge écologique et réutilisable, originaire du Japon, réalisée à base de chaussettes (célibataires, trouées). On l'utilise pour laver la vaisselle, nettoyer la maison. Il est lavable en machine et peut durer plusieurs mois, ce qui en fait une alternative zéro déchet aux éponges jetables classiques.



CRÉEZ VOTRE SUPPORT TAWASHI

FABRIQUER

1. Prenez une planche en bois de 20 x 20 cm.
2. Tracez un carré de 16 cm.
3. Plantez un clou tous les 2 cm (sauf dans les coins).

Tuto création du Tawashi, c'est par ici !

ÉCO RESPONSABILITÉ

Fabriquer ses produits maison permet de :

- réduire la pollution chimique,
- préserver la qualité de l'eau,
- protéger la biodiversité.

Des gestes simples, un impact réel.

Contactez-nous

Syndicat Intercommunautaire pour l'Assainissement de la Région de Cergy-Pontoise et du Vexin

9 rue Pierre Curie 95300 PONTOISE

Tél. : 01 30 32 74 28 - Courriel : contact@siarp.fr

Suivez-nous **www.siarp.fr**

Création : service Communication SIARP - Visuels : SIARP - AdobeStock
Imprimerie Procopy - Mars 2026 - *Ne pas jeter sur la voie publique*