

LE PRODUIT D'ENTRETIEN DES MEUBLES EN BOIS



MATÉRIEL :

- Petit vaporisateur 50 ml
- Cuillère à soupe (CS)

INGRÉDIENTS :

- Jus de citron (idéalement bio, en bouteille) ou vinaigre blanc
- Huile d'olive
- Huile essentielle de citron

RECETTE :

- 5 CS de jus de citron ou de vinaigre
- 5 CS d'huile d'olive
- Quelques gouttes d'HE de citron

UTILISATION :

- Vaporisez sur la surface à traiter.
- Frottez avec un chiffon doux.
- Brossez.

OÙ TROUVER LES INGRÉDIENTS ?

- Vaporisateur > pensez à garder celui d'un produit déjà utilisé
- Jus de citron et huile d'olive > en grande surface et épicerie
- Huiles essentielles > en pharmacie

COMBIEN ÇA COÛTE ?

Moins de 1€ pour 50 ml, soit 2 fois moins qu'un produit du commerce.



AOUT 2018



LE MÉNAGE AU NATUREL

3 recettes faciles à réaliser !

Ci-dessous les huiles essentielles utiles pour l'entretien de votre maison.

HUILE ESSENTIELLE	Citron (Citrus limon)	Pin sylvestre (Pinus sylvestris)	Eucalyptus (Eucalyptus radiata ou globulus)
PROPRIÉTÉS POUR LE MÉNAGE	> Antiseptique +++ > Antibactérienne +++ > Antivirale > Bonne odeur de propreté	> Antiseptique +++ > Bonne odeur de propreté	> Antiseptique > Antibactérienne ++ > Antivirale ++ > Bonne odeur de propreté
HUILE ESSENTIELLE	Sapin (Abies balsamea)	Menthe poivrée (Mentha piperita)	Lavande aspic (Lavandula spica)
PROPRIÉTÉS POUR LE MÉNAGE	> Antiseptique ++ > Bonne odeur de propreté	> Antiseptique > Antibactérienne / Antivirale > Fongicide / Vermicide > Bonne odeur de propreté	> Antiseptique / Bactéricide > Antivirale / Fongicide > Antimité > Bonne odeur de propreté
HUILE ESSENTIELLE	Citronnelle (Cymbopogon nardus)	Pamplemousse (Citrus paradisi)	Tea tree (Melaleuca alternifolia)
PROPRIÉTÉS POUR LE MÉNAGE	> Antiseptique ++ > Bonne odeur de propreté	> Antiseptique aérien	> Antibactérienne puissante +++ > Fongicide +++ > Parasiticide ++ > Antivirale ++
HUILE ESSENTIELLE	Cannelle (Cinnamomum cassia)	Thym (Thymus vulgaris)	Girofle (Eugenia caryophyllus)
PROPRIÉTÉS POUR LE MÉNAGE	> Antiseptique > Antibactérienne très puissante +++ > Antivirale ++++ > Parasiticide +++ Fongicide +++ Ne pas en mettre beaucoup, odeur très forte	> Antivirale +++ > Parasiticide (thym à linalol)	> Antivirale +++ > Parasiticide (thym à linalol)

S'il faut choisir, privilégiez l'huile essentielle de citron et l'huile essentielle de tea tree.

Attention, les huiles essentielles sont des produits actifs puissants, à manipuler avec une grande précaution.

N'improvisez-pas !

Pour vous accompagner, vous pouvez télécharger gratuitement le guide :

<http://raffa.grandmenage.info/> le Guide Raffa « Le Grand Ménage ».



LE NETTOYANT DÉSINFECTANT MULTI USAGE

MATÉRIEL :

- Bidon opaque de 2 litres
- Entonnoir
- Cuillère à soupe (CS)
- Verre

INGRÉDIENTS :

- Bicarbonate (ou borax)
- Vinaigre blanc
- Huile essentielle (HE)
- Eau

RECETTE :

- 2 CS de bicarbonate de soude (plus facile à transvaser avec un entonnoir).
- 2 litres d'eau chaude, mélangez.
- Préparez dans un verre 1 CS de vinaigre blanc (plus facile à transvaser dans un entonnoir) et 3 à 5 gouttes max d'un mélange d'HE (composé par exemple de quelques gouttes de citron, de pin, de tea tree et de cannelle).
- Versez dans le bidon (plus facile avec un entonnoir).
- Secouez bien.

UTILISATION :

- Secouez bien avant chaque utilisation.
- Il s'utilise pur sur les surfaces à désinfecter (plan de travail, poubelles).
- Il est ajouté à de nombreuses recettes de nettoyage.

OÙ TROUVER LES INGRÉDIENTS ?

- Bicarbonate de soude > en grande surface au rayon du sel ou en pharmacie
- Vinaigre blanc > en grande surface
- Huiles essentielles > en pharmacie

COMBIEN ÇA COÛTE ?

Environ 0.50€ pour 2 litres soit 6 fois moins qu'un produit



LE NETTOYANT WC



MATÉRIEL :

- Vaporisateur de 500 ml

INGRÉDIENTS :

- Vinaigre blanc
- Huile essentielle (HE)
- Eau

RECETTE :

- 150 ml de vinaigre
- 350 ml d'eau
- Quelques gouttes d'HE de tea tree ou autre

UTILISATION :

- Vaporiser sur les parois.
- Laisser agir 15 à 20 minutes.
- Brosset.

OÙ TROUVER LES INGRÉDIENTS ?

- Vaporisateur > penser à garder celui d'un produit déjà utilisé
- Vinaigre blanc > en grande surface
- Huiles essentielles > en pharmacie

COMBIEN ÇA COÛTE ?

Environ 0.50€ pour 500 ml, soit 8 fois moins qu'un produit du commerce.

