

01

L'ENTRETIEN DU LOGEMENT

La méthode 100 % naturelle

Les stars du ménage naturel :

- Une bouteille de vinaigre blanc ou vinaigre ménager
- Un sachet de bicarbonate de soude
- Quelques citrons
- Du savon noir
- Sans oublier une bonne brosse aux poils en fibre naturelle.

Avec ces produits, vous pouvez tout nettoyer dans la maison, du sol au plafond, en passant des sanitaires à la cuisine.

Si vous souhaitez conserver vos produits, nos experts ont sélectionné pour vous des produits disponibles en grandes surfaces. Retrouvez tous les détails dans la fiche pratique 2 : "Les produits conseillés par nos experts."

***A l'inverse**, certains produits sont à éviter car inefficaces, polluants ou dangereux pour la santé. Qu'ils soient toxiques, corrosifs, irritants, on s'informe sur ce que contiennent nos produits et on les remplace par des choix plus sains. APEF dresse la liste rouge des produits d'entretien (Retrouvez tous les détails dans notre fiche pratique 3 «**Les bonnes pratiques pour un intérieur sain**»)*

Le matériel qui facilite la journée

Le kit essentiel :

- Un aspirateur (léger, pratique, en bon état)
- Un plumeau
- Sceau et balais plat
- Une raclette (pour les vitres)
- Quelques chiffons/microfibres propres,
- Quelques éponges propres (sans scotch brite)
- Des sacs poubelles (adaptés à la taille des contenants)

Si repassage : Fer et table à repasser, eau déminéralisée

Conseil !

Pour faciliter le travail, ranger tout le nécessaire dans un seul endroit, cela évite de passer du temps à chercher.



Bicarbonate
de soude

Sel

Vinaigre
Blanc

Huile essentielle
de Tea Tree

Avec ces produits, vous
pouvez tout nettoyer
dans la maison, du sol
au plafond, en passant
des sanitaires
à la cuisine.

Citron