



Produits Ménagers Zéro Déchet !

Petit guide pratique

Par  **Little Pots**



Sommaire

Pourquoi ce guide ?	4
Les 6 bonnes raisons de s'y mettre	5
Notre Kit Ménager	7
Les incontournables	8
Faire sa lessive	12
Faire sa crème à récurer	16
Le Spray multi-usage	20
Faire son assouplissant	24
Faire ses lingettes	28
Le Merci !	30

Pourquoi ce guide ?

Lorsqu'on fait le ménage de son chez soi, c'est pour le rendre plus sain et propre, non ? N'est-ce donc pas une abération de savoir que finalement, en utilisant des produits industriels, des composants toxiques polluent notre intérieur ?

Pour remédier à ça, l'équipe de Little Pots a conçu un kit ménager permettant de faire ses propres produits, facilement et esthétiquement !

En faisant ses produits soi-même, on reprend le contrôle de sa consommation : fini les listes de compositions à rallonge qu'on ne réussit pas toujours à décrypter ! Ici, on fait rimer simplicité et efficacité sainement et économiquement, *what else ?*

*L'aventure te tente ?
Suis-nous !*

Les 6 bonnes raisons de s'y mettre

1. Reprendre le contrôle : on sait ce que cache notre produit puisqu'il ne cache rien ! On l'a fait nous-même, pas de secret !
2. Utiliser des ingrédients soigneusement sélectionnés pour leurs vertus et pour leur caractère non polluant !
3. Éviter les compositions toxiques présentes dans de nombreux produits industriels
4. Prendre soin de son chez soi, comme nous prenons soin de nous, en faisant attention à la qualité des produits que l'on utilise
5. Profiter du pouvoir inépuisable de la nature
6. Faire des économies tout en prenant soin de la planète !



Notre kit ménager !

Notre kit ménager a été pensé et conçu pour te donner l'envie de faire tes propres produits d'entretien de manière simple et esthétique ! Son joli coffret en bois comporte tout le matériel nécessaire pour te lancer : une carafe pour ta lessive maison, un flacon en verre ambré pour ton spray multi-usage ainsi que deux bocaux pour accueillir tes poudres magiques (comme le bicarbonate de soude) ! Le kit est complété par une brosse en bois et poils naturels, pour faire briller ton intérieur !

En bref, ici, pas de prise de tête, on se lance avec entrain et on prend plaisir à utiliser nos propres créations !

***Notre kit « Le Tout-Propre »
est disponible sur notre site
internet littlepots.fr***

Note : Toutes les recettes de ce guide sont livrées à titre informationnel, il en existe de nombreuses autres tout aussi efficaces. Dans chacune d'entre-elles, vous pouvez faire le choix d'ajouter des huiles essentielles : celles-ci ne sont en aucun cas obligatoires et présentent d'ailleurs des contre-indications à ne pas négliger : leur utilisation n'est pas recommandée pour les femmes enceintes, allaitantes, et les enfants de moins de 8 ans.

Les incontournables !

Le bicarbonate de soude

Parfois appelé bicarbonate de soude ou de sodium, le produit reste le même et il reste magique ! Alliage de craie et de sel, il est économique et hyper efficace !

Lavant, il ne raye pas et peut être utilisé sur de nombreux supports : de ton bijou préféré à ta robinetterie tachée par le calcaire, il a tout pour plaire !

Désodorisant, il absorbe les mauvaises odeurs ! Tu peux en saupoudrer dans tes chaussures, dans tes poubelles, dans tes placards, sur ton tapis avant de l'aspirer... Efficacité assurée !

Raviveur d'éclat, une petite cuillère dans le tambour de la machine et le linge vous éblouit déjà !



Les incontournables !

Le vinaigre blanc

Totalement naturel, le vinaigre blanc est un véritable couteau Suisse !

Détartrant, il ne pardonne pas les traces de calcaire ! Appliquer sur la robinetterie par exemple, en 20 minutes il lui rend sa brillance originelle ! Utilisé dans sa bouilloire ou sa cafetière, il détruit l'accumulation de celui-ci !

Désinfectant, il est le parfait allié de la propreté de vos toilettes, de votre salle de bain... et de la planète, puisqu'il est 100% biodégradable !

Accélérateur de brillance, la robinetterie lui dit merci ! Son utilisation dans les tuyauteries permet aussi de prendre soin de celles-ci et de limiter leur bouchage !

Adoucissant, utilisé directement dans le bac de la machine à laver le linge, il le rend tout doux et préserve l'éclat de sa couleur !



Les incontournables !

Le savon noir

Le savon noir est fabriqué à partir de la pulpe et des noyaux de l'olive. Il sert aussi bien pour l'entretien de la maison que pour prendre soin de soi !

Dégraissant, il sait faire briller toutes les surfaces de la maison ! C'est pour cela qu'on l'utilise dans notre super crème à récurer d'ailleurs !

Détachant, même les tâches les plus tenaces ne lui résistent pas ! En l'appliquant directement sur la tâche et en le laissant agir avant le lavage, il dissout la tâche !

Raviveur d'éclat, mélangé à l'eau, il redonne brillance et éclat à tous les métaux ! Laiton, argenterie... Il redonne un véritable coup de neuf à tous tes objets !



Les incontournables !

Le savon de Marseille

Le savon de Marseille se compose d'huile végétale, souvent d'huile d'olive, de sel, de soude et d'eau. Cette recette ancestrale n'a plus rien à prouver de son utilité !

Détachant, il est parfait pour faire sa lessive maison ! En l'appliquant directement sur la tâche avant de mettre le linge à la machine, il permet lui aussi de la faire disparaître !

Nettoyant, c'est un produit ménager simple, économique et efficace pour les sols et autres surfaces ! Utilisé en nettoyant pour la vaisselle en frottant simplement son éponge dessus, il permet de rendre le nettoyage 100% naturel !

Baroudeur, ses nombreuses utilisations possibles et sa petite taille le rende particulièrement pratique, sous sa forme originelle, à emporter partout avec soi !





Faire sa lessive !

Pour 1 litre

Économique
6x moins chère
que la lessive
industrielle !



La liste de courses



25 gr de copeaux
de savon de
Marseille



Huile
essentielle
5 gouttes

de lavande,
de sauge...



2 cuillères à soupe
de bicarbonate de
soude

La recette !

- 1 Carafe en verre à couvercle
 - 1 Casserole
- 1 Verre doseur (optionnel)
 - 1 Cuillère à soupe

- Porter 1L d'eau à ébullition
- Ajouter le **savon de marseille en copeaux**, mélanger jusqu'à dissolution
- Hors du feu, après refroidissement, incorporer le **bicarbonate de soude**
- Ça y est, **c'est déjà prêt** ! Tu peux dès à présent transvaser ta préparation dans ta carafe préférée ! Et si tu as peur d'être maladroit, aide-toi d'un entonnoir !

Félicitations, tu as créé ta lessive maison !
Pour l'utiliser, rien de plus simple, secoue la carafe puis verse l'équivalent d'un demi verre à moutarde à l'endroit habituel !





CREME A RECUPER

Faire sa crème à récurer !

Économique & sain
Une pierre = 6 mois
d'utilisation



La liste de courses



2 cuillères à
soupe d'argile
blanche



15 gouttes
d'huile essentielle
de citron ou de
menthe



4 cuillères
à soupe de
savon noir



4 cuillères
à soupe de
bicarbonate de
soude

La recette !

- 1 Pot en verre à couvercle
 - 1 Casserole
 - 1 Cuillère à soupe

- *Verser tous les ingrédients directement dans le pot*
- *Ajouter l'huile essentielle si désirée*
- *Bien mélanger, jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène*
- *Ça y est, **c'est déjà prêt** ! Tu n'as plus qu'à laisser sécher environ 4 heures !*

*Pour te servir de ta crème à récurer, humidifie ton éponge et passe la sur la crème.
Petite astuce : n'oublie pas de bien rincer pour supprimer les traces de produit.*





Spray multi-usage !

Économique & sain

Un spray
multi-surfaces !



La liste de courses



25 cl de vinaigre
ménager



1 cuillère à café
de bicarbonate
de soude



15 gouttes
d'huile
essentielle de
citron ou de
menthe

La recette !

- 1 Flacon en verre ambré (avec spray gachette)
 - 1 cuillère à café
 - 1 Verre doseur
 - 1 Cuillère à soupe

- Verse le vinaigre dans le flacon en verre ambré jusqu'à mi-hauteur
- Complète avec de l'eau jusqu'en haut du flacon
- Ajoute progressivement le bicarbonate de soude (pas trop vite, pour éviter que cela ne mousse !)
- Si tu as envie d'ajouter quelques gouttes de **l'huile essentielle** de ton choix, c'est le moment :)
- Mélange bien sans secouer trop fort. Ça y est, **c'est déjà prêt !**

Que tu utilises cette préparation avec une éponge, une micro-fibre ou un torchon, elle saura donner un coup de frais à toutes les surfaces de ta maison !



 **Little Pots**



Faire son assouplissant !

Économique & sain

En plus d'adoucir le linge, il limite le dépôt de calcaire dans la machine !



La liste de courses



15 cl de vinaigre ménager



10 gouttes d'huile essentielle de citron ou de menthe (ou de votre choix)



7 gr de bicarbonate de soude

La recette !

- 1 Flacon en verre ambré
- 1 Verre doseur

- Verser le bicarbonate de soude dans le flacon en verre ambré
- Verser le vinaigre blanc doucement : le bicarbonate peut créer une réaction provoquant de la mousse
- Compléter le flacon avec de l'eau tiède
- Si tu as choisi de rajouter **l'huile essentielle** de ton choix, c'est le moment :)
- Ajoute, si tu le souhaites des zestes de citron, une branche de thym pour parfumer ton assouplissant... puis referme ton flacon, **ça y est, c'est déjà prêt !**

Il te suffit maintenant de verser environ 20 cl de ta préparation directement dans le compartiment « assouplissant » de ta machine pour un linge tout doux et une odeur délicate !





Faire ses lingettes !

Économique

**Upcycling et
réutilisation infinie !**

La liste de courses



*25 cl de vinaigre ménager
(tu peux y faire macérer de la lavande pour une odeur à tomber !)*



- *Découper des lingettes aux dimensions souhaitées dans de vieux draps, torchons, tee-shirts... Pour 24 lingettes, compter 3 vieux tee-shirts*
- *Dans un bocal, mélanger 25 cl d'eau à 25 cl de vinaigre ménager*
- *Dans un autre bocal rempli de lingettes, verser la préparation pour imbiber suffisamment les tissus.*

C'est prêt ! Tu peux en user et en abuser !

Merci à tous !

Toute l'équipe Little Pots espère t'avoir donné l'envie de redonner du sens à ta consommation, de prendre soin de toi et de notre chère planète !



Pour aller plus loin, retrouve
nos deux autres guides :

- Le guide **Cosméto Zéro Déchet**
- Le guide du **Zéro Déchet simplifié**



*Retrouvez nous sur littlepots.fr
pour partager l'aventure !*

 **Little Pots**

Tous droits réservés



Par  **Little Pots**