

## 1, 2, 3, JE PASSE À L'ENTRETIEN ÉCOLOGIQUE

FICHES 1-2-3

[mise à jour : 04/2011]



### Pourquoi passer à l'action ?

Bien qu'accessibles en vente libre, les produits d'entretien sont nocifs pour la santé, en particulier celle des personnes fragiles et des enfants. Bon nombre de leurs composants sont allergisants, voire cancérigènes, tant par contact avec la peau que par inhalation : tensio-actifs pétrochimiques, conservateurs et parfums de synthèse, solvants, etc. Ces substances volatiles s'accumulent dans notre organisme et peuvent affecter notre santé.


Les produits d'entretien classiques vendus dans le commerce ont aussi un lourd impact environnemental. Ils contiennent de nombreuses substances toxiques qui aboutissent dans les eaux et affectent la vie aquatique. Ils génèrent aussi beaucoup de déchets d'emballage.

### Comment s'y prendre ?

Lors de l'entretien de la maison et des vêtements, tissus d'ameublement, revêtement de sols, ustensiles divers, etc., nous rencontrons principalement deux types de salissures. Organiques, elles proviennent de l'homme, des végétaux ou des animaux (graisse, sang, taches végétales, etc.) et sont enlevées par des produits alcalins, comme le savon ou les cristaux de soude. Non organiques, elles sont causées par les métaux (rouille par ex.) ou les minéraux (calcaire par ex.) et sont attaquées par les produits acides comme le vinaigre ou le jus de citron. Deux « types » de produits sont donc suffisants et il est superflu de recourir à plusieurs produits différents pour un même usage.

## Étape 1

### Je bannis :

- les produits toxiques, irritants, corrosifs et dangereux pour l'environnement, signalés par les pictogrammes de danger 
- la javel, le Dettol et les désinfectants d'une manière générale. Inutiles en usage préventif, irritants, toxiques, ils rompent l'équilibre nécessaire à notre immunité entre « bonnes » et « mauvaises » bactéries et provoquent ce que l'on prétend éviter : les bactéries dangereuses recolonisent toujours plus vite et en plus grand nombre les espaces désinfectés.
- les lingettes jetables. Elles grossissent considérablement les poubelles, sans compter qu'elles sont souvent imprégnées de produits contenant des composés toxiques. Leur bilan environnement et santé est très lourd.

### Je pense à :

- aérer et ventiler la maison minimum 10 minutes par jour pour faire baisser le taux de polluants à l'intérieur de l'habitat, réduire l'humidité, le risque de moisissures et de mauvaises odeurs qui poussent à l'usage de désodorisants et autres parfums d'ambiance, très toxiques.
- entretenir régulièrement : l'artillerie lourde ne sera ainsi pas nécessaire.
- choisir un produit adéquat au type de tache (par ex. alcalin pour les taches grasses, végétales, animales et acide pour le calcaire) et limiter le nombre de produits.
- toujours lire les conseils de dosage et doser mon produit avec parcimonie : trop de produit est inefficace, risque de détériorer les revêtements, entraîne des traces et coûte cher.
- utiliser les lavettes et torchons en microfibre : très efficaces, ils permettent de doser plus faiblement les produits d'entretien, voire même de s'en passer. Résistants, ils peuvent subir jusqu'à 500 lavages. Pour prolonger leur vie : température de lavage modérée, pas d'adoucissant ni passage au sèche-linge.

## Étape 2

### Je choisis :

- des produits à impact réduit sur l'environnement : grands conditionnements, emballages réutilisables et recharges, déchets limités et recyclables, tensio-actifs d'origine végétale, pas de conservateurs, de colorants ou de parfums artificiels.
- des produits labellisés : écolabel européen (peu strict et apposé sur des produits de grande distribution), Ecogarantie, Ecocert et Nature & Progrès (très stricts, certifiant l'origine bio des composants, apposés sur des produits distribués en magasin écologique).

## Étape 3

### Je remplace les produits du commerce par des alternatives écologiques simples, sans danger, efficaces et économiques :

- le vinaigre d'alcool et le jus de citron détartrent, désodorisent, assainissent.
- le bicarbonate de soude adoucit l'eau, assainit, désodorise et est également un abrasif doux.
- les cristaux de soude adoucissent l'eau, nettoient et dégraissent aussi bien les surfaces que le linge.
- le savon de Marseille et le savon noir interviennent dans l'entretien de la maison et du linge.

Utilisées seules ou en combinaison dans des recettes faciles et rapides, ces alternatives remplaceront avantageusement les produits commerciaux pour la lessive, l'entretien des sols et des surfaces, le récurant sanitaire, le nettoyeur pour les toilettes, les assainisseurs divers, etc. Tout le nécessaire est réalisable !

---

## Pour aller plus loin!

### Publications d'écoconso

Brochure « [Les étiquettes sans prise de tête- produits d'entretien](#) »

Fiches-conseils

- n°17 : [Faut-il vraiment utiliser tant d'eau de Javel ?](#)
- n°106 : [Désinfecter peut nuire à la santé !](#)
- n°2 : [La lessive écologique](#)
- n° 112 : [Les lingettes jetables](#)
- n°25 : [Nettoyants pour sanitaires et déboucheurs](#)
- n°1 : [Quel produit de lessive choisir ?](#)
- n°107 : [Une autre façon de nettoyer](#)
- n°21 : [Chasser les mauvaises odeurs](#)

Animation : « [produits d'entretien](#) »

### Information, documentation, appui

- service d'information d'écoconso : 081 730 730 ou [info@ecoconso.be](mailto:info@ecoconso.be)
- [raffa.grandmenage.info/](http://raffa.grandmenage.info/)
- [www.espace-environnement.be](http://www.espace-environnement.be)
- [www.sante-habitat.be](http://www.sante-habitat.be)
- [www.airinterieur.be](http://www.airinterieur.be)
- ...

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | [info@ecoconso.be](mailto:info@ecoconso.be) | [www.ecoconso.be](http://www.ecoconso.be)

---

### Liens

- [1] <https://www.ecoconso.be/fr/1-2-3-Je-passe-a-l-entretien>
- [2] <https://www.ecoconso.be/fr/thematiques/entretien-ecologique>
- [3] <https://www.ecoconso.be/fr/content/conditions-dutilisation-de-nos-contenus>
- [4] <https://www.ecoconso.be/fr/Les-etiquettes-sans-prise-de-tete>
- [5] <https://www.ecoconso.be/fr/Faut-il-vraiment-utiliser-tant-d>
- [6] <https://www.ecoconso.be/fr/La-derive-hygieniste>
- [7] <https://www.ecoconso.be/fr/La-lessive-ecologique>
- [8] <https://www.ecoconso.be/fr/Les-lingettes-jetables>
- [9] <https://www.ecoconso.be/fr/Nettoyants-pour-sanitaires-et>
- [10] <https://www.ecoconso.be/fr/Quel-produit-de-lessive-choisir>
- [11] <https://www.ecoconso.be/fr/Une-autre-facon-de-nettoyer>
- [12] <https://www.ecoconso.be/fr/Chasser-les-mauvaises-odeurs>
- [13] <https://www.ecoconso.be/fr/Produits-d-entretien,522>
- [14] <mailto:info@ecoconso.be>
- [15] <http://raffa.grandmenage.info/>

[16] <http://www.espace-environnement.be/>

[17] <http://www.sante-habitat.be/>

[18] <http://www.airinterieur.be>

[19] [https://www.ecoconso.be/sites/default/files/articles/fiche123\\_pe\\_2013.pdf](https://www.ecoconso.be/sites/default/files/articles/fiche123_pe_2013.pdf)

Cette publication est mise à disposition sous un contrat Creative Commons

