



« Notre challenge : nettoyer sans polluer ! »

Nettoyer sa maison sans la bombarder de produits chimiques et en préservant la planète, on est plutôt pour. Mais, concrètement, comment passe-t-on au « ménage vert » ? Notre journaliste a enfilé ses gants et s'est prêtée au jeu.

par Fabienne Broucaert  
photos Mungo Lee  
styliste Fleur Lagarde



« Allez, hop, dans la baignoire pour récupérer de l'intérieur ! »



« Corvée de vaisselle. Et pas question de gâcher l'eau. »



« Mon meilleur allié : un balai à franges en microfibre ! »



« Adieu lingettes et produit pour les vitres. »

# J'ai suivi une pro du ménage écolo!

**L**e vinaigre blanc remplacerait à lui seul une demi-douzaine de détergents miracles, de nettoyeurs surpuissants et de gels désinfectants. Il paraît aussi qu'un dégraissant, un multi-usage et un anti-calcaire écologiques suffisent à faire briller toute la maison, de la cuisine à la salle de bains en passant par le salon. Et que la microfibre s'utilise pour nettoyer toutes les surfaces. Mais comment s'y prend-on réellement ? Pour le savoir, j'ai suivi à la trace Amy Cissoko, une professionnelle du ménage écologique. Elle travaille chez Home Privileges, une société assurant des prestations de ménage et de repassage à domicile\*. Cette tutrice a l'habitude de former ses collègues au ménage vert. Aujourd'hui, elle a pour mission de faire de moi une parfaite « éco-ménagère ». Direction, un appartement du XII<sup>e</sup> arrondissement de Paris pour nettoyer, balayer et astiquer... sans polluer !

\* Home Privileges : 01 40 50 95 05. Et [www.homeprivileges.fr](http://www.homeprivileges.fr)

## Dans la cuisine

- **Eau chaude ou eau froide pour la vaisselle ?** On limite la dépense en eau en remplissant d'abord son évier d'eau chaude à laquelle on ajoute un peu de liquide vaisselle écolo. On rince dans le deuxième évier – ou une baignoire – rempli d'eau froide afin de casser la mousse plus facilement.
- **Le nettoyage du four** Quand les taches sont incrustées, on saupoudre de bicarbonate de soude, on humidifie en vaporisant de l'eau, on laisse poser une nuit et on gratte le lendemain à l'aide d'une spatule. On passe une éponge, puis on rince. Pour un entretien plus light, on nettoie son four, ou son micro-ondes, avec du savon noir.
- **Le détartrage de la bouilloire** Mettez 10 cl de vinaigre blanc (vinaigre d'alcool), dans la bouilloire. Ajoutez 75 cl d'eau, faites bouillir. Répétez l'opération si nécessaire. Refaites bouillir de l'eau pour éliminer l'odeur. Astuce : récupérez l'eau vinaigrée pour ôter le calcaire sur la robinetterie.
- **A quoi sert la pierre d'argent ?** Cet anti-acariens 100 % naturel se présente sous la forme d'une pâte savonneuse. Il permet de nettoyer toutes les surfaces, du carrelage à l'inox en passant par l'aluminium, sans les rayer.

## Nettoyer les sols lisses

- **Aspirateur ou balai ?** L'aspirateur est un « énergivore » à réserver à la moquette ou aux tapis. Pour les sols lisses, préférez-lui un balai trapèze à franges en microfibre. Il permet de capter toute la poussière, même sous les meubles. Si le sol est vraiment sale, remplissez un seau d'eau chaude et versez-y quelques gouttes d'un nettoyant multi-usage. Pour venir à bout des taches persistantes, ajoutez une cuillerée à soupe de savon noir.
- **Mais, au fait, c'est quoi la microfibre ?** Constituée de micro-filaments 100 fois plus fins qu'un cheveu, elle permet de nettoyer rapidement et sans traces tout type de surfaces. Elle a une grande capacité d'absorption des graisses et capte les poussières par effet électrostatique. Économique, elle est réutilisable et se lave en machine, sans adoucissant.
- **Bien choisir son nettoyant multi-usage** On opte pour un produit écologique concentré disposant du label Ecocert, Nature et Progrès ou de l'Écolabel européen. Les substances les plus toxiques y sont remplacées par des ingrédients biodégradables d'origine végétale ou minérale, aussi efficaces que leurs homologues issus de l'industrie pétrochimique.

## Faire les vitres

- **Exit les lingettes jetables** Un foyer qui utiliserait des lingettes pour nettoyer toute la maison produirait un surplus de plusieurs kilos de déchets par an. Lesquels filent directement à l'incinérateur, la lingette ne se recyclant pas. Sans compter, à la longue, leur coût.
- **De la microfibre encore et toujours** On passe d'abord un chiffon humidifié sur la vitre, à la main ou à l'aide d'un balai télescopique. On se sert ensuite d'une petite raclette pour une finition parfaite. Deux possibilités : soit on n'utilise que de l'eau, soit on ajoute quelques gouttes de liquide vaisselle pour dégraisser. Nul besoin d'acheter un produit spécifique.
- **Les miracles du papier journal** Autre tactique, tout aussi efficace : on humidifie d'eau chaude un morceau de papier journal et on le roule en boule. Il viendra à bout des vitres les plus sales.
- **Miroir, mon beau miroir** On le nettoie à l'eau vinaigrée. On le sèche soit avec une lavette microfibre, soit avec un morceau de papier journal roulé en boule.

## Dans la salle de bains

- **A bas le calcaire !** On dépose du vinaigre blanc sur la robinetterie, sur les parois du lavabo et de la baignoire. On laisse agir, on nettoie à l'éponge et on rince à l'eau chaude. On sèche avec un chiffon en microfibre ou un collant roulé en boule. Astuce : afin d'éviter de se faire mal au dos quand on nettoie la baignoire, on s'assoit sur l'un des rebords. Si la baignoire est grande, on entre carrément dedans, pieds nus, pour la nettoyer de l'intérieur.
- **Pour déboucher une canalisation** On mélange 1 tasse de bicarbonate ou de cristaux de soude, 1 tasse de gros sel et 2 tasses de vinaigre blanc. On laisse agir 30 minutes et on rince à l'eau bouillante. Cette recette de grand-mère permet aussi de lutter contre les mauvaises odeurs.
- **Stop aux taches jaunes dans les WC** Si elles sont récentes, versez 1 cuillerée à soupe de bicarbonate de soude au fond des toilettes, brossez et tirez la chasse. Si elles sont incrustées, versez 3 cuillerées à soupe de bicarbonate de soude, idem de sel fin, 1 verre de vinaigre blanc et de l'eau bouillante. Brossez, laissez agir 1/4 d'heure. Rebrossez, tirez la chasse.



### LES BASIQUES DE LA MENAGÈRE ÉCOLE

- Noix Rhita pour le lavage du linge (BHV, 22,55 €) • Vinaigre d'alcool (en supermarché, 0,88 €) • Bicarbonate de sodium (en droguerie, BHV, 5,65 €) • Pierre d'argent (en droguerie, 10 €) • Savon noir (BHV, 6,15 €) • Terre de Sommières (BHV, 6,45 €) • Éponge métallique (vendues par 3, Staniforme, 8,70 €) • Presse-citron en bois (Bérand, 12,50 €) • Torchon en nid-d'abeilles, Geneviève Lethu.

### UN BLOG ET UN LIVRE POUR ALLER PLUS LOIN

Le savon noir pour enlever les taches, le citrou pour désodoriser et enlever le tartre, le marc de café pour raviver le cuir et déboucher les canalisations, les épilures de pommes de terre pour entretenir l'argenterie et nettoyer les tableaux, l'huile d'olive pour faire briller les meubles en bois... Voilà quelques-unes des recettes écologiques et économiques pour l'entretien de la maison dévoilées sur son blog par Raffa, la cyber prêtresse du ménage vert. La jeune femme a également publié un guide pratique, *Le grand ménage*, aux éditions Solilior (15 €). <http://raffa.grandmenage.info/>