



# Réussir mon ménagement zéro déchet

Pas à pas, je coche mes progrès !

Désencombrer



Nettoyer régulièrement



Aérer (5 à 10min. par jour)



Réduire les emballages



achats en vrac  
(vinaigre, bicarbonate de soude...)

Privilégier les alternatives réutilisables



torchon



lavettes en microfibre



ventouse



brosse à vaisselle en bois,  
avec tête interchangeable

Opter pour le réemploi



marc de café  
(entretien des meubles,  
anti-odeur...)



cendres de bois  
(nettoyage de la vitre du poêle,  
engrais au potager...)



flacons  
(lessive, spray...)



vêtements abimés  
(chiffons...)

## Se munir des ingrédients de base



### vinaigre

**propriétés :** adoucissant, antiseptique, désodorisant, détartrant, nettoyant  
**utilisations :** détartrer (robinetterie), laver les vitres, désinfecter, adoucir le linge...



### bicarbonate de soude

**propriétés :** abrasif doux, adoucisseur d'eau, désodorisant, nettoyant  
**utilisations :** désodoriser (frigo), déboucher, nettoyer...



### cristaux de soude

**propriétés :** adoucisseur d'eau, antitache, dégraissant, nettoyant  
**utilisations :** détacher le linge, nettoyer les surfaces sales (four, hotte)...



### savon de Marseille 72% Extra pur

**propriétés :** antiseptique, nettoyant  
**utilisations :** fabriquer sa lessive ou son savon pour les mains...



### savon noir

**propriétés :** dégraissant, détachant, nourrissant, nettoyant  
**utilisations :** nettoyer les sols, détacher le linge...



### blanc de Meudon

**propriétés :** abrasif doux, dégraissant, nettoyant  
**utilisations :** récurer en douceur, polir l'argenterie...

## Privilégier le fait maison



produits d'entretien  
(lessive, nettoyant multiusage,  
gel anticalcaire, crème à récurer...)



tawashi



pot-pourri  
(épluchures d'agrumes,  
fleurs séchées : rose,  
lavande... du jardin)