

PCDNEWS n° 83

COUTURE
ENTRETIEN
BEAUTÉ

Campagne
ÉCO-RESPONSABLE

MAISON COMMUNALE DE MANAGE

de janvier
à décembre 2021

entrée gratuite

Infos 064 518 362



Édito

Malgré la crise sanitaire que nous traversons actuellement, la campagne éco-responsable poursuit son cours ! Dans le PCDNews n° 82, nous avons abordé la première thématique de l'année : *les bonnes résolutions*, dans ce nouveau numéro, nous aborderons les thématiques suivantes :

- **Février - *La couture sans mesure***
- **Mars - *Le printemps se réveille, faisons des merveilles***
- **Avril - *La beauté en toute simplicité***

Pour rappel, vous pouvez trouver toutes les infos relatives à la campagne via la page Facebook du PCDN de Manage ou via le site de la Commune de Manage (<https://www.manage-commune.be>).

Si vous désirez recevoir les autres tutos, n'hésitez pas à nous en faire la demande au 064 518 362.





LA COUTURE SANS MESURE

FÉVRIER



Dans ce numéro, nous avons sélectionné quelques tutos de couture. Si vous désirez recevoir les tutos non publiés et en format A4 (plus lisibles 😊), vous pouvez nous contacter au 064 518 362.

Voici la liste complète :

1. Les lingettes démaquillantes
2. La panière à lingettes
3. La pochette à lingettes
4. Le sac à tarte
5. Le cœur de la Saint-Valentin
6. La trousse ronde
7. La charlotte couvre-plat
8. L'étui à lunettes
9. Le sac à recettes
10. Le masque durable
11. Le Tote bag



CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE



FÉVRIER : LA COUTURE SANS MESURE



TUTO 1 : Les lingettes démaquillantes

FOURNITURES

- Tissu éponge
- Tissu en coton imprimé
- Fils assortis
- Ciseaux, règle, feutre effaçable



Couper le tissu en carrés de 10 cm x 10 cm.



Épingler les deux carrés endroit contre endroit.



Coudre à 5 mm du bord (le coton en dessous pour éviter qu'il ne se déforme) en laissant une ouverture de 4 cm pour retourner la lingette.



Cranter les angles et retourner la lingette.



Terminer par une couture à 5 mm. Et voilà, la première lingette est prête !





CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE



FÉVRIER : LA COUTURE SANS MESURE



TUTO 2 : La panier à lingettes

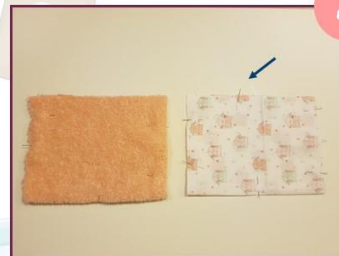
FOURNITURES

- Tissu éponge
- Tissu en coton imprimé
- Fils assortis
- Ciseaux, règle, feutre effaçable



1

Découper deux rectangles de 30 cm x 20 cm .



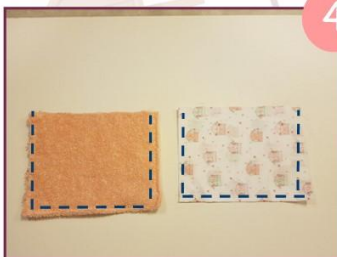
2

Plier chaque rectangle en deux, endroit contre endroit et épingler.



3

Si l'on souhaite accrocher la panier, y ajouter une attache réalisée en tissu. C'est à ce moment qu'il faut la glisser entre les deux épaisseurs du tissu externe.



4

Coudre les 3 côtés à 3 mm du bord.



5

Plier couture contre couture. Tracer un repère à 6 cm de la première pointe, idem pour la deuxième. Coudre et couper l'angle à 3 mm de la couture.



6

Retourner sur l'endroit. Procéder de la même façon pour le deuxième rectangle. Enfiler les deux tissus, endroit contre endroit et coudre le dessus à 1 cm du bord en laissant une ouverture de quelques centimètres afin de retourner l'ouvrage.



7

Retourner le panier grâce à l'ouverture et surpiquer à 5 mm du bord. Replier la partie supérieure selon la hauteur choisie.



CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE



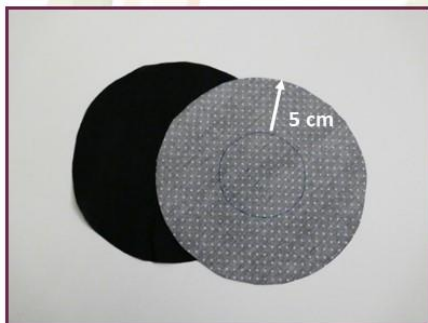
FÉVRIER : La couture sans mesure



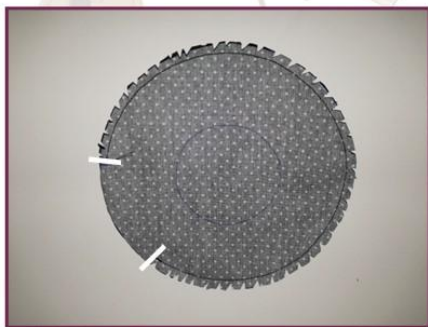
TUTO 7 : la charlotte couvre-plat

FOURNITURES

- Tissu enduit pour l'intérieur et tissu imprimé pour l'extérieur
- Élastique de 1,5 cm (10 cm plus court que la circonférence du bol choisi)



Tracer un cercle avec le bol et redessiner un deuxième cercle de 5 cm plus grand. Faire de même avec l'autre tissu.



Placer les tissus, endroit contre endroit. Coudre à 1 cm du bord en laissant une ouverture de 4-5 cm et cranter les bords. Retourner et repasser.



Coudre à 2 cm de la première couture. À l'aide d'une épingle à nourrice, insérer l'élastique. Fermer le trou au point invisible.





CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE



FÉVRIER : LA COUTURE SANS MESURE



TUTO 8 : l'étui à lunettes

FOURNITURES

- 2 tissus coordonnés (environ 30 x 20 cm chacun)
- 1 rectangle de ouatine (mêmes dimensions)
- 1 pression
- 1 bouton décoratif (facultatif)



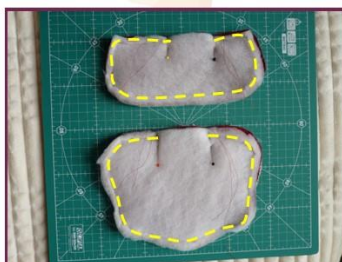
Couper les gabarits 3 fois : dans les tissus et la ouatine. Les marges de couture ne sont pas comprises dans les gabarits affichés en pointillés.

Superposer les 2 tissus, endroit contre endroit, puis la ouatine. Épingler. Piquer tout autour à quelques mm du bord en laissant une ouverture pour retourner.

Retourner sur l'endroit. Surpiquer le haut du petit gabarit à 3 mm du bord (cela fermera en même temps l'ouverture).

Superposer les 2 pièces. Plusieurs choix sont possibles mais il est plaisant de laisser visibles les 2 tissus quand l'étui est fermé. Surpiquer tout autour à 3 mm du bord.

Poser la pression. Si l'on opte pour une pression « à l'ancienne », on peut ajouter un joli bouton décoratif sur le dessus de l'étui, sinon, percer le tissu avec un poinçon avant de poser la pression, ce sera plus facile.





CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE



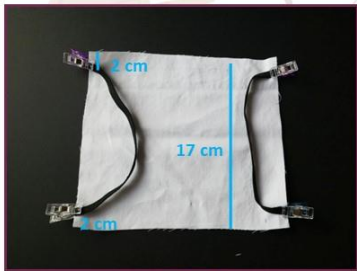
FÉVRIER : LA COUTURE SANS MESURE



TUTO 10 : le masque durable

FOURNITURES

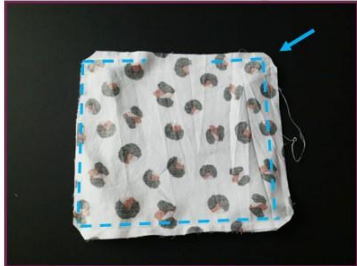
- 2 rectangles de tissu de 17 x 19 cm (19 x 19 pour les hommes). Pour améliorer l'efficacité de votre masque, choisissez deux types de tissu (popeline de coton, soie de coton) avec un tissage serré
- 2 x 18 cm d'élastique (21,5 cm pour les hommes)



Sur l'endroit, placer l'élastique à 2 cm du bord de chaque côté et épingler.



Positionner l'autre tissu, endroit contre endroit et épingler.



Piquer tout autour en laissant une ouverture pour retourner l'ouvrage. Cranter les angles.



Retourner et surpiquer à quelques mm en haut et en bas. De chaque côté, tracer un repère à 3 cm, puis à 4 cm, 6,5 cm, 7,5 cm, 10 cm et 11 cm du bord supérieur.



Pour les hommes, les repères seront à 4 cm, 5 cm, 7,5 cm, 8,5 cm, 11 cm et 12 cm. Plier, épingler et piquer le long des deux côtés. Pour une meilleure efficacité, il est conseillé de changer régulièrement de masque surtout si ce dernier est humide et de le laver après chaque usage.





CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE



FÉVRIER : LA COUTURE SANS MESURE



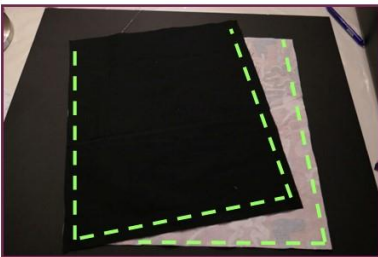
TUTO 11 : le sac réutilisable réversible

FOURNITURES

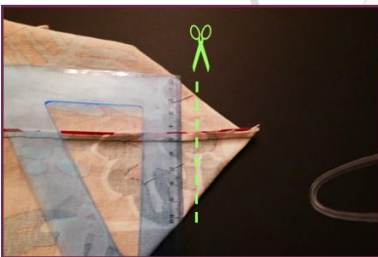
- 2 rectangles de tissu extérieur : 45 x 40 cm
- 2 rectangles de tissu intérieur : 45 x 40 cm
- 2 bandes de 8 x 75 cm pour les anses
- 2 rectangles de 20 x 18 cm dans chaque tissu si l'on souhaite ajouter des poches



Coudre la poche sur un des deux rectangles de tissu extérieur, à 10 cm du bord supérieur, en ayant préalablement réalisé un bord sur les quatre côtés. Faire de même avec le tissu intérieur car le sac est réversible.



Placer les tissus extérieurs endroit contre endroit et piquer sur 3 côtés à 1 cm du bord. Idem avec le tissu intérieur. Pour les anses, faire un bord de 1 cm, épingler, plier et piquer.



Pincer le coin, au bas du sac en plaçant les coutures l'une sur l'autre. Tracer une ligne perpendiculaire de 10 cm et piquer. Couper le surplus de tissu à 1 cm. Idem pour l'autre angle et retourner le sac. Faire la même chose avec le sac intérieur mais ne pas le retourner.



Épingler les anses sur l'endroit du sac extérieur à environ 10 cm des bords. Glisser le sac extérieur dans le sac intérieur, endroit contre endroit. (les anses sont donc prises en sandwich). Épingler les deux sacs et piquer à 1 cm tout autour, en haut du sac, en laissant une ouverture de 12 cm pour le retourner.



Retourner et repasser. Piquer tout autour du haut du sac à 2 mm du bord pour bien fixer les tissus.



Campagne éco-responsable

Optez pour des vêtements solides et de bonne qualité et choisissez des habits labellisés, si possible made in Belgium.

Évitez le nettoyage à sec et les textiles spéciaux ne nécessitant aucun repassage et contenant du formaldéhyde cancérigène.

Astuces textile

Adoptez la lessive écologique ou mieux, fabriquez-la vous-même !

Vous trouverez la recette dans le hall de la commune, au stand de Titou, Récup'Tout.

Séchez à l'air libre quand c'est possible.

Une liste de marques et de points de vente de textile bio et/ou équitable est disponible auprès du service-conseil gratuit d'écoconso : 081 730 730 ou info@ecoconso.be
Oxfam propose également une carte des initiatives slow fashion en Belgique.

Les vêtements de seconde main
Alternative très intéressante prolongeant la vie des vêtements, ce qui diminue leurs impacts écologiques et sociaux : ventes privées, vide-dressings, Brussels Vintage Market...

On fait aussi de belles affaires dans les magasins de l'économie sociale, comme le réseau labellisé Solid'R :

Le troc

On échange un vêtement contre un autre, avec parfois une petite compensation financière pour équilibrer la transaction. C'est chouette dans la mesure où l'arrivée d'un vêtement signifie se débarrasser d'un autre. Pour la Belgique et les pays attenants : www.trocvestiaire.com.

<https://petitsriens.be>
<https://www.terre.be>
<https://www.oxfamsol.be>
<https://vestiboutiques.croix-rouge.be>

Le prêt et la location

Pratiques pour les occasions spéciales (mariage, fête, soirée costumée...) et pour les vêtements d'enfants ou de grossesse. Pour le prêt, on se tourne vers son entourage qui peut mettre à disposition une pièce ou l'autre.

Privilégiez les fibres en coton biologique certifié GOTS (Global Organic Textile Standard) garantie d'une production textile responsable d'un point de vue écologique et social.



LE PRINTEMPS SE RÉVEILLE, FAISONS DES MERVEILLES



Des fiches Hygea « Réussir mon ménage zéro déchet » sont également disponibles :

- Nettoyant multi-usage
- Lessive liquide
- Spray anti-calcaire
- Gel anti-calcaire
- Pierre d'argile

N'hésitez pas à nous contacter au 064 518 362 pour les obtenir 😊

CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE : L'ENTRETIEN DE LA MAISON

SPÉCIAL DÉTACHANTS

CACAO OU CAFÉ

Tendez le tissu sur une cuvette, côté taché vers le haut, et versez, d'une hauteur d'environ 50 cm, un fort jet d'eau presque bouillante. Si nécessaire, décolorez délicatement à l'aide d'eau oxygénée ou d'une solution de percarbonate de soude. Les taches s'enlèvent facilement si l'on s'y prend rapidement.



CHEWING-GUM



Mettez le vêtement dans un sac en plastique pendant une heure dans le congélateur, grattez la gomme.

CIRE, BOUGIE ET ENCAUSTIQUE

Grattez, placez le tissu entre deux feuilles de papier buvard et repassez avec un fer chaud.

ENCRE

Faites tremper dans du lait, du lait caillé, du babeurre, du vinaigre ou de l'eau citronnée, puis lavez à l'eau chaude avec de la lessive et rincez bien.

CAMBouis, GOUDRON

Étalez du beurre ou de l'huile sur la tache, laissez agir une à deux heures. Grattez, lavez et rincez.

HERBE

Sur le coton et le linge blanc : ôtez à l'eau très chaude, puis lavez et rincez. Tissus fragiles : tamponnez la tache avec de l'alcool à brûler. Taches anciennes : laissez agir du jus de citron, rincez à l'eau tiède.

CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE : L'ENTRETIEN DE LA MAISON

SPÉCIAL DÉTACHANTS

GRAISSE

Saupoudrez la tache de fécule de pomme de terre, d'argile ou de terre de Sommières, laissez agir et brossez. Si le textile le supporte, faites ensuite bouillir dans de l'eau additionnée de savon ou de lessive.



FRUITS ROUGES



Imbibez de jus de citron, rincez. Ou bien : appliquez du lait caillé, laissez agir et rincez. On peut également tamponner avec du lait chaud, puis traiter avec de l'eau chaude et un peu de sel, rincez soigneusement. Si la tache est ancienne, traitez à l'eau oxygénée et rincez bien.

JUS DE FRUITS

Lavez à l'eau tiède, faites pénétrer du sel, rincez bien puis faites blanchir au soleil.

PEINTURE

Tamponnez avec l'essence de térébenthine.

ROUILLE

Elle s'enlève au jus de citron. Pour des taches anciennes sur du lin, utilisez de l'eau sucrée chaude.

Thé

Frottez avec de l'eau chaude, puis avec de la glycérine.

CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE : L'ENTRETIEN DE LA MAISON

SPÉCIAL DÉTACHANTS

ROUGE À LÈVRES



Imprégnez la zone de glycérine en frottant légèrement. Lorsque la tache est dissoute, lavez et rincez.



Lait

Pour les taches récentes, lavez à l'eau savonneuse tiède. Pour les taches anciennes, frottez à l'essence de térébenthine jusqu'à ce qu'elles disparaissent et rincez bien.

TOMATE



Traitez les taches récentes à l'eau savonneuse. Pour les taches anciennes, faites tremper dans de l'eau additionnée de lessive et d'un peu d'eau oxygénée puis rincez.

TRANSPIRATION

Utilisez du vinaigre pur ou de l'ammoniaque dilué.

SANG

Frottez à l'eau oxygénée diluée. Pour les taches récentes, humectez l'endroit taché, posez-le sur une surface dure, frottez sans brutalité avec l'anneau d'une clé en fer. Pour les taches anciennes, traitez d'abord avec de l'eau additionnée de lessive et un peu d'eau oxygénée puis rincez.

VIN ROUGE

Surtout pas de sel !
Versez de l'eau gazeuse ou du vin blanc immédiatement sur la tache encore humide, puis lavez à l'eau tiède savonneuse et rincez. Le vinaigre blanc peut aussi être efficace.

LES 6 BASIQUES ÉCO-RESPONSABLES À AVOIR À LA MAISON



BICARBONATE
DE
SOUDE

**Anti-acide, abrasif doux,
nettoyant et adoucissant**

**Nettoyant et
légèrement antiseptique**



MARSEILLE
OLIVE
GARANTI
EXTRA PUR



PERCARBONATE
de
soude

**Détachant, blanchissant,
nettoyant et légèrement
antiseptique**



LES 6 BASIQUES ÉCO-RESPONSABLES À AVOIR À LA MAISON



Dégraissant, détartrant, assainissant, antiseptique, antifongique, désodorisant, c'est un basique du ménage écologique et économique !



Dégraissant, détachant, nettoyant, antiseptique, insecticide

Neutralisateurs d'acides, adoucisseurs d'eau, dégraissants, nettoyants, dissolvants des matières grasses, décomposants des matières organiques, désinfectants et bactéricides

À ne pas confondre avec la soude caustique qui est très dangereuse ! Manipulez-les avec des gants et réservez-les aux surfaces difficiles à nettoyer.





Campagne éco-responsable



LE PRINTEMPS SE RÉVEILLE
FAISONS DES MERVEILLES



Recette 1 : La solution multi-usage

BICARBONATE
DE
SOUDE

2 CUILLÈRES À SOUPE

2 L d'eau
chaude



1 CUILLÈRE À SOUPE

25 GOUTTES D' HE :
CITRON, PIN, TEA TREE



1 à 3 CUILLÈRES À
SOUPE

SAVON
NOIR



Mélangez 2 càs de bicarbonate dans 2 l d'eau chaude.

Mélangez à part 1 càs de vinaigre blanc et 1 càs d'un mélange d' HE. Versez le tout dans un bidon. Agitez. Versez dans un vaporisateur.

Vaporisez pur puis essuyez avec un chiffon, ou utilisez mélangé avec du savon noir (1 à 3 càs dans un vaporisateur de 500 ml).

Évitez les surfaces en pierre ou en marbre !



CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE



LE PRINTEMPS SE RÉVEILLE FAISONS DES MERVEILLES



RECETTE 2 : LA VAISSELLE

BICARBONATE
DE
SOUDE

1 CUILLÈRE À CAFÉ

DU SAVON NOIR

SAVON
NOIR

15 À 20 GOUTTES D'HE
DE CITRON



Remplissez un flacon de 500 ml avec 1/4 de vrai savon noir sans additifs chimiques, 1 cuillère à café de bicarbonate de soude, 15 à 20 gouttes d'HE de Citron et complétez avec de l'eau en mélangeant bien.



Campagne ÉCO-RESPONSABLE



Le printemps se réveille
faisons des merveilles



Recette 3 : Le lave-vaisselle

POUR ENVIRON 20 PASTILLES :



110 g



170 g



180 g de GROS SEL



110 g

+ 1 bac à glaçons



Versez tous les ingrédients dans un saladier et vaporisez un peu d'eau. Attention, cela peut mousser. Dans ce cas, n'ajoutez plus d'eau. Mélangez jusqu'à ce que la texture se rapproche du sable mouillé. Le mélange ne doit plus mousser sinon c'est qu'il y a trop d'eau. Dans ce cas, il suffit d'attendre la fin de la réaction chimique. Ensuite, moulez les pastilles dans le bac à glaçons à l'aide d'une cuillère et tassez bien. Laissez sécher à l'air libre pendant 24 h. Une fois les pastilles sèches, démoulez-les dans des bocaux hermétiques avec couvercle.



Campagne éco-responsable



Le printemps se réveille faisons des merveilles



Recette 4 : Le nettoyeur pour le sol



1/2 L d'huile de lin

75 CL



1/2 L



30 gouttes d'HE de
tea tree



Pour les carrelages (mais aussi les lins, parquets stratifiés ou huilés et la pierre bleue) rien de tel que le savon noir. Dans un bidon de 2 l, mélangez 0,75 l de savon noir et 0,5 l d'huile de lin (qui donne du brillant). Délayez avec 0,5 l d'eau. Ajoutez éventuellement 30 gouttes d'HE de tea tree pour désinfecter (ou d'une autre HE).

Pour les carrelages très encrassés, utilisez des cristaux de soude. Diluez un verre de cristaux de soude dans 1 l d'eau chaude et multipliez cette quantité en fonction de la surface à nettoyer. Ajoutez éventuellement un bouchon de savon noir. Frottez le carrelage avec une brosse imbibée de cette solution, rincez abondamment puis séchez à l'aide d'une serpillère.



Campagne ÉCO-RESPONSABLE



Le Printemps se réveille
faisons des merveilles



Recette 5 : La Lessive Liquide



50 g

50 g



1 L

5 à 7 gouttes d'HE de Tea tree et Lavande



Faites fondre un mélange de 50 g de copeaux de savon de Marseille (ou d'Alep) et 50 g de cristaux de soude dans 1 litre d'eau. Ajoutez 5 à 7 gouttes d'HE de Tea tree pour désinfecter et de Lavande pour donner un parfum agréable. D'autres mélanges sont possibles, en restant prudent comme toujours avec les HE.

Secouez bien. Le lendemain, le liquide lessive aura peut-être épaissi : allongez si nécessaire avec de l'eau tiède. Secouez le bidon pour bien mélanger. Utilisez un verre par lessive, ou plus, si le linge est très sale.

Bon à savoir : pour nettoyer les langes lavables, vérifiez que votre savon de base ne contient pas de glycérine car celle-ci est imperméabilisante !



CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE



LE PRINTEMPS SE RÉVEILLE FAISONS DES MERVEILLES



RECETTE 6 : LE GEL WC

BICARBONATE
DE
SOUDE

3 CUILLÈRES À SOUPE

200 ML d'eau
bouillante



200 ML

fécule de
maïs

3 CUILLÈRES À
SOUPE

30 GOUTTES (TEA TREE,
MENTHE, CITRON, PIN,
EUCALYPTUS)



Mélangez le bicarbonate avec la fécule de maïs et ajoutez 50 ml d'eau froide, fouettez. Ajoutez 200 ml d'eau bouillante et fouettez à nouveau.

Ajoutez ensuite le vinaigre très progressivement puis les huiles essentielles.



Campagne éco-responsable

APPAREILS MÉNAGERS

Utilisez vos restes de cotons-tiges imbibés de vinaigre d'alcool pour nettoyer les zones difficiles des objets (par exemple entre les touches du clavier).

BOÎTES EN PLASTIQUE

Utilisez de l'huile végétale pour éliminer les taches difficiles. L'huile végétale permet de resolubiliser les pigments qui seront dès lors décollés de la boîte. Il suffit ensuite de bien rincer le tout !

ÉVIER BOUCHÉ

En prévention, versez régulièrement du marc de café dans l'évier et laissez couler de l'eau bien chaude. Le marc empêche les graisses de coller et a un effet désodorisant sur les canalisations !

Tentez de déboucher l'évier en y faisant couler de l'eau bouillante. Vous pouvez y ajouter 100 g de bicarbonate de soude, 100 g de sel et 70 ml de vinaigre blanc pour plus d'efficacité.

Versez dans l'évier 1/2 verre de cristaux de soude et de l'eau chaude. Utilisez éventuellement en plus une ventouse ou un furet pour un débouchage mécanique.

ARGENTERIE

Les pièces d'argenterie conservent leur lustre plus longtemps si on les range en compagnie de quelques craies : la craie absorbe l'humidité et les protège donc contre l'oxydation.

ASTUCES
ENTRETIEN
MAISON

MEUBLES

Fabriquez votre propre encaustique maison en faisant fondre 25 g de cire d'abeille au bain-marie, puis, une fois tiédie, en lui ajoutant 50 ml d'essence de térébenthine. Mélangez bien, versez le tout dans un pot hermétique et utilisez avec un chiffon doux.

CASSEROLES BRÛLÉES

Versez du sel fin dans le fond de la casserole, laissez agir puis une ou deux heures plus tard, lavez la casserole. Vous pouvez aussi verser de l'eau et du citron dans la casserole puis porter à ébullition pour aider à décoller les résidus.

FOUR ENCRASSÉ

Avec une éponge abrasive, lavez les grilles avec de l'eau chaude et du savon noir. Pour le reste du four, fabriquez une pâte en mélangeant 6 càs de bicarbonate et 2 càs d'eau. Appliquez la pâte sur les parois et laissez agir une nuit. Au matin, frottez et puis rincez avec une éponge mouillée d'eau chaude.

Campagne éco-responsable

FOUR ENCRASSÉ

Pour la vitre du four, préparez un mélange de 125 ml de bicarbonate de soude et de 45 ml de vinaigre blanc. Combiné à l'action abrasive du bicarbonate, le vinaigre, grâce à son action anticalcaire, rendra à votre vitre tout son éclat. À l'aide d'un chiffon mouillé, frottez doucement et puis rincez.

Pour faciliter le décapage du four, vous pouvez légèrement chauffer le four à 80 ou 100°C juste avant le nettoyage.

Astuces
entretien
maison

LE RÉFRIGÉRATEUR

Si le frigo est vraiment sale, diluez 1 càs de cristaux de soude dans une bassine d'eau chaude et ajoutez 5 gouttes d'huile essentielle de Tea tree. Humidifiez votre éponge et frottez !

Mélangez un volume de vinaigre à un volume d'eau chaude et passez une éponge propre à l'intérieur du frigo, sans rincer.

Ce mélange va former une fine pellicule qui préviendra la prolifération des bactéries.

LES JOINTS

Pour nettoyer les joints en profondeur, mélangez du bicarbonate de soude et du jus de citron jusqu'à obtenir une pâte épaisse que vous déposerez sur la brosse à dents. Frottez les joints, rincez et séchez !

Éliminez les odeurs du frigo en y déposant une coupelle remplie de bicarbonate de soude. N'oubliez pas de remplacer régulièrement le bicarbonate. Vous pouvez aussi utiliser un demi citron.

Pour faire briller les joints en silicone, nettoyez avec un mélange de savon noir et d'eau chaude.

Pour les surfaces horizontales, saupoudrez du bicarbonate de soude sur les joints et vaporisez du vinaigre blanc (sauf surfaces en pierre et en marbre) : la réaction chimique immédiate provoque une effervescence qui décolle les saletés. Il vous suffira ensuite de frotter !

Campagne éco-responsable

LE LAVE-VAISSELLE

Pour l'entretien de votre lave-vaisselle, versez 3 càs de bicarbonate de soude dans la cuve et faites-le tourner à vide. Vous pouvez aussi placer un demi citron dans le lave-vaisselle et le changer à chaque lavage.

Le bicarbonate, le vinaigre et le citron sont idéaux pour lutter contre les dépôts, le gras, le tartre et les mauvaises odeurs.

Astuces
entretien
maison

Pour désinfecter votre lave-vaisselle, vaporisez du vinaigre blanc. Pensez à nettoyer régulièrement le filtre, la cuve et le joint de la porte et à toujours laisser cette dernière entrouverte lorsqu'il est vide.

Pour parfumer le linge, glissez un savon de Marseille ou d'Alep dans les armoires. On peut aussi y mettre des sachets de lavande.

Pour les peaux sensibles, on remplacera l'adoucissant classique par du vinaigre, dans la machine à laver.

LES ODEURS

De façon générale, on peut utiliser le bicarbonate de soude pur en déposant quelques cuillerées dans une coupelle à l'endroit que l'on veut désodoriser. Remplacez-le régulièrement car il perd de son efficacité au fur et à mesure qu'il s'humidifie.

Pour le nettoyage des surfaces (sauf pierre et marbre), on peut remplir un vaporisateur d'un mélange d'eau et de vinaigre blanc, ce mélange est à la fois efficace contre le calcaire et les mauvaises odeurs, et le parfum du vinaigre disparaît au bout de quelques minutes.

Contre les odeurs de cigarette, aérez, saupoudrez tapis, moquettes et fauteuils de bicarbonate de soude, puis attendez quelques minutes avant de passer l'aspirateur.

Si des bocaux qui ont contenu des aliments au parfum fort conservent leur odeur, versez-y un peu de vinaigre blanc puis ajoutez de l'eau chaude, refermez bien et secouez doucement le bocal. Laissez ensuite agir pendant une nuit. Le lendemain, rincez à l'eau chaude.

Campagne éco-responsable

LES PLANTES

Utilisez le savon noir pour son pouvoir nettoyant, lustrant et insecticide. Diluez 5 càs de savon liquide dans 1 l d'eau tiède et une fois la préparation refroidie, pulvérisez sur les plantes à soigner. N'oubliez pas l'envers des feuilles. Recommencez si nécessaire.

Pour raviver la couleur d'un tapis, frottez-le doucement à l'eau gazeuse. Laissez-le sécher une demi-heure puis saupoudrez de bicarbonate de soude l'intégralité de votre tapis. Une fois que le bicarbonate est sec, passez l'aspirateur !

Pour nettoyer à fond et désinfecter en même temps la cuvette du wc, versez-y 2 à 3 càs de cristaux de soude, la même quantité de sel fin, 1 verre de vinaigre et de l'eau bouillante. Brossez et laissez agir toute la nuit puis rebrossez.

ASTUCES ENTRETIEN MAISON

RIDEAUX ET TAPIS

Lavez vos voilages avec 3 càs de bicarbonate de soude, ils seront plus blancs et plus souples.

Une à plusieurs fois par an, saupoudrez les tapis et moquettes d'un mélange de 250 g de bicarbonate et de 250 g d'argile blanche par 10 m². Frottez avec une brosse douce pour faire pénétrer, laissez agir 3 heures puis aspirez, le tapis sera comme neuf !

W.C.

Pour nettoyer sous les rebords difficiles d'accès, imbibe de vinaigre du papier wc et coincez-le durant plusieurs heures aux emplacements visés en veillant bien à ce qu'il adhère à la surface. Il vous suffira ensuite de frotter avec une brosse et de l'eau chaude.



LA BEAUTÉ EN TOUTE SIMPLICITÉ



Cette année, Pâques tombe la première semaine du mois d'avril et pour l'occasion, nous vous avons confectionné des bricolages dont vous pouvez obtenir les tutos sur simple demande au 064 518 362.

En voici une liste :

1. La poule rigolote
2. La poule berlingot
3. La couronne upcyclée
4. Le sac carotte
5. Les boîtes à œufs
6. Le panier à œufs
7. La poule de table
8. La déco de table
9. Les figurines à suspendre
10. La décoration florale



CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE

La beauté en toute simplicité



DIY 1 : baume à LÈVRES



2 CÀS d'HUILE de COCO BIO



1/2 CÀS de CIRE d'ABEILLE

1 CÀS d'HUILE de
CAMELINE

Faites fondre au bain-marie la cire d'abeille et l'huile de coco bio. Hors du feu, ajoutez l'huile de cameline bio et remuez rapidement. Versez dans un petit pot et laissez refroidir afin que le mélange durcisse.

Alternative végan :

Vous pouvez réaliser cette recette en remplaçant la cire d'abeille par la cire d'olive bio, en respectant les proportions. Votre baume aura une texture légèrement différente mais tout aussi agréable.



CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE

La beauté en toute simplicité

DIY 2 : huile fleurie après le bain

100 ML d'huile de tournesol
BIO

100 ML d'huile
de cameline BIO

2 POIGNÉES DE FLEURS
(LAVANDE, ROSE, GÉRANIUM)
CUEILLIES QUELQUES JOURS
AVANT ET SÉCHÉES À L'AIR
LIBRE

Remplissez un bocal en verre avec vos fleurs, ajoutez l'huile de cameline bio puis l'huile de tournesol bio. Entourez votre bocal de papier journal ou de kraft et placez-le au soleil en remuant de temps en temps le bocal.

Après 3 semaines de macération, appliquez une noisette après le bain pour garder la peau souple.



CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE

La beauté en toute simplicité



DIY 3 : GEL À RASER MAISON

50 ML d'HUILE VÉGÉTALE
AU CHOIX : AMANDE
DOUCE, CALENDULA,
SÉSAME OU ARGOUSIER



50 ML de SAVON LIQUIDE
D'ALEP



EN OPTION : 10 GOUTTES D'HE
de LAVANDE FINE/ CAMOMILLE
ROMAINE/ TEA TREE/ GÉRANIUM



Dans un récipient, versez le savon liquide et ajoutez progressivement l'huile végétale tout en mélangeant afin d'obtenir une texture proche d'un gel. Incorporez les HE sans cesser de mélanger puis, conditionnez dans un petit récipient propre et désinfecté.



CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE

La beauté en toute simplicité



DIY 4 : dentifrice à la menthe poivrée



2 CÀS D'ARGILE BLANCHE
ULTRA-VENTILÉE



1 GOUTTE D'HE DE
TEA TREE
+ 3 GOUTTES D'HE DE
MENTHE POIVRÉE

2 CÀS D'HUILE DE COCO



Faites fondre l'huile de coco au bain-marie. Ajoutez l'argile blanche à l'aide d'une cuillère en bois ou en faïence.
Mélangez et parfumez votre dentifrice à l'aide des HE.



Campagne éco-responsable

La beauté en toute simplicité



DIY 5 : SHAMPOING SOLIDE SANS SCI



6 càs de savon de
MARSEILLE OU SAVON D'ALEP
en poudre ou en copeaux

3 càs d'huile
végétale de ricin



3 càs de miel bio

100 ml d'eau

6 càs de poudre végétale (riz, argile...)

Le SCI, Sodium Cocoyl Isethionate, est un tensioactif dérivé de l'huile de coco. Il joue le rôle d'agent émulsifiant et stabilisant (il permet, entre autre, la formation d'une mousse). Son procédé de fabrication est pointé du doigt car il est issu de la chimie lourde et nécessite l'utilisation de l'oxyde d'éthylène, un gaz extrêmement réactif, inflammable, toxique et cancérigène. Le fait de ne pas mettre de SCI dans la recette du savon solide rendra le savon moins dur qu'un savon solide classique. N'hésitez pas à laisser sécher plus longtemps le savon si vous le trouvez trop mou à votre goût.

Mixez les copeaux de savon afin d'obtenir une poudre fine.

Mélangez l'eau et la poudre de savon à feu doux au bain-marie, fouettez le mélange pour que la poudre de savon se dissolve sans grumeaux. Ajoutez l'huile végétale et le miel sans arrêter de fouetter. Lorsque tous les ingrédients ont été dissous et que la préparation est homogène, retirez du feu. Ajoutez, hors du feu, la poudre végétale et fouettez. Versez votre pâte à shampooing dans des moules en silicone et réservez au frigo (de 3h à toute une nuit). Une fois solidifiés, il faut laisser reposer les shampoings solides à l'air libre entre 1 à 3 semaines.



CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE

La beauté en toute simplicité



DIY 6 : vinaigre capillaire au romarin



1 L de vinaigre d'alcool
bio à 8%



2 poignées de feuilles de
romarin séchées ou
fraîches

Cette recette laisse les cheveux brillants et faciles à démêler. L'odeur de vinaigre disparaît rapidement et se combine bien au romarin. L'infusion se conserve plusieurs mois sans problème.

Faites chauffer le vinaigre jusqu'à ébullition, ajoutez le romarin, laissez infuser 2-3 minutes à couvert. Versez ensuite le tout dans un bocal et laissez macérer au moins 15 jours. Filtrerez ensuite à travers une passoire fine ou un filtre à café.

Ajoutez un peu de ce vinaigre à la dernière eau de rinçage des cheveux après le shampoing ou vaporisez avec un spray directement sur la chevelure.



Campagne ÉCO-RESPONSABLE

La beauté en toute simplicité



DIY 7 : déodorant



40 g d'huile de coco
bio



10 g de cire d'abeille
bio



15 gouttes au total d'HE:
PALMAROSA, SAUGE
SCLARÉE, TEA TREE.

30 g de bicarbonate
de soude



20 g d'ARROW-ROOT ou à
défaut de LA FÉCULE DE
MAÏS



Faites fondre l'huile de coco et la cire d'abeille au bain-marie, mélangez et versez dans un pot hermétique, propre et désinfecté. Ajoutez petit à petit le bicarbonate de soude et l'arrow-root en mélangeant vigoureusement pour éliminer tous les grumeaux. Ajoutez pour finir les huiles essentielles et mélangez à nouveau. Refermez le pot et placez 10 minutes au réfrigérateur pour permettre au mélange de solidifier. En l'absence d'eau, ce déodorant se conserve facilement plusieurs mois. Il suffit de prélever avec une spatule en bois une petite quantité de beurre obtenu et de l'appliquer sur les aisselles.



CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE

La beauté en toute simplicité



DIY 8 : Lait démaquillant

100 ML d'HUILE
d'AMANDE DOUCE

2 CÀC de CIRE d'ABEILLE

60 ML d'EAU DE ROSE
OU d'EAU MINÉRALE

2 CÀC de GLYCÉRINE

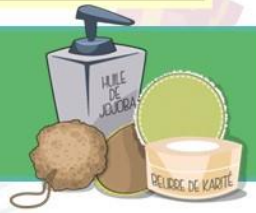
20 g d'HE de PETIT GRAIN OU
ROMARIN (OBLIGATOIRE POUR LA
CONSERVATION)

Faites fondre au bain-marie la cire d'abeille dans l'huile en tournant de temps en temps (le mélange doit devenir clair et homogène). Ensuite, hors du feu, incorporez progressivement l'eau florale, puis la glycérine et les huiles essentielles en mélangeant avec le fouet.



Campagne ÉCO-RESPONSABLE

La beauté en toute simplicité



DIY 9 : GEL ANTIBACTÉRIEN



ALOE VERA



ALCOOL à 70°

20 GOUTTES D'HE de
RAVINTSARA et 20 GOUTTES
D'HE D'EUCALYPTUS RADIÉ



Dans un bol, ajoutez 16,5 ml d'alcool à 70° ainsi que 20 gouttes d'huile essentielle de Ravintsara et 20 gouttes d'huile essentielle d'Eucalyptus radié. Mélangez bien le tout à l'aide d'un fouet. Ajoutez ensuite 33 ml d'aloë vera puis mélangez à nouveau. Transvasez le tout dans un contenant vide.

Attention, ne pas utiliser pendant la grossesse.

Campagne ÉCO-RESPONSABLE

HUILE ANTI-CELLULITE

Mélangez 40 gouttes d'HE de Cyprès, 40 gouttes d'HE de Citron et 20 gouttes d'HE de Sauge sclarée à 10 cl d'huile d'amande douce. Appliquez cette huile chaque jour après votre douche en massant les zones cellulitiques.

HUILE DÉMAQUILLANTE

Vous pouvez utiliser toutes les huiles fines pour vous démaquiller : jojoba, argan, avocat, ricin,... Utilisez l'huile directement sur une lingette démaquillante. En plus de démaquiller votre peau, l'huile végétale l'hydratera et la nourrira.

ASTUCES BEAUTÉ

HUILE PRÉ-BRONZAGE

50 ml de macérat huileux de carotte, 20 gouttes d'HE de Carotte et 10 gouttes de fragrance cosmétique de monoï dans 50 ml d'huile végétale de pépins de tomate. Appliquez sur la peau le soir précédant l'exposition. Attention, ce soin peut tâcher vos vêtements, attendez donc qu'il ait pénétré votre peau avant de vous habiller.

MASQUE HYDRATANT AU CHOCOLAT

Faites fondre 5 carrés de chocolat noir, ajoutez 1 càs de miel, 1 càs de yaourt et 1 càs d'huile d'amande douce. Laissez tiédir et appliquez sur le visage. Après 10 min de pose, rincez le masque à l'eau tiède.

MASQUE ANTI POINTS NOIRS

Mélangez 1/2 càs de miel à 1 càs d'huile de noisette. Ajoutez 1 càs de bicarbonate de soude. Remuez jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Étalez le masque sur votre visage et laissez-le agir une dizaine de minutes avant de le rincer à l'eau tiède.

MASQUE POUR CHEVEUX GRAS

Épluchez 2 mandarines et passez-les au mixeur. Ajoutez 4 càs d'huile de jojoba, 1 jaune d'œuf et 2 càs d'argile verte en poudre, ensuite mélangez. Appliquez sur vos cheveux et laissez agir une demi-heure avant de faire votre shampoing.

BLUSH AUX FRAMBOISES

Broyez finement une poignée de framboises lyophilisées (les pépins ne doivent plus être visibles). Mélangez 4 càc à 1 ou 2 càc de fécule d'arrow-root. Plus vous ajoutez de fécule, moins la couleur est intense. Testez jusqu'à ce que le résultat vous plaise !

Campagne ÉCO-RESPONSABLE

ASTUCES BEAUTÉ

POUR LES POILS

Remplacez votre rasoir jetable par un rasoir avec manche en bois et lames en acier interchangeables ou par le traditionnel coupe-chou que l'on aigüise et garde quasiment à vie.

MOUSSE À RASER

Utilisez un savon de Marseille ou d'Alep bio avec pouvoir moussant au lieu de la mousse à raser qui est toxique pour votre santé et l'environnement.

SÉRUM POUR PEAU SÈCHE

Mélangez 10 cl d'huile d'avocat à 10 cl d'huile d'olive. Ajoutez 3 gouttes d'HE de Citron, 5 gouttes d'HE d'Orange et 2 gouttes d'HE de Camomille. Le soir, appliquez ce sérum sur le visage en mouvements rotatifs légers.

ROUGE À LÈVRES

Faites fondre au bain-marie 3 càs d'huile végétale au choix et 2 càc de cire d'abeille. Ajoutez 4 gouttes d'HE de Petit grain bigarade ou de Romarin. Ajoutez des épices pour obtenir la couleur désirée : cannelle (marron), paprika (rouge), poudre de betterave (très rouge).

ORICULI

L'oriculi est un petit bâtonnet en bambou ou en métal qui permet de nettoyer les oreilles. Il est originaire du Japon et est une excellente alternative aux cotons-tiges car il est utilisable à vie !

BROSSE À DENTS

La brosse à dents existe aussi en version écologique ! Privilégiez-la en bambou ou à tête changeante, cela vous permettra de ne pas en jeter une en plastique tous les 3 mois !

SHAMPOING SOLIDE

Faites votre shampoing solide en faisant fondre au bain-marie 30 g de beurre végétal d'amande, 60 g de tensioactif végétal et 10% d'eau minérale. Mettez ensuite la préparation dans un emporte-pièce et placez 30 min au frigo.

GOMMAGE POUR LE CORPS

Passez au gommage maison : mélangez du sucre à un peu d'huile d'olive. Ajoutez-y une cuillère de miel et mélangez à nouveau. C'est prêt !

Eau antipelluculaire

Faites bouillir 1 l d'eau, plongez-y 3 càs de romarin et 3 càs de laurier. Laissez infuser 15 min. Filtrez et laissez refroidir. Utilisez cette eau pour vous rincer les cheveux après votre shampoing.

QUELQUES PHOTOS DES BRICOLAGES DE PÂQUES



Réponses au jeu-concours du PCDNews n° 83 (remis le/..../....)

Pour être valable, le bulletin doit nous parvenir avant le 30/06/2021

Entourez votre village : Bois d'H/Bel/Fayt/Manage/ La Hestre/Longsart.

Nom / Prénom

Rue.....N°.....

QUIZZ

1. Que faire pour conserver plus longtemps le lustre des pièces d'argenterie ?

2. Quel genre de tache peut-on enlever en la laissant tremper dans du lait, du lait caillé, du babeurre, du vinaigre ou de l'eau citronnée ?

3. Quel effet a le marc de café sur l'évier ?

4. Qu'est l'oriculi ?

5. Citez les ingrédients du vinaigre capillaire au romarin ?

6. Quels autres produits naturels peuvent remplacer la mousse à raser ?

7. Quel label garantit une production textile responsable d'un point de vue écologique et social ?

8. Quelle huile essentielle utilise-t-on dans le produit pour faire la vaisselle ?

9. Avec quel ingrédient faut-il laver les voilages pour qu'ils soient plus blancs et plus souples ?

10. Quel ingrédient minéral faut-il verser dans une casserole brûlée pour la nettoyer ?

PCDNews - Tous droits réservés-2021

Échevinat : Émerence Leheut - Échevine du Cadre de Vie et Présidente du PCDN

Éditeur responsable : Bruno POZZONI

Conception : Service Cadre de vie – PCDN

Crédits illustr : TanArts Créations et www.pixabay.be

N'oubliez pas ! Je suis recyclable.