AGIR CONTRE LES MICROPOLLUANTS DANS l'eau

Les micropolluants sont des substances synthétiques que l'on retrouve dans l'environnement et donc dans l'eau à des **très faibles concentrations** : on parle de l'équivalent d'un sucre dans une piscine olympique. Malgré cela, les micropolluants ont des effets nocifs sur les écosystèmes. Leur biodégradabilité est faible et ils s'accumulent dans l'eau entrainant ce que l'on appelle **un effet cocktail**.

1 LA JUSTE DOSE

- ★ Je mets MOINS de produit
- ★★ Je réduis le nombre de produits que j'utilise
- ★★★ Je choisis des alternatives naturelles aux produits lorsque c'est possible !

SAVON NOIR, VINAIGRE BLANC

2 Zoom sur mes PRODUITS

- ★ Je les utilise avec parcimonie
- ★★ Je lis les étiquettes et privilégie les produits avec un ECOLABEL
- ★★★ Je fais quelques produits moi-même

3 touche pas à mes EAUX USÉES

- ★ Je ne jette rien dans les canalisations de mon logement (WC, évier, lavabo...)

Et surtout pas de LINGETTES !

- ★★ Je ne mets pas de bloc WC qui libère des composés chimiques à chaque fois qu'on tire la chasse d'eau
- ★★★ Je rapporte les médicaments inutilisés à la pharmacie et les restes de solvants, peintures...à la déchetterie

4 Et hors de CHEZ MOI ?

- ★ Je ne jette RIEN dans les bouches d'égoût
- ★★ Je lave ma voiture à la station de lavage (ou je laisse faire la pluie !)
- ★★★ Je n'utilise aucun produit chimique pour jardiner

5 Choisir les ECOLABELS

EU Ecolabel www.ecolabel.eu — NF ENVIRONNEMENT — ECOCERT

Les officiels !

Plus d'informations sur le site :

www.labelinfo.ch

graine Bourgogne-Franche-Comté Réseau régional d'éducation à l'environnement

Graine Réseau Auvergne-Rhône-Alpes pour l'éducation à l'environnement vers un développement durable

VEOLIA

LES INDISPENSABLES

LE BICARBONATE DE SOUDE
La star des produits à tout faire !

LE VINAIGRE BLANC
Très peu cher et a de multiples usages

LE SAVON NOIR
Dégraissant, détachant, bactéricide...

LE GEL D'AVOINE : une base naturelle multi-usages

Le gel d'avoine s'utilise en remplacement du gel d'Aloe Vera. Il peut être utilisé pour plusieurs recettes cosmétiques naturelles (baume après-soleil, crème hydratante visage, dentifrice, gel hydroalcoolique).

Matériel
- 1 casserole et une cuillère en bois
- une plaque de cuisson
- 1 verre mesureur ou une balance (en cl)
- 1 cuillère à soupe
- 1 chinois
- 1 pot en verre

Ingrédients
- 25 cl d'eau
- 2 cuillères à soupe de flocons d'avoine
- 2 gouttes d'extrait de pépins de pamplemousse (conservateur)

Recette
1. Faire bouillir les flocons d'avoine sans cesser de remuer pendant 15 à 20 min (adapter le temps de cuisson si vous doublez la recette).
2. Une fois la cuisson terminée, passer au chinois (si trop épais, ajouter un peu d'eau et remettre sur le feu quelques instants pour fluidifier ; si trop liquide, poursuivre la cuisson quelques minutes encore).
3. Ajouter l'extrait de pépins de pamplemousse.
4. Etiqueter le pot (ingrédients, date, conservation).

Se conserve au réfrigérateur pendant 15 jours.

FABRIQUER SOI-MÊME SON BAUME APRÈS-SOLEIL

Matériel
- 1 bol
- 1 cuillère à soupe
- 1 cuillère à café
- 1 fouet
- 1 balance de précision au gramme près
- 1 petit contenant

BON POUR L'EAU

Ingrédients
- 30g de gel d'avoine
- 5g d'huile végétale (olive, noisette, noix, amande douce, avocat, pépins de raisin…)
- option : 1 goutte d'huile essentielle de lavande aspic (régénère la peau)
- 1 gouttes d'extrait de pépins de pamplemousse (conservateur)

Recette
Dans le bol, mettre le gel d'avoine et l'huile végétale puis mélanger. Ajouter l'extrait de pépins de pamplemousse et si usage du baume pour adultes ou enfants de + de 8 ans, ajouter l'huile essentielle de lavande puis remuer jusqu'à obtention d'un mélange homogène.
Étiqueter le pot (ingrédients, date, conservation).

Se conserve 15 jours au réfrigérateur.

Conseil : *Déposez une noisette de baume au creux de vos mains puis appliquez-le sur le visage et le cou. Effet rafraîchissant garanti ! Peut également être utiliser comme crème hydrante pour le visage au quotidien.*

graine Bourgogne-Franche-Comté Réseau régional d'éducation à l'environnement
Graine Réseau Auvergne-Rhône-Alpes pour l'éducation à l'environnement vers un développement durable
VEOLIA