

LE DÉFI ECHO'LO DU MOIS

#5
OCTOBRE

LE P'TIT EDITO :

Dans la chasse au déchets, la salle de bain peut avoir l'air d'un musée des horreurs. En effet, entre les brosses à dents, les produits d'hygiène liquide, souvent emballer et réemballer de plastique, les couches des plus petits et les protections féminines, il peut paraître insurmontable de réduire la taille de la poubelle de cette pièce !

En plus d'être jetables, de nombreux produits sont aussi polluants des polluants connus pour l'eau.

Mieux réfléchir ses achats de produits d'hygiène vous permettra, en outre, de réduire vos déchets, de désencombrer vos placards, et pourquoi pas, de préserver votre santé !

A VOUS DE JOUER :

Partagez les photos de vos trouvailles par mail, nous serons ravis de les découvrir !

cdd-duerne@ecomail.fr



ENSEMBLE, REDUISONS NOS DECHETS ! DÉFI #4 : « Zoom sur la salle de bain ! »

• LES LINGETTES A TOUT FAIRE

Dans la salle de bain, nous avons souvent besoin de coton pour toutes sortes d'utilisation (langer le petit dernier, se démaquiller...). C'est aussi une grande source de déchets dont le coût écologique n'est pas négligeable (la production de coton est très gourmande en eau).

Pour faire vos lingettes lavables, vous aurez simplement besoin de tissu (coton ou micro-éponge), d'un fil et d'une aiguille ! Avant de faire vos lingettes, lavez votre tissu qui va rétrécir un peu.

Ne reste plus qu'à couper le tissu à la forme souhaitée et coudre 2 bout de tissus ensemble (cela se fait très bien, même sans machine à coudre !).

• UNE HYGIENE DENTAIRE RESPONSABLE

On recommande de changer de brosse à dent tous les 3 mois. Pour une famille de 4 personnes, cela représente 16 brosses à dent par an (soit 60 € / an) et autant de déchets !

La brosse à dent en plastique biodégradable ou en bois sont de bonnes alternatives. Certaines proposent de ne changer que la tête (recyclable bien sûr), le manche, lui, étant ad vitam aeternam.

Le dentifrice solide :

- 15 g d'huile de coco
- 21 g d'argile verte ou blanche en poudre
- 5 g de bicarbonate de soude
- 20 gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée
- 5 g de cire d'abeille
- 2,5 g de glycérine végétale (dispo en magasin bio)



Faire fondre au bain marie la cire et l'huile de coco. Hors du feu, ajouter l'argile, la glycérine, l'huile essentielle et le bicarbonate. Mélanger bien pour que la solution soit homogène. Mettre dans un récipient en verre stérilisé et laisser durcir. Ce dentifrice se conserve pendant 3 mois.

Et pour le bain de bouche ?

Rien de tel que le bicarbonate de soude ! Une cuillère à café dans un verre d'eau suffit. Rincez-vous la bouche pendant 30 secondes avec, il détartrera et évitera aussi la mauvaise haleine. Attention cependant à ne pas en abuser !