



# Le Bicarbonate de soude

Nettoyant, désodorisant, adoucissant, abrasif, anti-calcaire... Le bicarbonate a de multiples applications du fait de ces propriétés mécaniques et chimiques. Le produit indispensable au quotidien sans aucun risque pour la santé ou l'environnement!



## Tissus et linge

### Assouplissant du linge :

Mettez 1/4 de verre de bicarbonate et 3/4 de verre d'eau dans le bac de rinçage de la machine à laver.

### Détachant du linge :

Faites tremper quelques heures dans une bassine d'eau chaude additionnée d'un verre de bicarbonate. Rincez légèrement avant de mettre dans la machine à laver.

### Nettoyant moquette, tapis et canapés :

Saupoudrez de bicarbonate, frottez, laissez agir 1h, puis passez l'aspirateur. Le tissu sera nettoyé et désodorisé.

### Blanchissant du linge :

- Ajoutez du bicarbonate dans votre bac à linge lors d'une lessive de blanc.  
- Pour augmenter l'efficacité de vos lessives écologiques (noix de lavage par exemple), ajoutez dans votre bac 1 ou 2 cuillères à soupe de bicarbonate pendant le cycle de lavage : il sert de désodorisant, ravive les couleurs et évite l'accumulation de calcaire sur les tissus.

### Désodorisant pour le linge :

Pour enlever l'odeur de chlore de vos serviettes de bain, ajoutez 2 cuillères à soupe de bicarbonate lors du lavage, ou dans l'eau du cycle de rinçage.



## La vaisselle

### Dans le lave-vaisselle :

Afin d'augmenter les performances de votre détergent habituel, ajoutez 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude pendant le cycle de lavage.

### Lavage à la main :

- Combinez vinaigre d'alcool, bicarbonate de soude et eau.  
- Vaisselle tachée par le thé, le café... : Frottez à l'aide d'une éponge imbibée de bicarbonate.

## Salle de bain

### Nettoyage des accessoires de beauté :

Baignez vos accessoires (brosses à cheveux, à ongles,...) dans une solution de 4 cuillères à soupe de bicarbonate diluées dans 1L d'eau chaude. Laissez tremper la nuit et rincez à l'eau claire le lendemain matin.



## Hygiène

### Bains :

Ajouté à l'eau du bain, il laisse une agréable sensation de peau souple et lisse et vous aidera pour les petits problèmes de sécheresse cutanée. Il favorise aussi la décontraction musculaire.

### Pour blanchir les dents :

Prenez l'habitude de saupoudrer votre dentifrice d'un peu de bicarbonate.



## En cuisine

### Agent levant :

Pour les pâtisseries, quiches et pains.

### Pour la cuisson :

Utilisé pour cuire les légumes et les légumineuses, une pincée de bicarbonate les rend plus digestes avec un temps de cuisson plus court.

### Agent régulateur d'acidité :

Pour neutraliser l'acidité de vos coulis de rhubarbe, de tomates...  
Pour redresser une vinaigrette trop acide...



## Le ménage

### Le sol :

Lavez le sol avec une préparation de 2 cuillères à soupe de bicarbonate et d'une cuillère à soupe de savon noir dans 2 litres d'eau chaude.

### Raviver les meubles :

Préparez 20g de bicarbonate de soude délayé dans 10cl de vinaigre d'alcool et 50cl d'eau. Frottez avec cette préparation puis essuyez à l'aide d'une éponge humide.

### Nettoyer les métaux :

Préparez une pâte avec 3 cuillères à café de bicarbonate et un peu d'eau. Nettoyez le chrome, l'inox, l'or et l'argent avec cette pâte. Appliquez sur le support, laissez agir brièvement, frottez, rincez à l'eau chaude puis polir.

### Récurer lavabo, évier, four, barbecue... :

Fabriquez une poudre récurante avec 250g de bicarbonate dans 50ml d'eau. Appliquez cette poudre, frottez et rincez.

### Déboucher les tuyaux et nettoyer les canalisations :

Effectuez un mélange de 250 mg de bicarbonate et de 250 mg de sel. Mettez ce mélange dans la canalisation. Ajoutez 250 ml de vinaigre blanc. Le dégagement de CO<sub>2</sub> produit par la réaction aide au débouchage des tuyaux.

### Désodorisants :

CENDRIERS : les remplir de bicarbonate  
RÉFRIGÉRATEURS : saupoudrez le bicarbonate sur une éponge puis rincez à l'eau claire, ou déposez une coupelle contenant 1 à 2 cuillères à café de bicarbonate dans votre réfrigérateur.  
POUBELLES : saupoudrez le fond de la poubelle avec 2 cuillères à soupe de bicarbonate.  
LITIÈRE DU CHAT : saupoudrez la litière régulièrement de bicarbonate contre les mauvaises odeurs.

## Extérieur

### Voiture :

Pour enlever les gouttelettes de sève ou les insectes écrasés sur la carrosserie et les phares de la voiture, frottez avec une éponge humide enduite de bicarbonate. Ne raye pas ni les carrosseries, ni les vitres.

### Camping :

Désodorise le matériel et les accessoires de camping : Avant de les stocker, saupoudrez de bicarbonate tentes, matelas, sacs de couchage, glacière...Laissez agir une journée et secouez bien ou aspirez.



Votre bicarbonate est-il encore utilisable?

Versez 1 cuillère à soupe de bicarbonate dans 2 cuillères à soupe de vinaigre. S'il y a effervescence, votre bicarbonate est utilisable. Sinon, jetez-le.