

## PERCHÉ AUOPRODURRE DETERSIVI?

- Pulire "dentro" senza sporcare "fuori"
- Prodotti totalmente biodegradabili, e privi di emissioni inquinanti, realizzati con materie prime quali, sale limone, aceto, cenere, marsiglia
- Che senso ha, acquistare zucchine biologiche per poi lavarle nel lavandino, che abbiamo precedentemente pulito con un bel detersivo ad alta tossicità? cucinarle nelle pentole e mangiarle nei piatti fatti splendere con uno dei tanti detersivi altamente inquinanti, e brillantati con sostanze altrettanto sospette di cui non vogliamo chiederci la composizione?
- Ridurre drasticamente i rifiuti
- risparmiare

*In un periodo come questo dove gli sconvolgimenti climatici li viviamo quotidianamente, è più impellente che mai iniziare a fare delle azioni concrete di **cambiamento degli stili di vita** e l'autoproduzione di detersivi auspichiamo possa essere un primo piccolo passo in questa direzione*

Questa esperienza che abbiamo iniziato qualche anno fa e che abbiamo voluto denominare *Laboratorio Sperimentale Permanente*, si è arricchito anche del corposo contributo di MONDO NUOVO in merito al quale Vi invitiamo a visitare il sito <http://biodetersivi.altervista.org>. Mentre su altri aspetti quali l'utilizzo del marsiglia e della cenerella, considerati i risultati raggiunti, si è deciso di proseguire sulla soddisfacente via sperimentale dell'autoproduzione.

Maggio 2008

## MATERIE PRIME BASI

*Le loro caratteristiche*

ACIDO	NEUTRO	BASICO O ALCALINO
Aceto (anticalcare)	Acqua calda	Bicarbonato (anticalcare)
Acido citrico (anticalcare)	Acqua distillata	Percarbonato ? (igienizzante) attivo già a 35°
Limone (anticalcare)	Acqua ossigenata (molto igienizzante)	Acqua della pasta
Sale (anticalcare)	Marsiglia	"Cenerella"

I prodotti ACIDI **NON** vanno usati insieme ai prodotti BASICI, altrimenti ne annullano l'effetto.  
Per cui niente aceto e bicarbonato insieme.

*Per approfondire ...*

### ACETO E BICARBONATO

Entrambi hanno, da soli, un forte potere sgrassante. Coadiuvano tantissimo alla pulizia di casa, in maniera naturale ed efficace.

Sono due prodotti dalla chimica opposta e quindi non vanno assolutamente mescolati. Nelle miscele vanno usati singolarmente, o uno o l'altro, altrimenti si inattivano a vicenda.

Il bicarbonato ha un'azione addolcente sull'acqua che rende i tensioattivi più aggressivi (il detersivo agisce meglio).

L'aceto si può utilizzare sia nelle pulizie che in fase di risciacquo. Per quanto riguarda l'aceto dobbiamo sfatare un mito: **non ha alcuna azione igienizzante**, tanto è vero che il vino si trasforma in aceto grazie a dei microrganismi.

Attenzione a non usare l'aceto (e gli altri acidi) sul marmo e sul travertino.

## MATERIE PRIME BASI

### ACQUA OSSIGENATA

La disinfezione più facile ed efficace è quella con acqua ossigenata: ad essa resistono solo poche specie batteriche -nessuna se la concentrazione è elevata - e decomponendosi semplicemente in acqua e ossigeno è sicuramente ecologica.

ATTENZIONE: soluzioni troppo concentrate di acqua ossigenata possono intaccare i metalli e il marmo.

*Per approfondire ...*

### CARBONATO DI SODIO

Commercializzato sotto il nome di **Soda Solvay** e chiamato impropriamente "lisciva", il carbonato di sodio è molto simile nel chimismo al bicarbonato, ma più alcalino e quindi più corrosivo. Ha gli stessi usi del bicarbonato, anche se richiede maggiore attenzione. E' consigliabile utilizzarlo come detersivo solo per indumenti da lavoro o tessuti robusti. La forte alcalinità tende a rovinare le fibre dei tessuti indebolendole ed a sbiadire i colori. Non contenendo poi sequestranti che addolciscono l'acqua, il calcio si deposita sulle fibre irrigidendole e "seccandole", così da provocarne col tempo la rottura.

### BICARBONATO IN PRIMO PIANO

Il bicarbonato è economicissimo soprattutto se di marca NON pubblicizzata. E' interessantissimo leggere le indicazioni e modi d'uso del bicarbonato, leggendo il sito che segnaliamo scoprirete tanti modi di utilizzo e pulizia, veramente efficaci, caratteristiche tecniche e quant'altro serve sapere: <http://www.bicarbonato.it/>

Un accenno delle sue caratteristiche e proprietà:

#### CARATTERISTICHE

- o Solubile in acqua
- o Non solubile nell'alcool
- o Delicatamente abrasivo
- o Impedisce la formazione dei funghi
- o Ha la grande proprietà di assorbire gli odori
- o Ottimo come antiodorante per le ascelle

#### COME SI USA

- ❖ in soluzione acquosa negli spruzzini detersivi fai da te
- ❖ coadiuva nella sgrassatura delle stoviglie e facilita l'azione dei tensioattivi presenti nel detersivo piatti
- ❖ In pasta acquosa per pulire superfici : frigo, microonde, taglieri cucina, lavabi, ecc.
- ❖ Lasciato in scatola aperta negli spazi dove vogliamo assorbire gli odori o cosparsi su lettiera per gatti ecc.

## OLI ESSENZIALI

- Gli oli essenziali sono **sostanze oleose profumate** che si estraggono da parti di piante : fiori, frutti, buccia, radici e foglie.
- Sono sostanze fortemente concentrate che non devono **mai essere usate pure**, a parte rarissime eccezioni, per non andare incontro a irritazioni.
- Hanno anche **proprietà terapeutiche** e pertanto queste essenze vanno utilizzate con cura e attenzione, in piccole dosi.
- Particolare attenzione va usata qualora vi siano donne in gravidanza, molto sensibili agli effetti degli olii essenziali, e bambini, che hanno un olfatto molto ricettivo e ne avvertono e assimilano anche le minime tracce.
- In entrambi i casi gli oli essenziali vanno usati molto diluiti.
- Rimane inteso che ammoniaca, acido muriatico, candeggina, e quant'altro usiamo quotidianamente in case abitate da bambini e donne gravide, sono molto più dannosi.
- Gli oli essenziali di camomilla, canfora e menta, agrumi sono **antagonisti dei rimedi omeopatici** perciò non li usate se state assumendo questi ultimi. Oppure siate accorti nell'usarli a distanza di un'ora prima e un'ora dopo dall'assunzione del rimedio
- La conservabilità degli oli essenziali nelle diluizioni è di due-tre mesi, vanno quindi preparati in quantità moderata in modo da consumarli entro la data di scadenza.
- Gli oli essenziali non si sciolgono in acqua; si sciolgono invece negli oli grassi, nell'alcool e nel sapone liquido. **E' sconsigliato mescolarli con aceto e limone perché l'acidità potrebbe inattivarne alcuni tipi.**
- Tutte le essenze sono moderatamente antisettiche e disinfettanti. In particolare:
  - \* per disinfettare l'ambiente: cannella, eucaliptus, garofano, ginepro, lavanda, limone, origano, salvia, timo, tea tree
  - \* contro insetti: basilico, lavanda, limone, maggiorana, melissa
  - \* contro le muffe: lavanda e geranio

## DA EVITARE...PERCHE'?

Da evitare	Perchè
perborato	teratogeno (danni sul feto)
Ammoniaca (detergente, ma non disinfettante)	eutrofizzante
candeggina	Tossicità, alterazioni al sistema riproduttivo, endocrino, immunitario, può indurre tumori
trielina	Pericolosi per la salute e causano danni all'ambiente
antiparassitari	Pericolosi per la salute e causano danni all'ambiente
insetticidi	Pericolosi per la salute e causano danni all'ambiente
vernici	Pericolosi per la salute e causano danni all'ambiente

Da sapere: Alcool rosa (detergente, ma non disinfettante SE NON AL 70%)

Da usare con moderazione e indossando i guanti:  
Acido muriatico  
Alcool etilico (detergente ma non disinfettante)

## IGIENE: IL TERRORE DEL BATTERIO, L'INDIFFERENZA DEI VELENI

**Cosa è più importante per me, l'igiene assoluta o la salute delle persone che mi stanno intorno?**

*Le mamme dovrebbero sapere che far vivere un bambino in un mondo sterile impedisce al piccolo di farsi gli anticorpi e questo gli nuocerà da grande.*

**Ma se poi è proprio importante igienizzare, cosa uso di naturale?**

**Bicarbonato**

**Acido citrico**

**Percarbonato**

**Tea tree oil** (no con l'aceto)

**Vapore e acqua calda**

**Sole**

## "CENERELLA"

*Nome scaturito dalla nostra fantasia per identificare un "autoprodotta", nato da alcune esperienze riferite dai partecipanti durante i laboratori di autoproduzione.*

*Vuole coniugare il recupero dell'esperienza delle nostre nonne, il riciclo un prodotto, con la disponibilità di avere un manufatto pronto per l'uso.*

*La "cenerella", come composizione è assimilabile alla lisciva*

*Alcuni ci hanno inoltre riferito che con una manciata di cenere del camino lavano i piatti.*

Il liquido ottenuto, la «cenerella» ha un ottimo potere lavante su sanitari, piastrelle, piani in inox, ecc., è inoltre un ottimo anticalcare. Può essere usato in lavatrice al posto della lisciva e del percarbonato.

**Ma attenzione!** usato con acqua calda può essere irritante per la pelle; usato in lavatrice, al posto della lisciva, a lungo andare può consumare le fibre, così come la lisciva stessa.

### Ricetta

- ✓ Mettere della cenere di legno a bagno in acqua fredda nella proporzione di 1 (cenere) a 3 (acqua).
- ✓ Lasciar depositare per due/tre giorni.
- ✓ Dotarsi di contenitore di plastica o vetro e filtrare l'acqua senza rimestare (la cenere deve rimanere sul fondo).

**Per il filtraggio** utilizzare un imbuto e un telo o un paio di fogli di carta da cucina. Il liquido scenderà lentamente, soprattutto quando si formerà sulla carta una patina di cenere.

- **Importante pretrattare le macchie con marsiglia**
- **Il potere lavante della lavatrice sta nello "sbattere i panni"**

I detersivi mediamente in commercio contengono tensioattivi per pulire e una serie di additivi per permettere ad essi di agire più in profondità, più rapidamente e a temperature inferiori. Spesso gli additivi non sono necessari e spesso ne servono altri ancora per renderne efficaci i primi. Questi ingredienti sono in genere ottenuti mediante sintesi chimica e risultano pertanto non decomponibili attraverso il ciclo naturale di trasformazione e rinnovo delle sostanze organiche, e quindi altamente inquinanti. I detersivi chimici industriali in polvere contengono fino al 50% di materiale inerte che fa volume. Solo i detersivi ecologici ne sono privi, in quanto sono concentrati.

**Fondamentale è lavare in maniera responsabile**, lo stretto indispensabile e pulire a mano i capi di piccole dimensioni e uso frequente, evitando l'uso di acqua corrente, lasciandoli a bagno il tempo necessario per il tipo di tessuto e riutilizzando l'acqua d'ammollo per pulire i pavimenti.

- **Importante sciogliere il detersivo direttamente nel cestello**
- La **pallina aumenta l'efficacia dei detersivi** e ne favorisce lo scioglimento limitando la presenza di residui nei tessuti, oltre a permettere di ridurre fino a un 20% il dosaggio. Essa ha essenzialmente un'azione meccanica: aumentando lo sbattimento dei capi all'interno del cestello, favorisce lo scioglimento della polvere e aumenta la resa del lavaggio. Le lavatrici che hanno migliore performance, a parità di detersivo, sono quelle che "sbattono" di più i capi.
- **Importante se è possibile lavare senza prelavaggio, ma spegnendo almeno una volta la lavatrice per un'ora lasciando così i capi in ammollo**

## Ricetta Sapone di Marsiglia in crema

### 100 gr di Sapone di Marsiglia sciolto in 1 litro di acqua calda

aspetto: color bianco ceroso (non giallo).  
Controllare sempre che vi sia scritto «Sapone di Marsiglia», a scaglie o a panetti (in tal caso bisogna fare le scaglie con una grattugia da carote, è un procedimento molto rapido). Il vero Marsiglia è biodegradabile al 100% mescolare energicamente, lasciar sciogliere e invasare in un contenitore, per averlo poi pronto all'uso

### Ammorbidente

- **100 ml di aceto** nell'apposita vaschetta .  
L'odore scompare se si asciugano i panni all'aria. E' efficacissimo perchè ha carica positiva
- **Soluzione di 100 ml** in cui è disciolto il 10% di acido citrico

Nel caso di utilizzo dei detersivi biologici e non, acquistati già pronti, aceto e acido citrico come ammorbidenti, favoriscono la degradazione di enzimi e residui dei detersivi, contribuendo ad eliminare il loro potere allergenico

### Sbiancanti

Sbiancante naturale si può aggiungere un cucchiaino di **percarbonato** al gel da bucato. Migliora il lavaggio in presenza di acque dure. Non usare su capi delicati (lana, seta, pelle).  
**Ammollo:** sciogliere un cucchiaino da tavola in 5 litri di acqua tiepida (max 40°C) mettere in ammollo i capi colorati per almeno 30-60 minuti (max 2 ore) ed i capi bianchi per almeno 1-2 ore (max 4-5 ore). Poi risciacquare e lavare normalmente a mano o in lavatrice con il detersivo abituale.

Diluito in acqua tiepida fino a formare una **pappetta** tipo yogurt e applicato direttamente sulla macchia per circa un'ora prima del lavaggio, elimina la maggior parte delle macchie colorate.  
**Metodo da utilizzare SOLO su capi bianchi, non delicati**

Puoi ottenere un'azione sbiancante **blanda** immergendo capi di cotone in acqua in cui sono state bollite alcune fette di **limone** oppure **acqua fredda e bicarbonato a mollo per una notte**

Si può provare ad usare **acqua ossigenata** a 130 volumi (3 grammi per chilo di biancheria), con una temperatura minima di 60 gradi e tempi di immersione di almeno 20 minuti.

Per smacchiare, se non si riesce ad agire tempestivamente, è sempre necessario pretrattare le macchie con sapone ecologico tipo Marsiglia grattugiato.



# LAVATRICE

## Caricare la lavatrice

- 1) Sapone di Marsiglia in crema preparato secondo la ricetta  
funzione: lavante
  - 2) Soda microcristallina (Carbonato di sodio, ovvero Lisciva)  
funzione: anticalcare
  - 3) Percarbonato  
funzione: sbiancante, pulente, disinfettante il percarbonato a 30° (non Omino Bianco)
- 3 bis)** i componenti di cui al punto 2 e 3 possono essere sostituiti con la "cenerella"
- 4) Se l'acqua è particolarmente dura, vanno aggiunti fino a 3 cucchiaini di bicarbonato o soda da bucato (da usare con una maggiore attenzione) direttamente nella vasca
  - 5) Aceto di mele/soluzione con acido citrico  
Funzione: ammorbidente. Si può inserire nell'ultimo risciacquo (100 ml)

## Procedimento:

Ammorbidire prima del lavaggio 4 cucchiaini di crema di Marsiglia, (punto 1) in un po' d'acqua calda oppure mettere direttamente nel cestello, o 250 ml nella pallina dosatrice. Si può inoltre aggiungere: 3 cucchiaini di Lisciva o un bicchiere di "cenerella", 1-2 cucchiaini di percarbonato. Non mescolare mai prima dell'utilizzo.

Se si vuole, si può aggiungere nella vaschetta dell'ammorbidente l'aceto di mele, la soluzione con acido citrico o qualche goccia di essenza per profumare il bucato

## Per decalcificare la lavatrice una volta al mese

Due modi semplici a seconda della durezza della propria acqua:

- lanciare un programma lungo con temperatura alta, 60°, versando nel cestello vuoto un litro di aceto.
- 1 litro di una soluzione al 15% direttamente nel cestello vuoto e avviare un programma ad alta temperatura.

GRUPPO DI ACQUISTO SOLIDALE - RIVALTA DI TORINO

11



# LAVARE ...

## Preparato Marsiglia più diluito:

### Ricetta

50 gr di sapone di marsiglia (si possono utilizzare anche i mozziconi di saponette di marsiglia)  
1lt di acqua  
20 gocce di essenza di limone (timo)

### Questo composto si può utilizzare per:

Bucato a mano

Cucina/Bagni: lavare le parti con lo sporco più difficile

Forno: pulire le parti con lo sporco più difficile

## COME LAVARE LE TENDE

Ciò che rovina di più le tende è il detersivo che rimane nella tenda.

Le tende vanno lavate con pochissimo detersivo, se sono particolarmente sporche si fa un ammollo prima.

Non si mette ammorbidente.

Per togliere residui di detersivi conviene risciacquarle due volte:

prima che parta l'ultima centrifuga, si ferma la lavatrice e si riporta all'ultimo risciacquo

fonte: nostra amica tappezziere

GRUPPO DI ACQUISTO SOLIDALE - RIVALTA DI TORINO

12

## LAVARE I PIATTI ...

### Ricetta

50 gr di sapone di marsiglia  
(si possono utilizzare anche i  
mozziconi di saponette  
di marsiglia)  
1lt di acqua  
20 gocce di essenza di  
limone (timo)

Consiglio per consumare meno acqua e detersivo:

- apri l'acqua calda nella vasca del lavaggio, piano, così non si riempie subito
- metti qualche goccia di detersivo (o di marsiglia più diluito) direttamente sulla spugna, pulisci la stoviglia e risciacquala con l'acqua che sta riempiendo la vaschetta lavaggio
- usa un detersivo per piatti tradizionale (meglio se bio) per stoviglie più unte puoi usare solo il "detersivo lavastoviglie fai da te"
- utilizza i tovaglioli di carta, se li hai usati a tavola, per assorbire l'unto in eccesso dalle pentole e dai piatti
- **pretratta** le pentole e le stoviglie incrostate con lo spruzzino all'aceto/acido citrico o al bicarbonato (effetto sgrassante)
- il bicarbonato aumenta l'efficacia sgrassante del detersivo piatti tradizionale.
- L' **acqua di scolarura di riso e pasta** è eccezionale per lavare i piatti, sia per l'amido disciolto in essa che per il calore, se la usate ancora calda. L'amido è un ottimo sgrassante.
- puoi usare **lo spruzzino al bicarbonato o aceto** anche per pulire il lavandino, soprattutto quando ci devi lavare alimenti
- bollire le stoviglie più sporche con acqua e aceto al 50%

### lavastoviglie

#### Ricetta

6 LIMONI INTERI CON BUCCIA ♦ 400 GR SALE  
GROSSO ♦ 200 GR ACETO BIANCO ♦ 700 GR ACQUA

#### Procedimento:

Frullare i limoni e il sale .  
Mettere sul fuoco e aggiungere l'acqua e l'aceto.  
Far bollire per circa 15 minuti, mescolando di tanto in tanto.

Conservare in barattolo di vetro o plastica.

#### Dosi:

3 cucchiaini nella vaschetta della lavastoviglie  
o quanto basta sulla spugna per lavaggi a mano

#### Consigli:

Meglio evitare del tutto il brillantante tradizionale.  
Puoi evitare di usare sostanze brillantanti, oppure puoi riempire la vaschetta del brillantante di aceto (o una soluzione al 15% di acido citrico – 100 ml di acqua e 15 g di acido citrico) e regolare la relativa manopola graduata sul numero più alto. controlla spesso il livello del sale e pulisci il filtro ogni due settimane.

LIDALE - RIVALTA DI TORINO

13

## SPRUZZINI MULTIUSO ...

### SPRUZZINO CON ACQUA E ACETO

Diluire a scelta il 20%, 30% o 40% di aceto in restante acqua.

#### Per 500 ml:

**20% = 100 ml di aceto in 400 ml di acqua**

**30% = 150 ml di aceto in 350 ml di acqua**

**40% = 200 ml di aceto in 300 ml di acqua**

Se l'acqua di rubinetto è troppo calcarea si può usare l'acqua distillata per evitare macchie di calcare

Eventualmente usare l'aceto di mele che ha un odore più gradevole.

**Attenzione:** non utilizzare su marmo e pietre, legno, cotto e tutte le superfici sulle quali è sconsigliato l'uso di sostanze acide.

Attenzione a non usare l'aceto (e gli altri acidi) sul marmo e sul travertino.

### ACIDO CITRICO ANIDRO PURO

ANTICALCARE AMMORBIDENTE DISINCROSTANTE  
BRILLANTANTE

#### Modalità d'uso

Su tutte le superfici lavabili: applicare una soluzione al 15% per eliminare le incrostazioni calcaree.

Lasciare agire qualche minuto e risciacquare. Non utilizzare su marmo e pietre, legno, cotto e tutte le superfici sulle quali è sconsigliato l'uso di sostanze acide.

### SPRUZZINO CON ACQUA E BICARBONATO

Sciogliere al massimo 48  
g di bicarbonato in 500  
ml d'acqua.

Agitare sempre prima  
dell'uso.

*Il bicarbonato è  
igienizzante, sgrassante  
e assorbe gli odori.*

**Attenzione:** l'aceto e  
l'acido citrico non vanno  
assolutamente mescolati  
al bicarbonato in quanto  
chimicamente opposti, si  
invalidano a vicenda.

14



## COME PULISCO ...?

### DEODORANTI PER AMBIENTI

Se vi piace l'odore del caffè, potete utilizzarlo per deodorare piccoli ambienti (vani singoli degli armadi, cassettoni, scarpiera):

Mischiare in una ciotola larga e bassa **fondi di caffè asciutti e alcuni chiodi di garofano**, a piacere, e mettere nell'ambiente da deodorare. Cambiare quando perde efficacia.

Ancora caffè per combattere l'odore forte di aglio, cipolla, funghi secchi, negli ambienti in cui li conservate: mischiate aceto e fondi di caffè asciutti, o polvere di caffè, in una ciotola formando una pappa densa. Si asciuga da sola. Cambiare quando perde efficacia.

### PULIZIA TAPPETI

Aspirare il tappeto per bene.

Fare scendere bicarbonato a pioggia sul tappeto, spargendolo su tutta la larghezza,

poi stendere con le mani in modo da coprirlo tutto. Lasciare agire per tutta la notte.

Ripassare con l'aspirapolvere ripulendolo per bene. Toglie gli odori.

15

GRUPPO DI ACQUISTO SOLIDALE - RIVALTA DI TORINO



## COME PULISCO ...?

### PULIZIA VETRI

(i consigli di Ivana e Aliciuzza)

"Penso di poter consigliare un buon sistema (superecologico!) per lavare i vetri:

il segreto è la spatola per asciugare i vetri (quella che usano i lavavetri per strada per intenderci).

Uso acqua caldissima, un po' d'aceto, panno in microfibra, la spatola e un panno di tela.

Metto in un secchio dell'acqua pulita molto calda con un po' d'aceto, immergo il panno in microfibra, lo strizzo ma non troppo (in modo che il vetro non si asciughi immediatamente), lo passo e strofino bene in tutti gli angolini.

Poi passo la spatola e quando ho terminato la striscia prima di farne un'altra asciugo la spatola con un panno di tela.

I vetri sono perfetti in pochi secondi!

E altro piccolo segreto: non fare mai al sole questa operazione: asciugando immediatamente il vetro si creerebbero aloni e strisce.

Un'ultima cosa, spendere qualche euro in più per la spatola, che deve essere di gomma morbida; quelle economiche in genere sono di plastica dura e il risultato non sarà perfetto!"

### VETRI

acqua calda

e aceto o lo

spruzzino

all'aceto

oppure fogli

di giornale

(quotidiano)

e acqua,

passa il vetro

con la

spugna

bagnata e

asciugalo

con il foglio

di giornale

accartocciato

16

GRUPPO DI ACQUISTO SOLIDALE - RIVALTA DI TORINO



## COME PULISCO ...?

### PAVIMENTI

Per lavare i pavimenti 1 bicchiere di aceto in acqua calda oppure un bicchiere di "cenerella" in acqua tiepida.

### FUGHE PIASTRELLE

Fai una papetta di percarbonato e applicala sulle fughe annerite della ceramica per tutta la notte

### PARQUET

Puoi lavare il parquet con acqua calda e panno in microfibra ben strizzato oppure con acqua calda con un po' di aceto e panno in microfibra

### DISINFEZIONE

#### SPAZZOLINI DA DENTI

- metterli a bagno per una notte in acqua e bicarbonato
- metterli a bagno per una notte in acqua nella quale sono state disciolte 2 gocce di olio essenziale tea tree oil (antimicotico) e 5 gocce di essenza di limone (battericida-disinfettante)

### PULIZIA ARGENTO

Prepara una pastella di bicarbonato e acqua e passala sull'argento con uno straccio, sfregando bene.

### LA PIASTRA DEL FERRO

- passare la piastra con una candela e stirare un sacchetto di carta
- versare del sale grosso su di uno strofinaccio e "stirare" il sale con il ferro caldo

### LETTIERA PER GATTI

Il bicarbonato cosparso puro sulla lettiera del gatto ne assorbe gli odori.

17

GRUPPO DI ACQUISTO SOLIDALE - RIVALTA DI TORINO



## COME PULISCO ...?

### RUBINETTI

Spruzzini di acqua/aceto o acqua/bicarbonato normalmente

Ogni tanto spruzza aceto, meglio se caldo, sui rubinetti per lucidare e togliere segni di calcare

Se il calcare ha ostruito le griglie rompigitto di rubinetti e della doccia, svitali e immergili nell'aceto finché il calcare non inizia a sciogliersi, dopo di che sciacquarli e rimettili a posto.

### STURALAVANDINI

Mescola 150 g di sale da cucina e 150 g di bicarbonato di sodio o soda da bucato (Soda Solvay) e versali nello scarico. A seguire versa una pentola di acqua bollente.

*Attenzione: se non si versa l'acqua subito si rischia di intasare lo scarico!*

Utilizzando questo sistema con dosi ridotte e ripetendo la procedura una volta al mese, ci garantiremo sempre scarichi liberi.

### SANITARI

Spruzzini di acqua/aceto o acqua/bicarbonato

#### Ricetta - preparato per sanitari

25 gr acido citrico (si trova in farmacia)  
210 ml acqua meglio se distillata  
5 ml detersivo per i piatti  
5 gocce essenza limone/eucalipto/menta)  
Mescolare a freddo in un barattolo gli ingredienti

### WATER

Si può alternare con questi metodi: pulisci usando lo scopino del water su cui hai versato del bicarbonato di sodio oppure aceto puro diluito in acqua caldissima versata sullo scopino

18

GRUPPO DI ACQUISTO SOLIDALE - RIVALTA DI TORINO

## COME PULISCO ...?

### **FORNO**

Pulisci spesso il forno con lo spruzzino all'aceto o al bicarbonato (meglio se a forno tiepido) e lascia agire qualche minuto prima di sciacquare.

Oppure, per forni molto unti: mettere all'interno una pentola piena d'acqua calda in cui è stato sciolto un cucchiaino di aceto lasciandola agire tutta la notte. La mattina seguente togliere il grasso con una spugna

### **FORNO MICROONDE**

Mezzo bicchiere di acqua e succo di limone (o acqua e aceto) in parti uguali nel microonde. Fallo partire a potenza massima per 5-6 minuti e poi aspetta un paio di minuti prima di togliere il bicchiere e passare con una spugna morbida inumidita.

### **FRIGORIFERO**

- Si pulisce con lo spruzzino all'aceto o con quello al bicarbonato, e si sciacqua.
- Per togliere gli odori: mettere qualche cucchiaino di bicarbonato in una vaschetta larga e lasciarla aperta in frigorifero. Ha un'efficacia di circa 3 mesi.

### **TAGLIERI DI LEGNO E SUPERFICI A CONTATTO CON GLI ALIMENTI**

Passali con una pasta fatta di acqua e bicarbonato (1 parte acqua e 3 parti bicarbonato) e sciacqua dopo qualche minuto

## RICAPITOLANDO ECOLOGICAMENTE ...

- elimina i prodotti superflui
- al posto dei soliti spruzzini con detergenti convenzionali prepara e usa spruzzini con ACQUA e ACETO e/o con ACQUA e ACIDO CITRICO e/o con ACQUA e BICARBONATO
- utilizza i PANNI MAGICI in microfibra
- utilizza ACQUA CALDA
- lascia agire QUALCHE MINUTO i prodotti prima di rimuoverli
- usa i GUANTI
- Sii parsimonioso nell'utilizzo dei prodotti anche se naturali, non è che usandone di più si pulisce meglio.