



# Produits ménagers écologiques

Public : tout public  
Actualisé en octobre 2014

**Documents empruntables à l'Arehn**-----2

LIVRES -----2

ARTICLES -----3

PUBLICATIONS -----3

EXPOSITIONS -----3

**Sites Internet**-----3

DOSSIERS ET ARTICLES -----3

GUIDES -----3

BLOGS -----4

RETOURS D'EXPERIENCES -----4

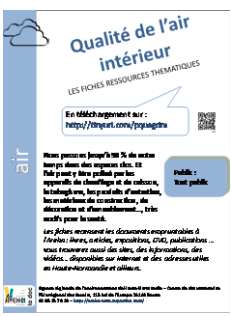
**Vidéos et émissions de radio en ligne**-----4

VIDEOS -----5

RADIO -----5

**Adresses utiles**-----5

## D'autres fiches sur le même thème...



**Agence régionale de l'environnement de Normandie (ARE Normandie)**

**Centre de documentation**  
Pôle régional des Savoirs, 115 bd de l'Europe 76100 Rouen  
02 35 15 78 19 – [centredoc@are-normandie.fr](mailto:centredoc@are-normandie.fr)  
<http://arehn-asso.superdoc.com>

**Horaires d'ouverture (ouvert à tous)**  
Mardi et vendredi 14h-17h  
Mercredi 10h-17h  
Jeudi 12h-17h  
Le 3<sup>e</sup> samedi de chaque mois 9h30-12h30  
**Ouvert aussi sur rendez-vous**




LIVRES



**Bicarbonate à tout faire** / CASPER, Anita ; BOULANGER, Anne-Catherine (2011) : Hachette, 63 p.

Le citoyen trouvera dans ce petit livret toutes les recettes pour utiliser le bicarbonate dans la vie de tous les jours et dans tous les domaines, même ceux auxquels on ne pense pas de prime abord : ménage, alimentation, santé, cosmétique, bricolage...  
810.13/CAS



**Savons noirs à tout faire : 1200 trucs et astuces naturels et écologiques – adresses utiles /** PEYRET, Inès (2010) : Dauphin, 271 p.

Disparu de notre quotidien depuis plusieurs dizaines d'années, le savon noir, revient en force ! Cet ouvrage nous livre une multitude d'astuces pour utiliser ce savon écologique dans notre quotidien pour le ménage, le bricolage, l'hygiène et la beauté, les animaux...  
810.13/PAY



**Le vinaigre malin : tous les bienfaits pour la santé et la maison d'un ingrédient 100 % naturel /** DROULHIOLE, Michel (2009) : Leducs, 186 p.

Le vinaigre a des vertus innombrables. Il deviendra indispensable dans votre quotidien après la lecture de ce livre qui dépeint tout ce que l'on peut faire avec ce produit miracle.  
810.13/DRO



**L'huile essentielle à tous les étages /** BAUDOUX, Dominique (2011) : Soliflor, 163 p. Un petit guide avec des dessins pour expliquer toutes les vertus des huiles essentielles.  
810.11/BAU



**Le grand ménage mes recettes pour une maison propre naturellement /** Raffa (2009). B-Bruxelles : Soliflor, 130 p.

Raffa, auteur du fameux blog « Le grand ménage » (<http://raffa.grandmenage.info/>), nous livre ses recettes pour composer soi-même ses produits d'entretien écologiques et économiques pour la maison.  
810.13/RAF



**Je fabrique mes produits ménagers. Et mon shampoing, mon savon... /** ROYANT, Laétitia (2010). Mens : Terre Vivante, 96 p.

Un ouvrage de recettes pour fabriquer ses produits ménagers avec des recettes simples à base de produits naturels : savon de Marseille, vinaigre blanc, bicarbonate... et aussi des astuces pour fabriquer quelques cosmétiques et produits d'hygiène de base.  
810.13/ROY



**Une maison propre au naturel : 1000 idées /** LEVARD, Catherine (2010). Issy-les-Moulineaux : Massin, 78 p. Pour découvrir ou redécouvrir les recettes naturelles, les astuces d'autrefois et des techniques simples avec quelques produits de base, permettant

d'assurer le nettoyage de la maison.  
810.13/DEV



**Le ménage au naturel /** BOISSEAU, Nathalie (2009). Paris : Editions Alternatives, 110 p. (Tout beau tout bio !)

Un tour d'horizon des gestes et astuces pour limiter les substances actives utilisées dans la maison : nettoyer les sols, fabriquer sa propre lessive, supprimer les odeurs du frigidaire, entretenir son parquet. Pour toute la maison, des recettes simples, à réaliser avec des ingrédients en vente dans les commerces.  
810.13/BOI



**Nettoyons vert ! Les produits d'entretien écologiques "maison" /** SARAZIN, Marie-Luc (2010) Paris : Anagramme Editions, 127 p.

Marie-Luc Sarazin nous livre ses recettes pour composer soi-même ses produits d'entretien écologiques pour toute la maison. Elle passe aussi en revue les matières premières indispensables et les caractéristiques des plantes utilisables pour nettoyer.  
810.13/SAR



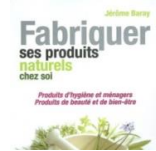
**Vinaigre à tout faire : trucs et astuces au quotidien, guide pratique écologique** PEYRET, Inès (2008). Paris : Dauphin, 271 p.

Le vinaigre n'est pas seulement un condiment ! C'est aussi un désinfectant, un médicament, un nettoyant, un produit de beauté, un désherbant, un anticalcaire... enfin bref, c'est presque l'indispensable du quotidien. Cet ouvrage, écrit de manière très originale : anecdotes, références bibliographiques et historiques... donne tous les trucs et astuces à savoir et à tester avec le vinaigre.  
810.11/PAY



**Le dictionnaire à tout faire du bicarbonate : 1001 usages du bicarbonate /** PEYRET, Inès (2013). Paris : Dauphin, 271 p.

Guide d'utilisation du bicarbonate, dans l'entretien de la maison (nettoyer, dégraisser, désodoriser), en cosmétique (gommage, bain de pieds, etc.), en cuisine ou pour soigner les maux du quotidien.  
810.13/PEY



**Fabriquer ses produits naturels chez soi ; produits d'hygiène et ménagers, produits de beauté et de bien-être /** BARAY, Jérôme (2009). Paris : Grancher, 193 p.

Cet ouvrage pratique vous permet de fabriquer, à partir d'éléments très simples et peu coûteux, une large gamme de produits ménagers (savons, désinfectants, lessives, cirages, etc.) ou de bien-être (crèmes de soin, laits, démaquillants, shampoings, etc.). Les économies ainsi réalisées seront considérables. Mais plus encore, vous vivrez au naturel, en vous débarrassant de tous les additifs industriels des produits manufacturés. (quatrième de couverture)  
810.13/BAR



**Mon cahier de recettes** (2011). Saint-Noff : Ecodis, 42 p.

Ce petit guide présente de manière détaillée quelques ingrédients naturels pour entretenir sa maison. Avec quelques recettes simples, ingénieuses et économes !  
Cote - 810.13/MON



**Produits d'entretien à faire soi-même naturels et économiques /** FRELY, Rachel (2012). Toulouse : Chariot d'or, 128 p.

Voici le guide incontournable pour diminuer, voire éliminer, tous les produits d'entretien toxiques en les remplaçant par des alternatives naturelles et écologiques, saines pour l'environnement et de la santé de tous. Il contient un grand nombre d'informations utiles, des conseils pratiques ainsi que de nombreuses recettes de produits ménagers naturels.  
810.13/FRE



**Savon noir & co** / BACON, Caroline (2011). Paris : Rustica, 63 p.  
*Les savons noir, de Marseille, d'Alep, terre de Sommières, blanc de Meudon et pierre d'argile se prêtent à de multiples usages, souvent méconnus. Cet ouvrage livre toutes les techniques pour utiliser ces produits pour l'entretien de la maison, la beauté et la santé au naturel.*  
 810.13/BAC

## ARTICLES

**La grande lessive écolo** / PERRAUD, Stéphane (2010), *Village magazine*, 104, juin-juillet-août 2010, pp. 68-73

## PUBLICATIONS



**Produits ménagers : le geste écocitoyen** (octobre 1997)  
*Quels sont les produits ménagers qui peuvent se montrer polluants ou toxiques ? - Quelle démarche adopter si l'on veut se comporter en écocitoyen – Les produits*



**Produits ménagers écologiques. Faites-les vous-même !** (janvier 2012)

*Peut-on fabriquer tous ses produits d'entretien avec des ingrédients naturels ? Les produits écologiques sont-ils vraiment efficaces ? Est-ce difficile ? Est-ce contraignant ? Où trouver les ingrédients ? Pourquoi ne pas les acheter tout faits ? Et aussi la liste des ingrédients incontournables, quelques recettes, des conseils...*

Ces publications sont disponibles gratuitement au centre de documentation ou [téléchargeables](#) sur le site de l'ARE Normandie.

## EXPOSITIONS



« Nettoyants ménagers et produits d'entretien » et « Lessives et additifs de lavage » in [Eco-consommateur](#)

Les expositions s'empruntent sur réservation auprès du centre de documentation au 02 35 15 78 19. [Voir](#) toutes les expositions disponibles.

## Sites Internet

### DOSSIERS ET ARTICLES



**Les produits ménagers écologiques, faites-les vous-même !** - Agence régionale de l'environnement de Haute-Normandie, 2012  
*Fabriquer ses produits ménagers devient un phénomène de société puisqu'il allie les*

*éléments essentiels du contexte actuel : protection de l'environnement et de sa santé, manière de pallier la crise et partage des savoir-faire. Bref, un véritable outil de développement durable.*

**Les produits ménagers : nettoyez sans polluer** – Agence régionale de l'environnement de Haute-Normandie, 2007

*Les produits d'entretien peuvent contenir des substances chimiques dont certaines ne sont pas biodégradables et dont les impacts sur l'environnement et la santé sont douteux voire négatifs. Les*

*nettoyants écologiques se multiplient et sont aujourd'hui largement commercialisés dans les circuits spécialisés.*

**Informations sur les produits d'entretien** – Ecoconso

*Des articles et des fiches techniques très complètes sur le thème des produits ménagers.*

**Dossier Nettoyage et entretien** – Eco sapiens

*Un dossier sur l'origine et l'impact des produits d'entretien, puis quelques conseils pour nettoyer écologiquement*

## GUIDES

### [Utiliser des produits d'entretien écologiques : Un atout pour la santé et l'environnement](#)



- Guide technique à l'usage des collectivités, Eau et Rivières, novembre 2008, 36 p. (5,56 Mo)  
Ce guide fait un tour d'horizon des différents produits disponibles sur le marché, avec leurs caractéristiques toxicologiques, les conditions

d'utilisation, etc. (nettoyants multiusages, nettoyants pour vitres, lessives, nettoyants sanitaires, gels WC, produits vaisselle, dégraissants alimentaires).

### [Le petit guide santé du bio ménage !](#)

– Association Santé Environnement France, 2013, 8 p. (814,44 Ko)  
Quelques conseils simples, tous basés sur des études scientifiques récentes, pour nettoyer en préservant sa santé.

### [Guide de l'entretien ménager et du jardinage écologique](#)

– Direction de l'environnement de la ville de Montréal, 2006, pp. 1-9 (5,83 Mo)

Ce guide donne des informations utiles, des conseils pratiques ainsi que plusieurs recettes de nettoyants écologiques.

### [Je peux entretenir ma maison sans nuire à ma santé !](#)

- Ecoconso, 2007, 2 p. (1,38 Mo)  
Fiche d'information sur l'utilisation des produits ménagers dans l'habitat.

### [Référentiel des détergents écologiques](#)

- Ecocert contrôle, août 2009, 30 p. (397,18 Ko)  
Le référentiel des Détergents Ecologiques est le résultat d'un partenariat entre ECOCERT, organisme certificateur dans le domaine environnemental, et certains professionnels de la détergence qui expriment depuis longtemps le besoin de trouver une réponse aux problématiques suivantes

### [L'entretien ménager sans produits ni déchets dangereux : rapport technique](#)

– CRIOC (Centre de recherche et d'information de organisations des consommateurs), 61 p. (pdf – 340,42 Ko)

Pour pouvoir prévenir, réduire et gérer correctement les déchets dangereux ménagers, il importe que les consommateurs apprennent à les identifier correctement, notamment via les étiquetages des produits dont ils proviennent.

### [« Savons et détergents »](#)

- Direction générale des Ressources naturelles et de l'Environnement (Belgique), 41 p. (696,57 ko)  
Guide méthodologique pour l'évaluation des incidences sur l'environnement

### [Remue-ménage.](#)

– Ecoconso & Réseau des CRIE, 2011, 13 p. (2,67 Mo)  
L'entretien au naturel : sain, facile et pas cher !

### [L'eau de javel](#)

– Culture & santé, 2009  
Kit à télécharger pour informer et sensibiliser - pour tout public

(adultes, professionnels) – des risques liés à l'utilisation de l'eau de javel : planche d'animation, livret d'accompagnement et fiche recette

### [Les fabricants publient la composition détaillée des produits ménagers](#)

- Reckitt Benckiser  
Composants utilisés pour chaque produit Reckitt Benckiser vendu en Europe

### [Le choix des produits d'entretien pour une](#)

[meilleure qualité de l'air intérieur](#) - Ademe, 2011 (16

p.)

Quel lien entre la pollution de l'air intérieur et l'utilisation des produits d'entretien...

[Noteo](#) (voir rubrique produit d'entretien) - Site d'information sur les produits de consommation courante.

Ce site permet de connaître le bilan environnemental, sanitaire et budgétaire d'un produit et les conditions dans lesquelles il a été fabriqué

## BLOGS

### [Le grand ménage : mes recettes pour une maison propre naturellement](#)

- Raffa

Raffa, auteur du fameux blog « Le grand ménage » (<http://raffa.grandmenage.info/>), nous livre ses recettes pour composer soi-même ses produits d'entretien écologiques et économiques pour la maison.

### [Tout faire soi-même](#)

– Econo-écolo  
Blog « Tout faire soi-même »

### [Mon bicarbonate](#)

– Blog de la communauté du bicarbonate  
Toutes les informations sur le bicarbonate, ses propriétés, ses diverses utilisations, des recettes....

### [Entretien de la maison et écologie : un festival d'économies !](#)

– Radins.com  
Un dossier sur les trucs et astuces pour entretenir son intérieurs à moindre frais

## RETOURS D'EXPERIENCES

### [Animer un atelier sur le ménage au naturel](#)

– Optige de Ademe  
Fiche de méthodologie pour mettre en place un atelier de fabrication de produits ménagers

### [Atelier sur le ménage au naturel](#)

– CIVIS  
Partage d'expérience sur les ateliers de fabrication de produits ménagers avec des ingrédients naturels.

[Liste des ateliers](#) de fabrication de produits ménagers – SERD (semaine de la réduction des déchets)

Pour aller plus loin consulter la [veille documentaire](#) du centre de documentation

Retour  
sommaire

## Vidéos et émissions de radio en ligne

### VIDEOS

[Toxicité des produits ménagers](#) – Dailymotion –  
Em6, 4'29, avril 2008  
*La toxicité des produits ménagers. Comment les utiliser...*

[Produits ménagers, produits polluants !](#) -  
Dailymotion – France 2, 2'00, 2008,  
*Andrée Buchmann, membre de la direction des Verts et Présidente  
de l'Observatoire de la Qualité de l'Air Intérieur invitée sur France 2  
le 31 janvier 2008.*

[Les produits d'entretien naturels](#) – Daylimotion –  
Lifestyle, 3'21  
*Une approche amusante sur la nocivité des produits d'entretien et  
des lingettes, et des solutions alternatives...*

[Produits d'entretien : les labels écologiques](#) –  
Youtube – Consomag, 3'12, 2010  
*Les labels écologiques sur les produits ménagers*

### RADIO

[Produits ménagers : lesquels sont les plus  
efficaces et les moins nocifs ?](#) – Emission de radio  
« Les Experts » sur Europe 1, 69'  
*Plus d'une heure d'émission sur les produits ménagers : les  
dangers, des conseils, des infos, des recettes... à ne pas rater*

## Adresses utiles

[Le guide de la consommation durable](#) – ARE  
Normandie  
*Base de données de fournisseurs de produits durables (produits de  
l'agriculture biologique, de l'agriculture durable, du commerce  
équitable, produits d'entretien, magasins et restaurants « bio »,  
Amap...)*

Retour  
sommaire