



# Le secret :

Utiliser un « vrai » savon.

- \* Regardez la liste des ingrédients, un savon de bonne qualité n'a pas plus de 6/7 ingrédients (drogueries, magasins bio, de bricolage, de jardinage, spécialisés, pharmacies, para-pharmacies...).
- \* Choisir un savon sans glycérine ajoutée (regarder la liste des ingrédients)

## Les cristaux de soude :

Ils saponifient les graisses et donc augmentent l'efficacité du savon. S'achète aux rayons produits d'entretien des supermarchés, magasins de bricolage, drogueries...



Nocif ou irritant

Classé produit irritant, à utiliser avec des gants.



### Précautions :

Étiqueter les préparations et tenir hors de portée des enfants.  
Noter la date de fabrication sur la bouteille.

Coût pour 1 litre : 0,75 € à 2,50 €  
(Les savons en paillettes c'est plus cher)

Dosage : env 100 ml par lavage (maxi !)  
soit 1 petit verre

[www.charente-nature.org/prevention-dechets/](http://www.charente-nature.org/prevention-dechets/)

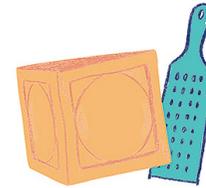
<https://www.facebook.com/CharenteNature>



# Ma lessive au savon de Marseille... Ou d'Alep

( Pour un litre )

## Les ingrédients



2 c à soupe MAXI de savon  
(en bloc à râper soi-même  
ou en paillettes)

+



1 litre d'eau  
du robinet

+



1 c à soupe de  
cristaux de soude \*  
\*ne pas mettre si c'est une  
lessive pour bébé ou personne  
à peau sensible

## Recette

1  
Faire bouillir  
1 litre d'eau



Râper  
le savon



Mettre les copeaux  
dans une bouteille



Ajouter  
l'eau chaude



Finir par les  
cristaux  
de soude



Se conserve  
plusieurs semaines

Merci à Little Pots ([littlepots.fr](http://littlepots.fr))