

BIENVENUE AU LISERE



*Ce livret se veut volontairement « minimaliste » afin de limiter au maximum votre consommation d'encre
Changeons notre monde un geste à la fois*

LA MAILLERIE

SON HISTOIRE

La Maillerie, située entre Villeneuve-d'Ascq et Croix, a été pensée pour être un quartier où chacun a sa place : comme un clin d'œil à son histoire industrielle de maille et de textile, elle tissera, demain, des liens entre les habitants et les générations.

Niché au cœur de la métropole lilloise, un quartier pas tout à fait comme les autres voit le jour. Un quartier, tourné vers ses futurs habitants, qui garde en mémoire le passé des lieux. Son nom, "la Maillerie", s'inspire de l'histoire du site qui a accueilli, l'un des fleurons de l'industrie textile nordiste, les 3 Suisses. D'abord filature puis géant de la vente à distance, le groupe est né autour de l'acte de tisser. Un acte que la Maillerie ambitionne de perpétuer en entrecroisant, non plus les fils de laine ou de coton, mais les habitants, les passants, les travailleurs... qui le côtoient au quotidien. Un quartier, tel une filature qui tisserait des liens humains. La Maillerie, c'est un projet urbain innovant, qui n'hésite pas à expérimenter et à initier de nouveaux modes d'interactions entre ses habitants et les acteurs locaux. C'est la conviction qu'un quartier peut apporter des réponses aux enjeux économiques, sociétaux et environnementaux d'aujourd'hui.

VOS VOISINS !

Ô'STAM EST UN RESTAURANT... MAIS PAS QUE.

C'est aussi un bar dans lequel on peut venir en famille, entre collègues, entre amis pour jouer aux fléchettes et au baby foot. C'est une programmation de concerts divers et variés, des apéros mix, des soirées et beaucoup d'autres événements.

LA RESSOURCERIE DE L'ABEJ, un lieu emblématique de l'Economie Sociale et Solidaire sur le quartier.

Préserver la planète et notre environnement

Nous consommons trop et produisons trop de déchets. Les personnes en situation de précarité sont les premières victimes de ce cycle infernal. **En donnant vos meubles et objets, en achetant d'autres de seconde main, vous devenez acteur d'un monde plus propre et plus durable.**

AU COIN DE TERRE !

Une des associations les plus anciennes de Villeneuve d'Ascq qui propose des espaces partagés pour sauvegarder le patrimoine végétale grâce à leur partenariat avec Kokopelli. Venez vous initier au jardinage, créer votre stock de graines...

La Maison ZD

La créatrice de vos kits ! Un concept store spécialisé dans le Zéro Déchet. Une boutique proposant tout une gamme d'articles zéro déchet, des matières premières pour vous accompagner dans votre pratique du Home Made et un espace Créateurs.



Précis de pratique Home Made

LIVRET 13

La Poudre à tout faire !

« Concevoir ses cosmétiques et ses produits au naturel, c'est plus qu'une évidence, c'est un art de vivre »

Audrey ROUSSEL

*Ce livret se veut volontairement « minimaliste » afin de limiter au maximum votre consommation d'encre
Changeons notre monde un geste à la fois*

POURQUOI FABRIQUER SES PRODUITS NATURELS ?

- Et bien pourquoi pas !
- Travailler avec des matières premières naturelles d'exception issues d'une agriculture raisonnée en adéquation avec son environnement,
- Maîtriser la composition de vos produits et fabriquer selon vos besoins
- Soutenir le savoir faire de nos agriculteurs et nos producteurs,
- Une démarche écologiquement responsable.
- Prendre soin de vous naturellement !

Vous venez de vous voir offrir un Kit « Fé le ti même » La poudre à tout faire. Une production 100% locale et artisanale.

Un kit idéal pour s'initier au Zéro Déchet sans stress. Au travers de ce livret vous découvrirez comment utiliser cette poudre à tout faire et pleins d'autres astuces.

En effet, grâce à ce Kit vous pourrez faire votre lessive, votre nettoyant multi-usages, nettoyer vos sols, vos vitres....! seul produit et une multitude d'utilisations.

Si vous souhaitez compléter votre collection je vous invite à me rejoindre lors de prochains ateliers....

PARTIE I

Présentation des ingrédients

Cristaux de soude

Bicarbonate de soude

Savon de Marseille

Les cristaux de soude :

Ils existent à l'état naturel ou il est produit à base de craie et de sel, on l'appelle aussi carbonate de sodium. Il se conserve à l'abri de la lumière et de la chaleur dans un endroit sec. Ce produit connu pour ses vertus dégraissantes. Se produit nécessite d'utiliser du matériel de protection car irritant pour la peau et les voies respiratoires.

Le bicarbonate de soude :

Un indispensable du placard à balai ! Oui on pourrait écrire un livre rien que sur lui ! Il permet de raviver les couleurs et accentue l'effet des cristaux de soude. Il renforce le pouvoir dégraissant de la préparation.

Le savon de Marseille :

Le vrai, l'authentique, l'inimitable est vert dû à l'utilisation d'huile d'olive. Le savon de Marseille est un type de savon résultant de la saponification d'un mélange d'huiles, généralement végétales, par de la soude. Particulièrement efficace par son pouvoir nettoyant, ce produit utilisé pour l'hygiène du corps et les travaux ménagers. Il peut être fabriqué de façon industrielle ou artisanale. Nous travaillons avec « Le Fer à Cheval », savonnerie authentique de Marseille.

Le mélange de ces trois ingrédients apporte au produit des vertus :

- Dégraissante
- Détachante
- Assainissante
- Nettoyante
- Désinfectante

PARTIE II

Les recettes du Kit

Je vous propose de découvrir les recettes à faire avec votre Kit

Lessive en poudre

Nettoyant multi-usages

Nettoyant gros travaux

Liquide vaisselle

LA RECETTE LESSIVE EN POUDRE

MATERIEL :

1 cuillère à soupe

INGREDIENT:

Poudre à tout faire

MODE OPERATOIRE :

Pour une lessive de 5 à 7 Kg vous versez une cuillère à soupe de poudre à tout faire directement dans votre tambour au milieu de votre linge. Pour le linge plus sale vous versez 2 cuillères à soupe. La température de lavage doit être de 30° minimum. En effet, à froid le savon qui est un corps gras ne fond pas et laisse des traces sur votre linge.

ATTENTION PAS DE LAINAGE OU DE TISSUS DELICAT AVEC CETTE LESSIVE.

DUREE DE CONSERVATION :

1 an

CONSEILS DE CONSERVATION :

A conserver à l'abri de la chaleur et de l'humidité et on n'oublie d'étiqueter son contenant !

ASTUCES ET P'TITS TRUCS !

POUR PARFUMER SON LINGE

Je vois souvent l'ajout d'huile essentielle dans les lessives, je n'y adhère pas, pourquoi : les huiles essentielles sont coûteuses et précieuses, elles ne se diluent pas dans la lessive liquide et à la longue elles peuvent attaquer les plastiques de vos machines !

Moi je parfume mon armoire à linge à l'aide de pochons de tissu remplis de grain de riz, sur lesquels je dépose des gouttes de fragrance naturelle ou des huiles essentielle. Vous pouvez aussi faire un petit bouquet de plantes aromatiques comme le romarin, le thym...effet nature assuré !

POUR DÉTACHER VOTRE LINGE

Première étape on évite de se salir !! Je plaisante !

On essaie de nettoyer la tâche le plus rapidement possible avec des astuces comme :

Pour le vin : un chiffon imbibé de vin blanc ou d'alcool 70 % ou vodka

Pour le sang : toujours de l'eau froide, le sang cuit est indélébile

Pour les chewing-gums : un glaçon

Pour les taches d'herbes : jus de citron pur ou dentifrice premier prix !!

Pour les taches grasses : Terre de Sommières

Pour les taches tenaces il est parfois nécessaire de tremper votre linge dans une

*Ce livret se veut volontairement « minimaliste » afin de limiter au maximum votre consommation d'encre
Changeons notre monde un geste à la fois*

bassine d'eau et de cristaux de soude (5 litres d'eau pour 2 cuillères à soupe
de cristaux de soude – attention manipuler les cristaux de soude avec précaution, irritant pour la peau et les
voies respiratoires-

AUTRES ASTUCES :

Pour remplacer votre assouplissant, verser un verre à moutarde de vinaigre blanc dans le bac pour l'assouplissant, c'est celui avec une petite fleur généralement (8° à 9° maximum pour éviter d'abimer votre linge). Le vinaigre blanc agit sur le calcaire comme un assouplissant mais sans le parfum !! Alors rassurez vous vos vêtements ne sentiront pas le vinaigre car il est dilué avec l'eau de lavage.

Mes notes !

[illegible]

LA RECETTE DU NETTOYANT MULTI-USAGE

MATERIEL :

1 grande casserole (oui pour éviter que cela déborde pendant la fabrication), 1 spatule en bois, 1 point de chauffe, 1 cuillère à soupe, 1 entonnoir, 1 flacon vaporisateur

RECETTE :

1 cuillère à soupe de poudre à tout faire
2 Litres d'eau

MODE OPERATOIRE :

- Faites bouillir 1 litre d'eau dans votre casserole
- Verser 1 cuillère à soupe de poudre à tout faire
- Mélanger délicatement pour dissoudre la poudre.
- Verser 1 litre d'eau froide et laisser refroidir complètement avant le verser dans vote flacon vaporisateur.

DUREE DE CONSERVATION :

3 mois

Petite astuce !

Pensez à couvrir votre casserole, l'eau chauffera plus vite et vous dépenserez moins d'énergie !
Changeons notre monde un geste à la fois !

UTILISATION ET PROPRIETES

A conserver à l'abri de la chaleur et de l'humidité et on n'oublie d'étiqueter son contenant !

Agitez avant emploi

Ne pas vaporiser sur des appareils électriques.

A utiliser dans votre ménage du quotidien, nettoyer vos surfaces de travail, votre réfrigérateur, vos plaques de cuissons, votre table à manger, votre porte de four, votre salle de bain, très utile en ces temps troublés pour désinfecter les poignées de portes....

A vous de trouver d'autres usages !

Mes notes !

LA RECETTE LIQUIDE VAISSELLE SIMPLISSIME

MATERIEL :

1 grande casserole (oui pour éviter que cela déborde pendant la fabrication), 1 spatule en bois, 1 point de chauffe, 1 cuillère à soupe, 1 entonnoir, 1 flacon vaporisateur.

RECETTE :

2 cuillères à soupe de poudre à tout faire

2.5 Litres d'eau

MODE OPERATOIRE :

- Faites bouillir 1 litre d'eau dans votre casserole
- Verser 2 cuillères à soupe de poudre à tout faire
- Mélanger délicatement pour dissoudre la poudre.
- Verser 1,5 litres d'eau froide et laisser refroidir complètement avant de verser dans votre flacon vaporisateur.

DUREE DE CONSERVATION :

3 mois

UTILISATION ET PROPRIETES

Une nouvelle manière de faire la vaisselle version Zéro Déchet ! Moins d'eau, plus écolo !

On vaporise directement la vaisselle on laisse agir 3 à 4 minutes puis on frotte avec une brosse ou une éponge à vous de choisir !! Puis on rince dans une bassine d'eau. Une autre astuce, verser deux cuillères à soupe de vinaigre blanc dans votre eau de rinçage pour un résultat éclatant !

Mes notes !

UN DOUTE, UNE QUESTION CONTACTER MOI !

Audrey ROUSSEL

bienvenue@lamaisonzd.fr

*Ce livret se veut volontairement « minimaliste » afin de limiter au maximum votre consommation d'encre
Changeons notre monde un geste à la fois*