

Do it yourSEL(f)

ENTRETIEN DE LA MAISON

➤ Désinfectant

Imbibez votre éponge de **jus de citron** et saupoudrez-la d'**une ou deux pincées de sel fin**. Frottez ensuite sur les surfaces concernées, puis rincez abondamment.

➤ Vitres et miroirs

Versez un litre d'eau tiède dans un seau, ajoutez une **grosse poignée de gros sel** et **deux cuillères à soupe de vinaigre de cidre**. Frottez vos vitres avec ce mélange puis laissez agir durant 30 minutes. Rincez-les à l'eau claire et séchez avec une lingette en micro-fibres.

➤ Moquettes/tapis

Parsemer votre moquette ou votre tapis de **sel fin**, patientez 30 minutes environ puis passez l'aspirateur.

➤ Désodorisant

Pour faire votre désodorisant maison, vous avez besoin de **150 à 300 g de sel** et de **20 à 30 gouttes d'huile essentielle** de votre choix (citron ou lavande par exemple). Mélangez le sel et les huiles essentielles et disposez-les simplement dans un bol ou un pot.

➤ Calcaire sur robinetterie

Saupoudrez l'équivalent d' $\frac{1}{2}$ **citron** et d'**une ou deux pincées de sel fin**, et frottez les parties entartrées avec. Rincez ensuite à l'eau claire.

➤ Joints sanitaires

Saupoudrez de **gros sel** tout votre carrelage, puis frottez énergiquement avec un balai-brosse et de l'eau vinaigrée.

➤ Tartre

Saupoudrez les parois humides des toilettes de **2 poignées de gros sel**, et arrosez avec 1 litre de vinaigre blanc bouillant. Laissez tel quel toute la nuit et le lendemain matin frottez énergiquement les parois avec une brosse et de l'eau salée vinaigrée. Tirez la chasse et renouveler une fois par semaine pour entretenir.

➤ Poudre de lave-vaisselle

- 800g de cristaux de soude
- 200g d'acide citrique
- 300g de sel

➤ Fond casserole brûlé

Saupoudrez le fond de votre casserole d'une épaisse couche de **gros sel** et laissez-la reposer quelques heures ou toute la nuit. Il sera ensuite beaucoup plus facile de la nettoyer, et vraiment plus rapide. Vous pouvez aussi utiliser cette technique pour les plats à gratin difficiles à laver.

➤ Eviter les éclaboussures d'huile

Saupoudrez un peu de **sel** dans la poêle avant de mettre de la viande ou du poisson à frire. Pourquoi ? Car cela empêche l'huile chaude d'éclabousser partout.

- Traces d'eau sur une table en bois

Mélangez du **sel** et de **l'huile d'olive** pour faire une pâte. Appliquez-la sur les ronds décolorés et laissez agir pendant environ une heure, puis essuyez avec un chiffon doux.

- Rouille

Aspergez la partie rouillée de **gros sel** puis de **jus de citron**, et laissez agir quelques heures. Frottez énergiquement avec une éponge grattante et rincez abondamment. Recommencez l'opération si la rouille résiste.

- Tâches vêtements

Sur une tache de gras ou d'huile fraîche, saupoudrez généreusement de **gros sel ou de sel fin** et laissez agir pendant une journée. Frottez ensuite avec du **savon de Marseille** et mettez votre vêtement en machine.

- Fer à repasser

Dans un bol, mélangez **2 cuillères à café de sel fin** avec **2 cuillères à soupe de vinaigre blanc**. Imbibez-en un linge et frottez la semelle de votre fer refroidi. Renouveler l'opération tous les 3-4 repassages.

- Fixation couleur vêtement

Versez **4 à 5 cuillères à soupe de gros sel** (quantité de sel égale à la moitié du poids du vêtement ou tissu) dans une **bassine remplie d'eau tiède** et plongez-y votre jean. Laissez le tremper toute la nuit ou une demi-journée avant de le passer en machine, seul, au cas où il pourrait encore un peu déteindre. Renouveler si nécessaire avant le lavage suivant.

- Dans le dressing

Placez un mouchoir plein de **sel**, fermé par un élastique dans les chaussures et le fond du dressing, surtout si l'aération n'est pas optimale.

ASTUCES MAISON

- Conserver les fleurs coupées

Mélangez une cuillère à soupe de sel dans l'eau d'un vase pour garder les fleurs coupées fraîches plus longtemps.

- Bougies qui durent

Placez quelques grains de gros sel autour de la mèche sans la toucher puis allumer la bougie. La cire fondra moins vite, et se répandra moins vite sur vos tissus et autres supports.

- Fabriquer un déshumidificateur

1. Découpez au 3/4 la partie supérieure d'une grande bouteille en plastique.
2. Entourez le goulot avec une compresse et fixez-la à l'aide des élastiques.
3. Placez des morceaux de coton au fond de la deuxième partie.
4. Versez-y quelques gouttes d'huile essentielle de lavande si vous le souhaitez (facultatif).
5. Déposez ensuite 100g de gros sel dans la partie du goulot.
6. Emboitez la partie (goulot) en forme d'entonnoir sur la partie inférieure de la bouteille (comme pour faire un piège à guêpes).
7. Placez votre déshumidificateur dans une pièce humide.

JARDINAGE

- Barrière anti-limaces et escargots

Placez du **gros sel** autour de votre massif pour former une sorte de barrière qui les fera dégorgner et leur barrera la route. Attention à l'effet désherbant.

- Barrière contre les fourmis

Pour vous débarrasser des fourmis, mélangez **une mesure de sel pour 4 mesures d'eau** dans une bouteille spray. Pulvérisez votre mélange dans les zones où vous voyez les

fourmis. Autre solution encore plus simple, dispersez simplement du sel dans ces zones.

SANTE/BEAUTE

➤ Anti-démangeaisons

Pour soulager les démangeaisons causées par les piqûres de moustiques, il suffit d'humidifier le bout de votre doigt avec de l'eau. Puis trempez-le dans du **sel** et frottez le mélange sur le bouton.

➤ Pour soulager les maux de gorge

Gargarisez-vous avec de l'eau chaude salée (**¼ cuillère à café de sel dans une tasse d'eau**) pour soulager et désinfecter la gorge.

➤ Gommage pour les pieds

Pour réaliser un gommage, mettez **2 cuillères à soupe de sel** dans un pot, ajoutez-y **3 cuillères à soupe de l'huile végétale** de votre choix. Prélevez une petite quantité de ce gommage et de l'appliquer sur une peau légèrement humide. Massez doucement en cercle. Ce gommage est réservé aux zones rugueuses et doit être ensuite rincé à l'eau tiède.

➤ Sels d'énergie

Pour l'équivalent d'une **petite cuillère à soupe de sel** gris ou gemme, ajoutez **5 à 10 gouttes d'huiles essentielles** : romarin pour un effet tonique, mandarine pour un effet déstressant.

ACTIVITES MANUELLES

➤ Peinture maison, sans danger pour les enfants

Dans un bol, mélangez **130 g farine** avec **245 g de sel**. Puis ajoutez **230 ml d'eau** et **quelques gouttes de colorant alimentaire**.

➤ Pâte à sel

Dans un saladier, verser **deux verres de farine** et **un verre de sel**. Mélangez en remuant avec les mains ou une cuillère en bois. Ajoutez **un verre d'eau tiède** (avec **quelques gouttes de colorant alimentaire** si vous voulez une pâte colorée / attention : lavez-vous les mains rapidement !) et malaxez pour obtenir une pâte ferme, et souple qui ne colle pas aux doigts (il est aussi possible de le faire grâce à mixer)

Si la pâte est trop molle et collante : Rajoutez de la farine et malaxez. Si la pâte est trop sèche et friable : Ajoutez de l'eau et bien mélanger le tout. Il est important de laisser les objets en pâte à sel sécher au moins 12 h avant de la faire cuire (48 heures maximum si les pièces sont très grosses). Le temps de cuisson de la pâte à sel il dépend de différents éléments : temps de séchage, taille de l'objet, dureté de la pâte.

- Température de cuisson douce : entre 75°C et 110°C
- Temps de cuisson moyen pour les petits objets : 2 heures environ
- Bien surveiller la cuisson pour éviter les mauvaises surprises

➤ Faire de la glace vanille en 10 minutes (kidisciences)

- 50 ml de lait
- 50 ml de crème liquide
- Une cuillère à café de sucre
- Un peu d'extrait de vanille
- De la glace, environ 1 litre
- 100g de sel, on peut prendre du sel à déneiger
- Un sachet plastique d'environ 1 litre qui se ferme hermétiquement
- Un plus grand sachet plastique, environ 4 litres

Mélangez le lait, la crème, le sucre et la vanille, puis placez le tout dans le petit sachet, et fermez. Remplissez le grand sachet de glace, et ajoutez-y le sel. Ensuite, placez le petit sachet dans le grand, au milieu de cette mixture. Fermez le grand sachet et malaxez le pendant une dizaine de minutes. Je vous conseille de le faire en portant des gants, c'est très froid !

Au bout du temps requis, sortez le petit sachet et mangez son contenu !