

# avantages

*Conso*

REPÉRER  
LES FAUSSES  
PROMOS

*Aromathérapie*

LE CITRON  
A TOUT BON

100%  
CUISINE  
PLAISIR

**PETITS PRIX**

LES PÉPITES  
BEAUTÉ  
EN PHARMACIE

*Moins  
de produits  
Plus  
d'astuces*  
LE NOUVEAU  
MÉNAGE!

**CROQUES, GAUFRES, BURGERS...**

**FAIT MAISON  
C'EST SI BON!**





Le dossier



MOINS  
DE PRODUITS  
PLUS D'ASTUCES  
vive le nouveau  
**MÉNAGE!**

Pas envie de passer des heures à ranger ses placards au cordeau ou à récurer son lavabo ? Ça tombe bien, on fait le plein de conseils pour une maison nickel.

PAR MYRTILLE DELACROIX ET MARIE LE MAROIS

100  
milliards

C'est le nombre de vues cumulées sous le hashtag **#Cleantok** depuis deux ans sur TikTok. Un rassemblement de dingues du ménage, fascinés par les vidéos d'éviers dégraissés, de parquets astiqués, de canapés détachés... Prendre du plaisir en éliminant la crasse ? On parie nous aussi que c'est possible ! Nos solutions pour astiquer malin et profiter du résultat.



### 3 QUESTIONS À BRUNO GINESTY\*



Suivi par un million de fans sur les réseaux sociaux, l'as du chiffon connaît les bons gestes pour faire briller la maison.

#### Quelle est votre meilleure astuce?

Nettoyer au rythme de ses activités pour éviter à la saleté de s'incruster. Je termine ma vaisselle? Je passe un coup de chiffon dans l'évier. Après ma douche? Rinçage de la paroi à l'eau froide, coup de raclette et séchage. Finalement, c'est comme un jeu : « Je touche... J'essuie! »

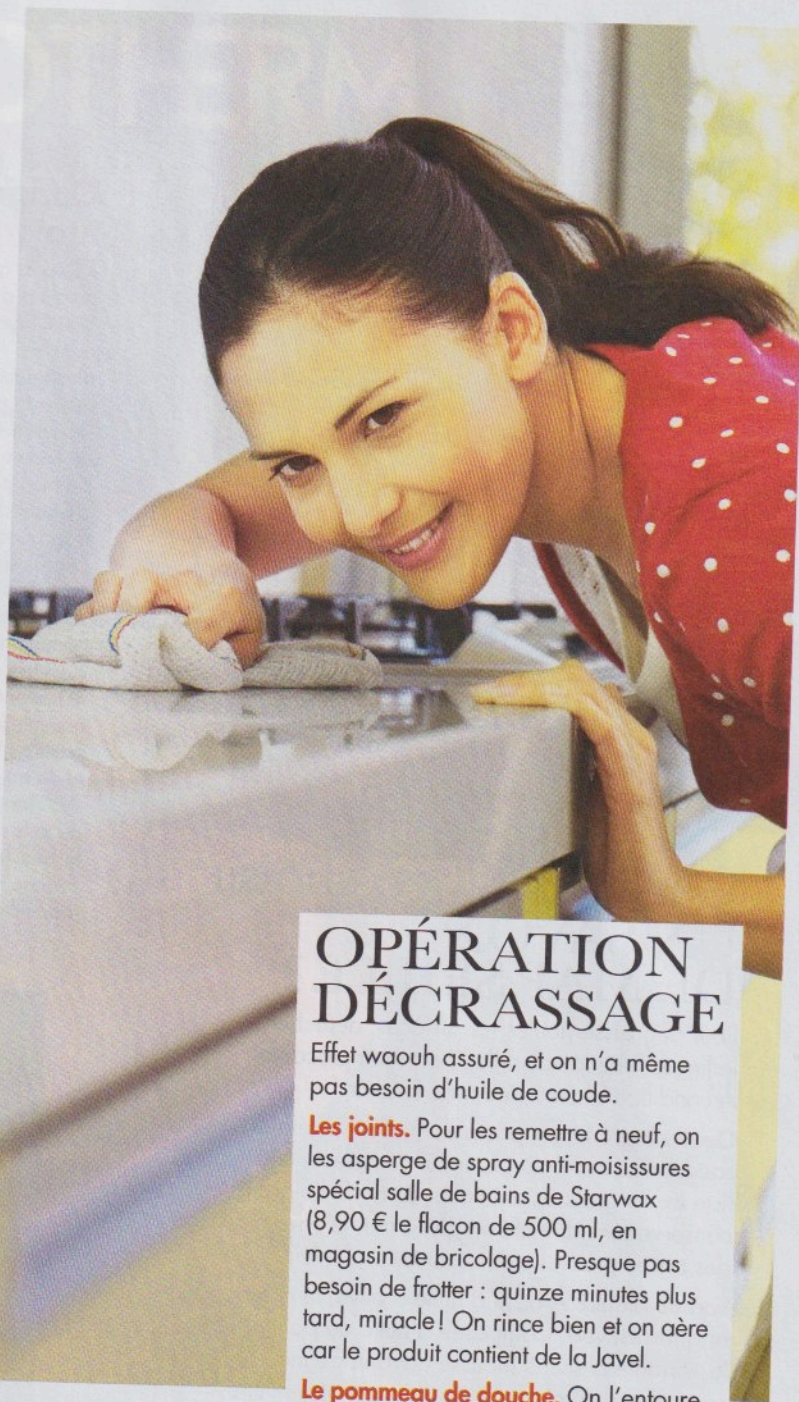
**Vos produits ménagers préférés?** D'abord le savon de Marseille, je m'en sers au quotidien pour dégraisser la cuisine, faire la vaisselle et les vitres. Ensuite, la pierre blanche légèrement abrasive : elle nettoie en profondeur toutes les surfaces : émail, murs, semelles de baskets... Et pour enlever les petites traces sur la robinetterie, les miroirs et les vitres, je dégaîne mon alcool ménager, qui me sert aussi à tout désinfecter (interrupteurs, télécommande, poubelle...)

#### Quelles vidéos sont les plus regardées sur votre compte?

Mes abonnés adorent les avant/après : plaque de cuisson dégrassée au grattoir, vieux fauteuil ravivé au savon de Marseille ou évier noir détartré et lustré à l'huile d'olive... C'est hyper motivant car il n'y a rien de compliqué et les résultats sont vraiment spectaculaires.

\* Son compte Instagram : @bgin.clean.

Il est aussi l'auteur de *Ménage & Vous*, éd. Marabout.



## OPÉRATION DÉCRASSAGE

Effet waouh assuré, et on n'a même pas besoin d'huile de coude.

**Les joints.** Pour les remettre à neuf, on les asperge de spray anti-moisissures spécial salle de bains de Starwax (8,90 € le flacon de 500 ml, en magasin de bricolage). Presque pas besoin de frotter : quinze minutes plus tard, miracle! On rince bien et on aère car le produit contient de la Javel.

**Le pommeau de douche.** On l'entoure d'un sac plastique (type sac de congélation) rempli d'un mélange eau chaude + une tasse de vinaigre blanc. On laisse poser une nuit avant de décoller le calcaire avec une vieille brosse à dents.

**Les toilettes.** Pour blanchir la cuvette, on y verse un litre d'eau frémissante et 3 cuil. à soupe d'acide citrique. On laisse agir une nuit, un coup de brosse et c'est tout net.



### ON REGARDE : DÉTOX TA MAISON

Des familles débordées font appel à une équipe de pros du rangement. Tout le contenu de la maison est trié dans un immense hangar et ça pique les yeux. Les intervenants ont sept jours chrono pour vider la moitié des affaires et remettre chaque chose à sa place. Bluffant! Le mercredi à 18 h sur TFX et en replay sur [tf1.fr](http://tf1.fr)





Neutre. Un cube vertueux à l'huile de tournesol locale, 3,50 € les 200 g, [marius-fabre.com](http://marius-fabre.com)

Un format stick top contre les taches avant lavage, 150 g, 2,20 €, [savon-de-marseille.com](http://savon-de-marseille.com)

## Comment bien choisir UN SAVON DE MARSEILLE ?

Pour dégraisser toutes les surfaces, détacher le linge, faire la vaisselle, il est irremplaçable. À condition d'avoir la bonne formule.

**Quatre ingrédients, pas plus.** Huiles végétales, soude, eau et sel : à pister sur l'étiquette, cette courte liste exclut graisses animales, parfum, colorants et conservateurs. Enrichi en glycérine, le savon laissera des traces grasses sur nos surfaces : à fuir.

**Vert ou blanc ?** À base d'huile d'olive, le cube originel est vert. Composée d'huile de palme, la variante blanche mousse davantage mais ne nettoie pas mieux. Son odeur est plus neutre que celle du savon vert.

**Attention aux allégations.** Extra-pur, fabriqué par un maître chaudronnier... L'appellation savon de Marseille n'étant pas protégée, on se méfie des slogans fantaisistes. Créées avec des granulés importés d'Asie, certaines savonnets multiplient les additifs douteux. On se fie aux quatre fabricants traditionnels : la Savonnerie du Midi ([la-corvette.com](http://la-corvette.com) et [maitresavon.fr](http://maitresavon.fr)), Le Sérail ([mes-savons.com](http://mes-savons.com)), Marius Fabre ([marius-fabre.com](http://marius-fabre.com)) et Fer à Cheval ([savon-de-marseille.com](http://savon-de-marseille.com)).

## Corinne : « Je fais mes produits moi-même et c'est tout bénéf' »

« Depuis quatre ans environ, je concocte presque tous mes produits ménagers. Le délice ? J'ai découvert "Les Flamants Verts" qui proposent des ateliers de fabrication de produits naturels. J'avais l'impression qu'on se noyait sous les emballages plastiques, alors j'ai tout de suite adhéré à leur concept : **aucun ingrédient nocif pour la santé et un impact limité sur l'environnement. Et en prime, c'est très économique !** Les 5 l de lessive me coûtent moins de 5 €. La composition ? Au plus simple : paillettes de savon de Marseille, bicarbonate de soude, cristaux de soude, le tout mélangé à de l'eau chaude et à une fragrance comme l'eucalyptus par exemple. Je fais aussi de l'après-shampooing, un baume antimoustique, de la crème solaire, un baume à lèvres... que je mets dans des contenants en verre. Chez moi, plus de flacon qui part à la poubelle pour finir certainement dans la nature ! Et ma maison est super-propre, c'est très efficace. **Pour dégraisser les surfaces, j'utilise un spray nettoyant avec eau, vinaigre blanc, bicarbonate de soude, huile essentielle et écorces d'agrumes séchées.** Je prépare aussi des pastilles WC à base d'acide citrique, de bicarbonate de soude et d'eau que je laisse durcir dans des bacs à glaçons. Les ateliers des Flamants Verts sont très ludiques, j'emmène mes copines ou de la famille, et on passe un bon moment. Tout ce que j'apprends là-bas, je le reproduis à la maison. J'aime revenir à la source, comme ma grand-mère que je revois laver son linge au savon de Marseille dans le jardin avec l'eau du puits... » \* [lesflamantsverts.fr](http://lesflamantsverts.fr)







## Nadège : « Je trie mes vêtements par couleur »

« Mes placards sont optimisés au max pour que tout rentre. J'ai beaucoup d'habits (je ne suis pas spécialement fan de shopping, mais j'en prends grand soin, alors ils restent intacts).

Pour m'y retrouver, ils sont rangés par catégorie et par couleur. Dans les chemisiers à manches longues, par exemple, on va du bleu au noir en passant par les rouges, les verts, les tons chauds comme le mordoré... Comme ça, je n'ai qu'à me laisser inspirer par une couleur, selon mon humeur. En un coup d'œil, c'est réglé. Même mes chaussettes et sous-vêtements sont classés par couleur ! Pour qu'ils soient plus accessibles dans leur tiroir, je les plie sur la tranche, comme mes tee-shirts, d'ailleurs. Pour me repérer, j'ai collé des étiquettes devant chaque rayon.

**Avec cette organisation, je gagne un temps fou le matin.** Idem dans la cuisine : j'achète l'alimentaire en vrac et je mets tout dans des bocaux en verre. Contrairement aux apparences, je ne suis ni maniaque ni perfectionniste, je vise juste l'efficacité. Une maison est faite pour vivre et ce n'est pas grave s'il y a du désordre.

**Mais avec un peu d'organisation, on allège sa charge mentale, et ça permet de faire autre chose.** Dans mon boulot, c'est même devenu mon credo : je donne à mes clients des outils de gestion et d'organisation adaptés à leurs problématiques pour les libérer. »

Sur LinkedIn : Nadège Rouanet, société Way of Life.



## Fini le bazar !

Les indispensables de la coach en rangement Élodie Boulard\* pour s'organiser rapido. \*feedutri.com

**Le séparateur de tiroirs.** Extensible, il s'adapte à la taille des tiroirs et reste bien en place, contrairement aux boîtes. Top pour gagner de l'espace. Six planches modulables, 9 € sur [onrangetout.com](http://onrangetout.com)

**Le plateau tournant.** Avec lui, les fonds de placard deviennent accessibles : épices, sauces, confitures... Génial aussi dans le réfrigérateur et la salle de bains. « Aptitlig », Ikea, 15 €.

**La lampe à détecteur de mouvement.** Un placard où l'on ne voit rien est forcément en vrac : on colle une réglette led dans les coins sombres. À piles ou rechargeable, elle s'allume dès qu'on ouvre la porte. « Inspire Dudo », 30 cm, Leroy Merlin, 20 €.

**Le séchoir à linge mural.** L'étendoir au milieu du salon, bof. Fixé au mur dans un coin de la salle de bains ou au-dessus de la baignoire, il se replie en un clin d'œil. Bien plus discret. Arredamenti Italia, env. 100 € sur [amazon.fr](http://amazon.fr)

**Le panier à chaussures.** On en attribue un à chaque membre de la famille pour y déposer sa paire du moment.

• Moins contraignant qu'un placard, donc plus efficace.



# Le dossier

## TROP MALIN NOS PETITES ASTUCES CÔTÉ LESSIVE

**Tri facile.** On remplace le bac à linge fourre-tout par un panier à plusieurs compartiments : 1 bac = 1 catégorie de textile (blanc, couleur, foncé). On colle des étiquettes pour aider tout le monde à se repérer. La poubelle de tri « Sortera » à empiler est top, 19,99 €, [ikea.com](http://ikea.com)

**Séchage express.** Sur l'étendoir, on regroupe les vêtements par catégorie, histoire d'accélérer le ramassage/pliage. Surtout les paires de chaussettes ! Et on étend tout à cheval sur deux fils, pour laisser circuler l'air.

**Pliez, c'est rangé !** On prévoit une pаниère par membre de la famille. Et hop, chacun récupère la sienne.



**Une étagère à épices dans la salle de bains.** Avec sa barre transversale, elle tient en place les flacons et tubes de beauté, façon présentoir. Pour suspendre les serviettes à mains, on la fixe à l'envers. Le bon modèle : « Bekväm » en bois, L 40 cm, 6,99 €, [ikea.com](http://ikea.com)



**Des pots de confiture dans le garage.** Pour garder les vis et autres petites pièces de quincaillerie à portée de main, on les place dans des pots en verre. Et on fixe le couvercle sous une étagère, avec un clou ou un point de colle forte. Pour se servir, il suffit de dévisser.



**Un porte-revues dans la cuisine.** Vissé sur une porte de placard, côté intérieur, il a pile le bon format pour accueillir les rouleaux de papier aluminium, de film alimentaire et les sacs de congélation, avec leurs emballages cartonnés. Pas de place perdue !





## ON LE VEUT LE NETTOYEUR À EAU PORTABLE

Il suffit de taper le mot-clé #bissellspotclean sur les réseaux sociaux pour découvrir ce puissant détacheur en action. « Ça avale la crasse avec une facilité déconcertante, j'adore », commente Cécilia, fan de la première heure. Tapis, canapé, matelas cracra, rien ne lui résiste. On pulvérise un mélange eau chaude + détergent, on frotte le tissu avec l'embout-brosse et on aspire l'eau salie. Le réservoir se remplit de bouillon marron. Super-satisfaisant, même si c'est un peu sportif et bruyant. Au final, les taches sont délogées, les couleurs ravivées et les tissus quasi-secs.

À partir de 175 €,  
« SpotClean », [bissell.fr](http://bissell.fr)



## Frances : « J'ai appelé une experte en rangement\* à la rescousse »

« Ça faisait quelques années que le bazar s'accumulait dans mon appartement. Sous l'évier de ma cuisine, par exemple, trouver quelque chose était mission impossible. Cette situation me pesait car, en fait, j'aime l'ordre. Ça m'obsédait. Je disais à mes amies que je ne pouvais pas sortir car je devais ranger. Mais je ne passais jamais à l'action. Elles ont proposé de m'aider, mais on ne procède pas de la même façon. Mon fils aussi s'est manifesté, mais lui, il jette. Or, ce n'est pas mon truc. Par miracle, j'ai trouvé Caroline sur Internet. Et elle a été formidable. **C'est dur de se séparer de ses affaires, mais elle m'a convaincue avec douceur et intelligence, sans jamais me juger.** Tout ce qu'elle m'ôtait me convenait. Pendant quatre jours, dans chaque pièce, elle a vidé placard par placard et remis l'essentiel, rangé dans des boîtes ouvertes, par catégorie – "produits ménagers", "bijoux", "maquillage", etc. Le tout bien empilé ou plié. Mes foulards, par exemple, ne sont plus en boule, mais ordonnés de manière à ce que je vois la tranche. Enfin, elle a noté à l'intérieur de chaque armoire, sur les portes, la liste de ce qu'il y a. **Parfait pour que je puisse garder cette routine sans perdre de temps. Ranger est devenu plus facile.** Je n'ai plus cette enclume dans la tête. Ce service a un coût, mais franchement, ça vaut vraiment le coup. Un seul regret : avoir attendu mes 73 ans pour sauter le pas. » \* [bypauline.fr](http://bypauline.fr)

## TOUT NOUVEAU CÔTÉ VAISSELLE, CES ACCESSOIRES NOUS FACILITENT LA VIE

- 1. C'est du solide.** Aussi efficace qu'un format liquide vaisselle et plus économique, ce savon sent bon et mousse bien. En plus, 91 % de ses ingrédients sont d'origine naturelle. 125 g, 2,90 €, [arbrevert.fr](http://arbrevert.fr)
- 2. Juste dose.** En machine, fini le sel et le liquide de rinçage avec ce gel facile à doser, avec 97 % d'ingrédients d'origine naturelle. Flacon recyclé rechargeable en magasin bio, 43 lavages, 10,90 €, [etaminedulys.fr](http://etaminedulys.fr)
- 3. Tête bien faite.** Deux en un, une brosse qui distribue du liquide vaisselle quand on appuie dessus. Il n'y a plus qu'à frotter. 1,99 €, « Videveckmal », [ikea.com](http://ikea.com) ■

