



+ VIVÉO SERVICES +

Les Mains Vertes

Le guide recettes bio & naturelles



www.viveo-services.com



— RÈGLE D'OR — JAMAIS ENSEMBLE !

Vinaigre + Javel = GAZ TOXIQUE dangereux pour la santé et les poumons.

Toujours garder ces produits bien séparés. Étiqueter tous les flacons avec la recette et la date.

Ce livret contient 12 recettes bio & naturelles pour nettoyer votre domicile sans produits chimiques agressifs. Toutes les préparations sont simples, économiques et respectueuses de votre santé et de l'environnement.

Pictogrammes de sécurité :

 Gants obligatoires —  Aérer la pièce —  Lunettes conseillées —  Recette écologique



Nettoyage général



Spray Multi-Surfaces



GANTS



AÉRER

250ml vinaigre

250ml eau

10 gttes tea tree

5 gttes lavande

- 1 Verser vinaigre + eau dans flacon spray
- 2 Ajouter HE, fermer, agiter
- 3 Vaporiser, 30 sec, essuyer



Éviter marbre, pierre, parquet ciré



Dégraissant Cuisine Puissant



GANTS



AÉRER

1L eau chaude

2 c.s. savon noir

1 c.s. cristaux

10 gttes citron

- 1 Dissoudre cristaux dans l'eau chaude
- 2 Ajouter savon noir + HE citron
- 3 Éponge, frotter, rincer



Cristaux irritants : gants obligatoires !



Nettoyant Sols Toutes Surfaces



ÉCOLOGIQUE

5L eau chaude

3 c.s. savon noir

1 c.s. vinaigre

5 gttes pin ou eucalyptus

- 1 Mélanger tout dans le seau
- 2 Passer la serpillière normalement



Sanitaires & WC



Gel WC Naturel



GANTS



AÉRER

200ml vinaigre

2 c.s. savon Marseille

15 gttes tea tree

10 gttes menthe

- 1 Mélanger vinaigre + eau + savon + HE
- 2 Ajouter gomme xanthane en fouettant
- 3 Appliquer, 10 min, brosser, rincer



Sans gomme : spray, tout aussi efficace



Poudre Récurante Sanitaires



GANTS



LUNETTES

4 c.s. bicarbonate

1 c.s. acide citrique

10 gttes citron

5 gttes tea tree

- 1 Mélanger bicarbonate + acide citrique
- 2 Ajouter HE, mélanger à la fourchette
- 3 Stocker en salière, saupoudrer, frotter



L'effervescence ? Ça marche !



Désinfectant Sanitaires & Lavabos



GANTS



LUNETTES



AÉRER

3 c.s. percarbonate de soude

500ml eau chaude 60°

10 gttes tea tree

5 gttes lavande

- 1 Dissoudre percarbonate dans l'eau chaude (gants !)
- 2 Ajouter HE, verser en flacon spray
- 3 Vaporiser, laisser 5-10 min, essuyer



Préparer à l'usage : perd son effet après 24h



Surfaces délicates



Nettoyant & Nourrissant Bois



DOUX



Brillant Inox & Chrome



ÉCO



Anti-calcaire & Détartrant



Détartrant Robinets & Douches

 AÉRER

200ml vinaigre pur

10 gttes citron

Sac plastique + élastique

- 1 Robinets : vinaigre dans sac, fixer 30-60 min
- 2 Joint douche : brosse + vinaigre, 15 min
- 3 Rincer abondamment

 JAMAIS vinaigre + Javel !



Détartrant Machine à Laver

 AÉRER

 ÉCO

200ml vinaigre blanc

100g bicarbonate

10 gttes tea tree (opt.)

- 1 Bicarbonate dans le tambour vide
- 2 Vinaigre dans le bac à lessive
- 3 Cycle 60° à vide, porte ouverte après

 Nettoyer le joint de hublot au vinaigre



Détartrant Bouilloire & Cafetière

 ÉCO

500ml eau

2 c.s. acide citrique

OU jus 1 citron entier

- 1 Dissoudre acide citrique dans l'eau froide
- 2 Verser dans bouilloire/cafétière, chauffer
- 3 Rincer 2 à 3 fois à l'eau claire

 Zone très calcaire : 1 fois par mois



Pierre blanche maison



Pierre Blanche Classique

 GANTS

 ÉCO

4 c.s. bicarbonate

2 c.s. savon Marseille

1 c.s. argile blanche

15 gttes citron



Pierre Blanche au Savon Noir

 GANTS

 ÉCO

3 c.s. bicarbonate

2 c.s. savon noir pâte

1 c.s. argile verte

HE lavande + eucalyptus



Les ingrédients clés & leur rôle



Vinaigre blanc

Anti-calcaire, désinfectant, dégraissant léger



Bicarbonate

Abratif doux, déodorant, neutralise les acides



Cristaux de soude

Dégraissant puissant, détachant, déboucheur



Savon noir

Nettoyant multi-surfaces, dégraissant doux



Huile essentielle

Antibactérien, parfum naturel, répulsif



Argile blanche

Absorbant, abrasif doux, base pierre blanche



Savon de Marseille

Détergant végétal doux, adaptable



Percarbonate

Désinfectant puissant, blanchissant naturel



Acide citrique

Détartrant naturel, anti-calcaire



Mes gestes écologiques au quotidien



Dosez juste

Moins c'est plus efficace. Trop pollue.



Flacons réutilisables

Gardez les mêmes flacons spray.



Eau froide

La plupart des recettes fonctionnent à froid.



Microfibre

Nettoie 80% des surfaces sans produit.



Achat en vrac

5x moins cher, moins d'emballage.



Étiquetez toujours

Recette + date sur chaque flacon.



Mes notes & astuces perso



Notez ici vos recettes et adaptations :



**Nettoyez mieux,
protégez-vous davantage** 

Vivéo Services — Formation Produits Ménagers

www.viveo-services.com

© VIVÉO SERVICES — TOUS DROITS RÉSERVÉS