



éco-consommation

.....



Remplacer l'huile de palme pour protéger notre écosystème planétaire

du blanc plus blanc que blanc !

L'indispensable bicarbonate de soude reste le produit magique. Soluble dans l'eau, il est sans odeur. Parfaitement écologique, il blanchit, ravive les couleurs et, ajouté à la lessive liquide, augmente son efficacité. Par ailleurs, le contenu de 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude remplace avantageusement votre adoucisseur et il a le pouvoir d'éliminer les mauvaises odeurs. Autre truc écolo et encore plus puissant, les cristaux de soude. Issus du sel marin et de la craie, ils ont les mêmes utilisations que le bicarbonate de soude et ravivent le linge blanc, le rendent plus éclatant, dissolvent les tâches et la saleté. À savoir : le citron peut devenir, grâce à l'acide citrique qu'il contient, un produit dégraissant formidable pour toute la maison, mais il est surtout très efficace pour redonner son éclat au linge blanc devenu gris ou jaune. Trempez le vêtement ou le linge blanc environ une heure dans de l'eau bouillante additionnée de jus d'un citron (un citron par litre d'eau). Par ailleurs, l'eau oxygénée blanchit aussi le linge et le désinfecte. On l'utilise très diluée. Vous découvrirez en effet qu'elle possède un pouvoir de décoloration impressionnant et est donc parfaite pour blanchir le linge jauni. Pour le linge très légèrement jauni, faites-le tremper... dans du lait entier, si possible chaud, additionné d'un peu de savon de Marseille. Le résultat sera encore plus visible en ajoutant au lait du bicarbonate de soude.

Presque exclusivement consommée dans les pays occidentaux, l'huile de palme est nocive pour la santé et l'environnement. Côté humain, elle colle à nos artères et favorise donc les AVC ; côté environnement, elle implique une déforestation massive et notamment la destruction de l'habitat des orangs-outans et des gibbons. Qui plus est, la consommation d'huile de palme est responsable de la disparition de plus de 80 % de la biodiversité. Or, presque la moitié des aliments de nos supermarchés - même bio - en contient. Si nous ne changeons pas nos habitudes alimentaires, la disparition de nos «cousins» primates de Bornéo et Sumatra est programmée d'ici à 2022. Des alternatives existent cependant, accessibles aux divers secteurs industriels : huiles d'olive, de tournesol, de colza pour l'alimentaire, huiles de karité, coprah ou ricin pour les cosmétiques. Souvent avantageusement présentée comme une huile riche en vitamines (A et E), l'huile de palme n'est en fait consommable qu'une fois raffinée, décolorée et désodorisée... c'est-à-dire après avoir perdu une grande partie de ses micronutriments. Alors, prenez le temps de regarder les étiquettes avant d'acheter en magasin, car l'huile de palme est partout : céréales, biscuits apéritifs, biscottes, confiseries, fromages, margarine et même... lait infantile. Décidément, la liste est bien, bien trop longue.

