moins
de perturbateurs endocriniens
pour
mieux
grandir

Astuces santé pour le nettoyage

Le saviez-vous ?

Les désodorisants, sprays, parfums d'intérieurs, bâtons d'encens et bougies contiennent souvent des substances nocives.

Les bons réflexes

Aérer et aspirer régulièrement afin d'éviter l'accumulation des polluants dans l'air et sur les sols.

Le saviez-vous ?

L'exposition à des substances nocives augmente avec le nombre de produits d'entretien utilisés.

Les bons réflexes

Limiter le nombre de produits de nettoyage.

- Utiliser les indispensables du nettoyage: le savon noir pour nettoyer et dégraisser, le vinaigre blanc pour détartrer et le chiffon humidifié à l'eau pour dépoussiérer efficacement.
- Désinfecter à l'alcool à 70°C, en cas de nécessité. Un nettoyage régulier de la maison est en principe suffisant, sans recourir à la désinfection.
- Favoriser les produits sans fortes odeurs et peu colorés afin de limiter les substances nocives.
- Éviter les produits sans rinçage, comme par exemple les lingettes nettoyantes.

Voir les vidéos:
www.lausanne.ch/
perturbateurs-endocriniens

Ville de Lausanne

FÉDÉRATION ROMANDE DES CONSOMMATEURS
LE POUVOIR D'AGIR

TOXICFREE SUISSE

moins
de perturbateurs endocriniens
pour
mieux
grandir

Astuces santé pour le nettoyage

Le saviez-vous ?
Le surdosage de produits d'entretien n'améliore pas l'efficacité, mais augmente la présence des substances nocives.

Les bons réflexes

Respecter les dosages et dilutions des produits d'entretien.

Le saviez-vous ?
Les assouplissants et les adoucissants contiennent des substances nocives qui restent sur les habits et ne sont pas utiles à l'hygiène du vêtement.

Les bons réflexes

Réduire l'utilisation de produits de lessive en diminuant le dosage et en lavant moins souvent.

- Privilégier les lessives en poudre, comportant globalement moins de substances nocives.

Voir les vidéos:
www.lausanne.ch/
perturbateurs-endocriniens

Ville de Lausanne

FÉDÉRATION ROMANDE DES CONSOMMATEURS
LE POUVOIR D'AGIR

TOXICFREE SUISSE