

QUE FAIRE?

VOICI QUELQUES CONSEILS POUR ÉVITER DES EXPOSITIONS INUTILES À CES SUBSTANCES POTENTIELLEMENT DANGEREUSES.

1. AÉRONS

Aérer et renouveler régulièrement l'air intérieur vite les mauvaises odeurs (fumée, friture, bacs chats...) et l'emploi de désodorisant. Ces derniers n'évitent pas les mauvaises odeurs mais les couvrent.

2. CHOISISSEZ DES PRODUITS PEU OU PAS PARFUMÉS

Produits d'entretien :

Évitons les produits avec un parfum "longue durée".

Blocs WC (pour chasse et cuvette) :

Peu efficaces, mais très polluants et dangereux, ils ne remplacent pas un nettoyage régulier de la cuvette.

Désodorisants et parfums d'intérieurs :

En gel, en diffuseur électrique ou en vaporisateur, ils relâchent (de manière permanente pour les gels et les diffuseurs) des substances parfois nocives pour la santé. Bannissons-les.

Bougies (parfumée ou non) et encens :

Eux non plus ne sont pas inoffensifs. Allions les locaux après combustion d'une bougie ou d'un bâton d'encens. Préférons les bougies faites à la cire d'abeilles celles à la paraffine.

Huiles essentielles : Ne les utilisons que pour les applications pour lesquelles elles sont prévues et méfions-nous en car ce qui est naturel n'est pas nécessairement moins dangereux pour la santé. Certaines huiles essentielles sont cancérigènes.

Parfums : Parfumons nos vêtements et évitons de nous parfumer plusieurs fois par jour et trop abondamment. N'oublions pas non plus que d'autres personnes peuvent être incommodées par notre parfum. Le marketing a créé des parfums pour bébés et pour enfants, ne soumettons pas nos chers petits à tous ces polluants. Il est sans doute inutile de rappeler que s'asperger de désodorant et de parfum ne remplace pas une hygiène régulière.

3. ALTERNATIVES

Certaines plantes vertes comme la citronnelle dégagent un léger parfum agréable qui peut contribuer à masquer les mauvaises odeurs.

Plantons un chèvrefeuille au jardin près des fenêtres de la maison.

Faisons une pomme d'ambre en plantant quelques clous de girofle dans une orange. Cette "pomme" dégage une odeur acidulée rafraîchissante et se conserve très longtemps.

Brûlons une allumette après avoir fait la toilette.

N'hésitons pas à montrer le chemin de la terrasse à nos invités fumeurs.

QUELQUES CONSEILS POUR ÊTRE AU "PARFUM"



DES
POISONS
PLEIN LE NEZ!

