

### Jardin :

- **Lutter contre l'oïdium** (moisissures des rosiers, vignes, tomates) : pulvériser uniformément de l'eau bicarbonatée, 1 cuillère à café (5 g) par litre. Renouveler toutes les semaines et après la pluie.
- **Prolonger les fleurs coupées** : ½ cuillère à café (2-3 g) par litre d'eau du vase.
- **Désherber les allées en gravier, entre les dalles** : saupoudrer en évitant la pelouse.

### Piscines :

- **Petites piscines hors sol** : 500 g de bicarbonate par m<sup>3</sup> pour éviter les algues vertes et brunes.
- **Grandes piscines** : pour faire remonter le TAC, ajouter 16,8 g de bicarbonate par m<sup>3</sup> pour gagner 1 point de TAC.

### Animaux :

- **Paniers du chien ou du chat** : saupoudrer le fond pour décourager les parasites et désodoriser.
- **Désodoriser et prolonger la litière du chat** : une couche de bicarbonate au fond du bac.
- **Désodoriser et nettoyer l'urine et les déjections** : 1 cuillère à soupe par litre d'eau chaude (possible aussi en pulvérisation, 3 cuillères à soupe par litre).
- **Sur le tapis, la moquette, le canapé** : saupoudrer et laisser agir 2 heures, puis aspirer.
- **Shampooing désodorisant** : ajouter une à deux cuillères à café au shampooing (s'emploie aussi en shampooing sec).

### Voiture :

- **Surfaces difficiles** (optiques, jantes, moteur...) : prélever avec de l'eau bicarbonatée (1 cuillère à café par litre d'eau chaude). Laisser agir 5 mn puis frotter si nécessaire avec du bicarbonate en poudre.
- **Sièges et banquette** : saupoudrer de bicarbonate, faire pénétrer, laisser agir 15 mn minimum, aspirer.
- **Cendrier** : laisser une couche de bicarbonate au fond pour absorber les odeurs.

### Bricolage :

- **Lessivage avant peinture** : 1 cuillère à soupe par litre d'eau chaude.
- **Mains très sales** : ajouter du bicarbonate en poudre sur les main humides savonneuses et frotter.

Le bicarbonate, utilisé dans le monde entier depuis plusieurs millénaires, véhicule un ion (l'ion bicarbonate HCO<sub>3</sub><sup>-</sup>) indispensable à l'équilibre et à la protection de tous les êtres vivants. On le retrouve dans les grands échanges naturels, dans les eaux les plus pures comme dans notre métabolisme (équilibre du sang, de la salive...).

**Pour en savoir plus sur les multiples usages du bicarbonate :**

[www.monbicarbonate.fr](http://www.monbicarbonate.fr)



La Compagnie du Bicarbonate conçoit et fabrique avec ses partenaires des produits simples à base d'ingrédients sûrs sélectionnés pour leur absence de toxicité et leur respect de la nature.

**Pour commander votre bicarbonate :**

[www.compagnie-bicarbonate.com](http://www.compagnie-bicarbonate.com)



Compagnie du Bicarbonate

Tel : 03.23.38.84.07

Innovalis – 3, rue G. Pompidou  
02300 Chauny



Mini  
Guide-express  
du  
Bicarbonate  
de soude



imprimez en recto/verso et pliez suivant les pointillés - Ne pas jeter sur la voie publique - réalisation : Storeofshop

Pour toute la famille, utilisez exclusivement du Bicarbonate de qualité alimentaire.

**Pâtisseries :**

- **Alléger et faire lever les pâtisseries** : 2 à 3 cuillères à café (10-15 g) pour 1 kg de farine. Mélanger à la farine ou diluer dans l'eau ou le lait.

**Fruits et légumes :**

- **Laver les fruits et légumes en profondeur** (pesticides, terre, petits insectes...) : diluer 1 cuillère à café par litre d'eau de lavage. Laisser tremper au moins 5 minutes. Rincer.

- **Préserver la couleur des légumes** (haricots, petits pois) : une pincée par litre d'eau.

- **Neutraliser l'acidité** (compotes, confitures et gelées d'agrumes, rhubarbe, groseilles, sauces tomates...) : une ou deux pincées en cours de cuisson. Permet de réduire les doses de sucre.

**Limonade maison :**

Ajouter le jus de 2 citrons et 2 cuillères à café de sucre à ½ litre d'eau, mettre au frais. Avant de boire, ajouter ½ cuillère à café de bicarbonate. Ça pétille !

**Viandes :**

- **Attendrir les viandes** (avant cuisson) : saupoudrer de bicarbonate, mettre au frais 2 heures, rincer.

- **Pour les viandes en sauces et pots-au-feu** : ½ cuillère à café dans le liquide de cuisson.

**Légumes secs :**

- **Trempage** : 1 cuillère à soupe (15 g) par litre d'eau.

- **Cuisson** : 1 cuillère à café (5 g) pour 2 litres d'eau.

**Oeufs :**

- **Omelette** : Une pincée pour chaque oeuf avant de battre pour la rendre plus légère.

- **Oeufs en neige** : Une pincée par blanc avant de battre pour une texture plus ferme.

**Lave-vaisselle :**

2 cuillères à café (10 g) par lavage permettent de diviser la dose de produit de lavage par 2.

**Plaques vitro-céramiques :**

Humidifier, saupoudrer, laisser agir si nécessaire, puis frotter et rincer. Ne rayer pas.

**Soins de la bouche et des dents :**

- **Pour des dents plus blanches** : saupoudrer la brosse à dents humide, ajouter le dentifrice. 1 à 2 fois/semaine.

- **Pour rafraîchir l'haleine** : diluer 1 cuillère à café dans un verre d'eau tiède. Se rincer la bouche 2 à 3 mn. Utilisable aussi en gargarismes.

- **Hygiène des appareils dentaires et des brosses à dents** : diluer 1 cuillère à café dans un verre d'eau tiède. Laisser tremper de 2 à 8 heures. Rincer.

**Déodorant corporel :**

- **En bains de pieds** : 1 cuillère à soupe par litre d'eau. Possible aussi en pulvérisation.

- **Sous les bras** : saupoudrer sur le bout des doigts humidifiés, masser doucement.

- **Dans les chaussures** : saupoudrer, secouer, laisser agir au moins une nuit.

**Soins de la peau (visage et corps) :**

- **En gommage** (peeling) : faire une pâte avec 3 cuillères à café de bicarbonate et 1 cuillère à café d'eau. Masser doucement, rincer. En cas de peau sèche, appliquer une crème hydratante.

- **Bain apaisant pour bébés et adultes** (irritations, démangeaisons, piqûres, coups de soleil...) : 100 g (½ verre) dilués dans une baignoire d'eau tiède (80 l env.). Peut s'utiliser également en compresses.



Flacons et sacs-recharges

**Linge :** (ne pas utiliser sur la laine et la soie)

- **Désodorisation du linge** (transpiration, linge de bébé, tabac...) : 1 cuillère à soupe (15 g) en plus de la lessive habituelle.

- **Désodorisation du bac à linge sale** : saupoudrer sur les habits en attente, puis laver avec le bicarbonate.

- **Pré lavage** (cols, manches, tâches...) : pulvériser de l'eau bicarbonatée (2 cuillères à soupe soit 30 g par litre d'eau).

- **Lessive** : 1 cuillère à soupe (15 g) de bicarbonate ajoutée à la lessive permet de réduire la dose.

**Désodorisation :**

- **Pièces de la maison** : disposer plusieurs coupelles pleines de bicarbonate pour lutter contre toutes les odeurs (cuisine, animaux, tabac, renfermé...). 2 coupelles de 200 g pour une pièce de 15-20 m². Remuer de temps en temps et changer tous les 2 mois.

- **Réfrigérateur** : 1 coupelle de 200 g à changer tous les 2 mois.

- **Poubelle** : saupoudrer 100 g sous le sac au fond.

**Allergènes :**

- **Contre les allergènes d'acariens et de moisissures** : Saupoudrer les matelas, tapis, moquettes avec env. 20 g de bicarbonate (4 cuillères à café) par mètre carré. Brosser pour faire pénétrer et laisser agir 2 heures minimum. Aspirer.

**Nettoyage des surfaces difficiles :**

- **Calcaire, vitres de four et insert, feutre et crayon, traces de doigts** : Saupoudrer le bicarbonate sur une éponge humide, frotter. Humidifier éventuellement l'éponge avec du vinaigre blanc.

- **Terrasse** (tâches de graisse) : Frotter à sec avec le bicarbonate.

- **Casseroles, poêles, plats brûlés** : mettre un fond d'eau chaude, saupoudrer généreusement de bicarbonate, laisser reposer au moins 2 heures. Si nécessaire faire bouillir.

- **Surfaces très brûlées** : faire une pâte avec du bicarbonate et de l'eau, appliquer et laisser agir 1 nuit.