

# LA LESSIVE PROPRE POUR VOTRE LINGE... ET POUR L'EAU ?

Des produits  
qui semblent  
inoffensifs  
mais polluent  
nos eaux

**En France**  
**7 milliards**  
de lessives par an  
soit 220 lavages par famille

26 litres de lessive liquide ou 40 kg de poudre

tensio-actifs  
agents de blanchiment  
enzymes  
parfums  
azurants optiques  
conservateurs



Certaines substances contenues dans les lessives se dégradent difficilement, échappent aux stations d'épuration et finissent dans les rivières et l'océan, où elles perturbent la vie aquatique.



## IDÉES REÇUES

“ Odeur fraîche  
= Linge propre ”

**FAUX !**

Le parfum dissimule,  
il ne lave pas.  
Propre = taches enlevées  
+ bon rinçage.

“ Plus de lessive  
= Mieux lavé ”

**FAUX !**

Ça coûte plus cher,  
pollue plus et encrasse  
la machine.

“ Porté 1 fois  
= À laver ”

**FAUX !**

Les lavages répétés usent  
les fibres et ternissent  
les couleurs.

## SOLUTIONS

1

### Je choisis mieux

- Labels écologiques fiables = lessive moins toxique, dégradable et abordable
- Sans parfum, colorant, adoucissant ou revendication désinfectante inutile



2

### Je lave malin

- Tambour bien rempli (*une main doit passer au-dessus*)
- Détacher avant lavage (*savon au fiel*)

3

### J'évite les microfibres plastiques

- Vêtements en fibres naturelles (*coton, lin, chanvre*)
- Sac filtrant type *Guppyfriend* pour synthétiques

4

### Je teste le « fait maison »

- Économique, écologique, moins d'emballages !

## RECETTE

60 g de savon  
de Marseille



3 litres d'eau  
très chaude



1 machine =  
1 verre à moutarde

30 g de Bicarbonate  
de soude



**FACILE**