



LES BONNES IDEES DE **MAMIE GHISLAINE**

Maladi ka vin a chouval, i ka pati a pyé, *Prévenir vaut mieux que guérir*

Nous allons tout au long de cette rubrique vous délivrer quelques conseils pour avoir un intérieur toujours propre et sain.

Comment ? En nettoyant peu mais souvent. Ne laissez pas la saleté s'accumuler.

Avec quelques recettes à base de vinaigre et de bicarbonate, on peut faire des miracles.

En effet, le **vinaigre** est un acide, ce qui lui permet d'être un bon détartrant mais aussi un désinfectant, un désodorisant, un adoucisseur, un dégraisseur, un rehausseur de couleur etc.

Le gros avantage du **bicarbonate** dans la cuisine, c'est qu'il est lui-même... alimentaire. Les risques d'intoxication et de pollution sont limités ! Et cela ne l'empêche pas d'être d'une efficacité incontestable...

Grâce à sa structure relativement poreuse, le bicarbonate va piéger et neutraliser les odeurs. Son usage régulier limite également le développement des champignons microscopiques.

Voici un tableau qui pourra vous aider:

PIECES	FREQUENCE DE NETTOYAGE
Salle de bain et cuisine	nettoyage quotidien nécessaire pour une bonne hygiène
Chambres	Aérez les lits tous les matins et nettoyez les chambres une fois par semaine
Salons	Nettoyage : une fois par semaine. Aspirateur : 2 fois par semaine
Autres pièces	passez l'aspirateur 2 fois par semaine dans les couloirs

ASTUCE GAIN DE TEMPS

Un nettoyage éclair

Si des visiteurs s'annoncent et que vous ne les attendiez pas, donnez le change en nettoyant l'entrée, en rangeant les objets qui traînent.

Remettez en place fauteuils et tapis et redressez les coussins. Un peu de déodorisant et une lumière tamisée, voilà !