

Tuto Zéro Déchet

Je fabrique mon dentifrice



Le saviez-vous ?

Faire son propre dentifrice est facile et rapide à réaliser. A base de produits naturels, votre dentifrice maison sera meilleur pour la santé et très économique (environ 4€/an).

Cela vous évitera de consommer des produits chimiques et des emballages inutiles !



Illustration : icone8.fr, nutrident.fr

Les ingrédients

25g d'argile blanche
25g de blanc de Meudon (carbonate de calcium)
trouvable en pharmacie ou magasin bio

Les ustensiles

1 balance
1 pot hermétique

Étape n°1 : Mélanger les 2 ingrédients en quantité égale

Étape n°2 : Vous pouvez utiliser quelques gouttes d'huiles essentielles de menthe ou de citron

Utilisation

Le dentifrice est en poudre et sec. Il se conservera facilement.

Pour l'utiliser, humidifiez votre brosse à dents puis placez un peu de poudre dessus à l'aide d'une petite cuillère.

Ne plongez pas directement la brosse à dents dans le bocal de dentifrice, pour ne pas le contaminer.
Brossez-vous les dents comme d'habitude.

Pour aller plus loin

Vous pouvez ajouter de temps en temps du bicarbonate de soude pour ses propriétés abrasives qui aident à lutter contre le tartre. Attention toutefois à ne pas l'utiliser trop souvent, il peut abîmer l'émail de vos dents et irriter vos gencives.



en bois, je suis compostable !

Retrouvez toutes les fiches pratiques du SYDED sur www.syded87.org

Pour des conseils et des infos au quotidien, suivez-nous sur les réseaux sociaux :

