

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.



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 :

