

Votre havre est-il vraiment sécuritaire?

Utilisez cette liste de contrôle pour vous aider à vous débarrasser des produits chimiques toxiques.

Cuisine

Utilisez-vous des contenants alimentaires en plastique?

Le verre est meilleur pour conserver les aliments et les boissons, surtout pour les bébés. Les contenants alimentaires en silicone et sans BPA sont une autre alternative. N'utilisez jamais de plastique au micro-ondes; choisissez plutôt le silicone, le verre ou la céramique pour réchauffer les aliments.

Filtrez-vous l'eau du robinet?

Consultez le rapport municipal sur la qualité de l'eau de votre quartier et envisagez d'utiliser un filtre pour votre eau. Les options vont des simples filtres peu coûteux pour carafe, aux unités de traitement d'eau sous l'évier, pour obtenir une eau purifiée au robinet.

Buvez-vous de l'eau en bouteille?

Plus de 60 millions de bouteilles en plastique finissent dans les décharges ou les incinérateurs chaque jour. Utilisez une bouteille en aluminium ou en verre et remplissez-la d'eau filtrée. Ajoutez des fruits frais ou de la menthe pour obtenir une boisson rafraîchissante, sans avoir un goût de plastique.

Qu'y a-t-il sous votre évier?

L'utilisation régulière de vaporisateurs chimiques a un effet à long terme sur les fonctions pulmonaires, un effet que l'on retrouve chez les grands fumeurs. Jetez-les et remplacez-les par de l'eau, un EnviroCloth® (Linge Enviro) et un Linge à fenêtre Norwex pour répondre à tous vos besoins de nettoyage, sans produits chimiques!

Cuisinez-vous avec des articles de cuisine antiadhésifs?

Les articles de cuisine antiadhésifs peuvent contenir des produits chimiques comme les PFOA et les PTFE. Ces deux types de produits chimiques sont utilisés pour leur résistance aux adhérences et aux taches, mais ils peuvent avoir un coût sur votre santé. Choisissez des poêles en fonte, acier inoxydable ou verre/céramique.

Vous avez des conserves dans votre garde-manger?

La plupart des conserves alimentaires (incluant les formules liquides pour bébé) utilisent un revêtement contenant du BPA, un produit chimique toxique qui peut être relâché dans les aliments. Utilisez des aliments frais ou congelés lorsque possible - pas de BPA, plus de nutriments!

Salle de bains

Utilisez-vous des assainisseurs d'air?

Ne le faites plus. Ils contiennent des taux très élevés de produits chimiques toxiques comme les phtalates. Utilisez des plantes pour filtrer l'air, aérer en ouvrant les fenêtres, ou utilisez des huiles essentielles pour obtenir un parfum naturel. Le Suppresseur d'odeur – concentré de Norwex, à base d'enzymes, est aussi une excellente façon de rafraîchir l'air naturellement.

Utilisez-vous du savon liquide pour les mains?

Les savons antibactériens pour les mains peuvent affaiblir votre système immunitaire. Il y a des alternatives bien plus sûres, comme le Nettoyant moussant pour les mains Norwex.

Avez-vous un rideau de douche?

Il y a de grandes chances qu'il contienne du PVC, un produit chimique utilisé pour rendre le plastique encore plus flexible. Ce produit chimique a été relié à une grande variété de problèmes de santé, comme l'irritation des voies respiratoire, la nausée et des dommages au système nerveux central. Utilisez une alternative plus verte, comme l'éthylène-acétate de vinyle, que l'on peut trouver en ligne.

Que contiennent vos produits de soins personnels?

Consultez la liste des ingrédients pour vérifier la présence de ces indésirables : parabènes, phtalates, triclosan, parfums synthétiques et colorants synthétiques. Les bébés et les enfants sont particulièrement sensibles à ces ingrédients. Passez à des formules plus écolos, surtout pour les produits que vous utilisez quotidiennement, comme le gel douche, la lotion corporelle, la crème pour les mains, etc. Norwex a une vaste gamme de produits de soins de peau et de soins capillaires, qui sont sécuritaires, efficaces et hydratants. Ils vous aideront à faire la transition et éviter les produits chimiques nocifs.

Qu'y a-t-il sous votre lavabo?

Si vous avez un nettoyeur pour la cuvette des toilettes, un produit détartrant, ou un nettoyeur tout usage, il y a de grandes chances qu'ils contiennent des produits chimiques toxiques. Norwex propose des produits contenant des ingrédients qui fonctionnent et qui ne sont pas nocifs pour vous ou l'environnement, comme le Nettoyant pour salle de bains, le Détartrant, le Gant pour nettoyer la salle de bains, la Brosse de toilettes distributrice de nettoyeur, ainsi que nos Linges Enviro, pour que le nettoyage soit plus facile, plus rapide et plus sain.

continued on page 2

Votre havre est-il vraiment sécuritaire?

Utilisez cette liste de contrôle pour vous aider à vous débarrasser des produits chimiques toxiques.

Chambre à coucher

Qu'y a-t-il dans vos pyjamas, matelas et oreillers?

Pas ce que vous attendez... Il a été démontré que les retardateurs de flamme provoquent des dommages au système reproductif et des déficiences des capacités motrices, d'écoute, d'apprentissage, de mémorisation et comportementales. Malheureusement, ils sont aujourd'hui omniprésents dans la plupart des maisons. Les enfants sont les plus sensibles aux produits chimiques retardateurs de flamme. Il a été montré que leur sang contient trois fois plus de ces éléments que le sang de leur mère. Pour les éviter, assurez-vous de dépoussiérer et passer l'aspirateur régulièrement. Les retardateurs de flamme se fixent sur les particules de poussière, là où elles tombent. Envisagez d'utiliser des pyjamas ajustés et avec des textiles naturels pour vos enfants – les pyjamas plus lâches peuvent contenir des retardateurs de flamme. Trouvez des produits sans PDBE.

Nettoyez l'air!

Vous passez en moyenne 8 heures par jour dans votre chambre. Les enfants y passent en moyenne 12 heures par jour. Envisagez de placer un purificateur d'air dans les chambres pour garantir un sommeil reposant et sans produits chimiques. De plus, essayez les Draps et Taies d'oreiller Norwex en microfibre, qui contiennent notre agent antimicrobien BacLock®* qui les aide à rester frais plus longtemps.

Dans la maison

À quelle fréquence dépoussiérez-vous la maison?

La poussière est plus qu'une nuisance; elle peut être un danger pour la santé. La poussière se fixe aux particules chimiques que l'on trouve dans votre maison. Faites passer le dépoussiérage au niveau supérieur en utilisant la Mitaine pour épousseter ou la EnviroWand® (Baguette Enviro) avec manchon à deux faces Norwex, pour soulever la poussière efficacement et en toute sécurité sur toutes les surfaces de la maison. Le Système de vadrouille Norwex retire rapidement et en toute sécurité la poussière et la saleté sur les planchers, là où les bébés et nourrissons passent beaucoup de temps.

Utilisez-vous des pesticides?

Les pesticides contiennent des produits chimiques conçus pour tuer les parasites – et ils ne sont pas très bons pour les êtres humains non plus. Si possible, évitez de les utiliser et cherchez des alternatives plus naturelles. Vos magasins locaux pour la maison et pour le jardin peuvent vous recommander des alternatives.

Vous utilisez des chandelles parfumées?

Les chandelles parfumées contiennent souvent des phtalates, qui peuvent perturber les hormones, particulièrement chez les enfants. Choisissez l'air frais en ouvrant les fenêtres aussi souvent que possible. Cela aidera aussi à éliminer la pollution de l'air intérieur. Utilisez des huiles essentielles ou le Suppresseur d'odeur – concentré Norwex pour rafraîchir l'air naturellement.

Salle de lavage

Que contient votre détergent à lessive?

La plupart des détergents à lessive contiennent un grand nombre de charges et parfums synthétiques superflus. Cherchez des détergents biodégradables, qui ne contiennent pas de parfums synthétiques et de charges, comme les détergents à lessive Norwex.

Utilisez-vous des feuilles assouplissantes?

Les feuilles assouplissantes peuvent contenir les taux les plus élevés de phtalates parmi tous les produits de votre maison – des produits chimiques que votre famille n'a pas à porter! De plus, après seulement une utilisation, elles sont jetées pour s'accumuler dans les décharges. Les balles de sècheuse sont une meilleure alternative. Les Balles duveteuses de sècheuse Norwex adoucissent les textiles, réduisent l'électricité statique et diminuent jusqu'à 25 % le temps de séchage. De plus, vous pouvez y ajouter des huiles essentielles pour parfumer votre lessive naturellement!

*Le BacLock est un agent antimicrobien uniquement conçu pour protéger et autonettoyer le textile en inhibant la croissance des bactéries causant les odeurs, et de la moisissure.