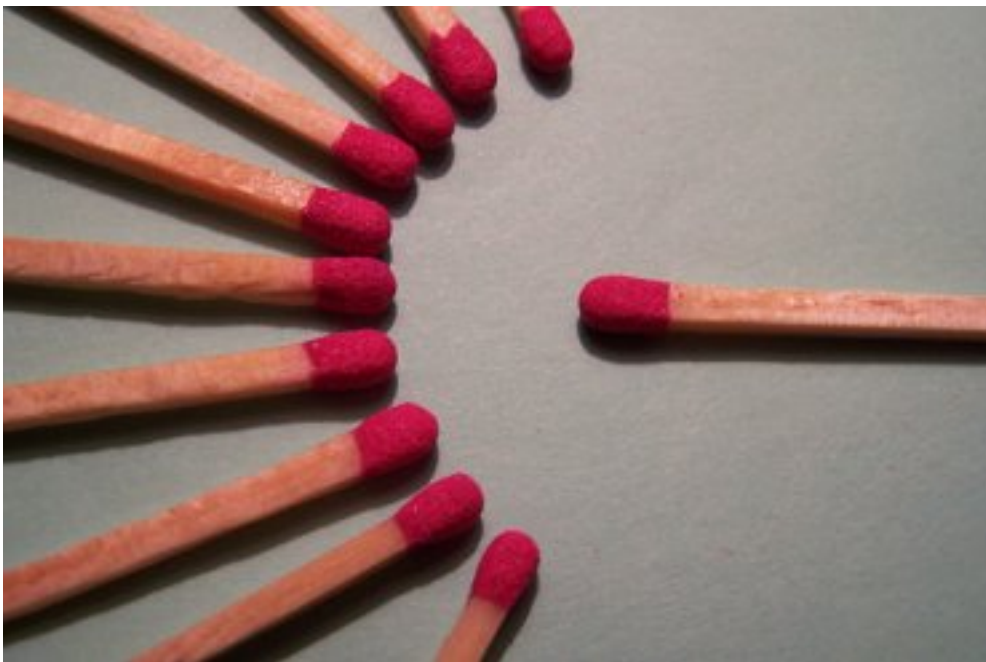


NOS ASTUCES

Encyclopédie évolutive et collective d'astuces

www.nos-astuces.com



Édition du 1^{er} janvier 2008

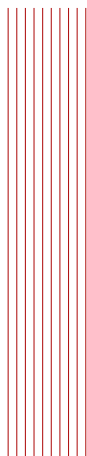


TABLE DES MATIÈRES

Ont participé à la présente édition	xi
Comment participer ?	xii
Couverture	xii
1 Cuisine	1
1.1 Nettoyer un plat dont le contenu a brûlé	1
1.2 Des oeufs frais ?	1
1.3 Pour une cuisson saine des pommes de terre...	1
1.4 Conseils pour petits bobos	2
1.5 Des agrumes plus juteux	2
1.6 Pâte à crêpes légère	2
1.7 Do It Yourself (DIY) Glue	3
1.8 Mieux conserver vos oignons	3
1.9 Un parfum d'orange	3
1.10 Vinaigrette au goût de noix sans huile de noix	3
1.11 Trop de sel dans un plat	3
1.12 Avocats mûrissent plus vite	3
1.13 Alléger une sauce de salade	3
1.14 Les fruits secs tombent au fond du cake	4
1.15 Bien nettoyer les biberons de bébé	4
1.16 Vous aimez le café ?	4
1.17 Palme d'argent pour la Pomme	4
1.18 Oignons, poissons, odeur & co.	4
1.19 Ne gâchez plus l'eau !	5
1.20 Du riz pour une ch'tite gastro !	5
1.21 Parfum des fruits congelés	5

1.22	La papaye	5
1.23	Crème fouettée	5
1.24	Sel d'oignon.	5
1.25	Gare aux vers !	6
1.26	Domptez le lait !	6
1.27	Amande à nu !	6
1.28	Le pain des pleureuses	6
1.29	Soda pour enfants	6
1.30	Du lait caillé maintenant !	6
1.31	Bicarbonate de soude pour vos dents	6
1.32	Plat en verre ?	7
1.33	Oeufs	7
1.34	Haleine fraîche	7
1.35	Café amélioré	7
1.36	Le verre et le chaud	7
1.37	Chou-fleur et odeurs	7
1.38	Peler l'ail facilement	8
1.39	Des oeufs à la coque	8
1.40	Conserver un coulis de tomate	8
1.41	Mieux conserver le café	8
1.42	Soupe épaisse	8
1.43	Des crevettes bien roses	8
1.44	Plus d'écailles partout	9
1.45	Seau à glace	9
1.46	Ustensiles en bois d'olivier	9
1.47	Mieux conserver les légumes	9
1.48	Une soupe moins acide	9
1.49	En manque de beurre ?	9
1.50	Ouvrir plus facilement les huîtres	10
1.51	Nettoyer l'huile de friture	10
1.52	Remplacer le vin blanc dans votre sauce	10
1.53	En quête de fraîcheur, mais anti-clim ?	10
1.54	Salade de pomme de terres	10
1.55	Sortir un bouchon de la bouteille	10
1.56	Le lait qui déborde	10
1.57	Sel et humidité	11
1.58	Trop de sel (bis)	11
1.59	Bouquet garni	11
1.60	Fruits abîmés	11
1.61	Des frites plus légères	11
1.62	Retirer l'odeur de poisson dans les poêles	11

1.63	Décrasser un plat très gras	12
1.64	Rendre leur transparence aux verres	12
1.65	Du jus de citron disponible en permanence.	12
1.66	Rattraper une mayonnaise	12
1.67	Cuisson des viandes rouges	12
1.68	Sauce aux moules	12
1.69	Protection des aliments au congélateur	12
1.70	Remplir des pots de confiture intelligemment	13
2	Soins	14
2.1	Une peau plus claire	14
2.2	Conseils pour petits bobos	14
2.3	Contre les cicatrices	15
2.4	Contre l'alcoolisme	15
2.5	Soulager une crampe nocturne	15
2.6	Pour soigner les angines	16
2.7	Vinaigre de bain	16
2.8	Torticolis	16
2.9	Piqûres d'insectes	16
2.10	Décoction aux céréales	16
2.11	Palme d'argent pour la Pomme	16
2.12	Du riz pour une ch'tite gastro !	17
2.13	Bicarbonate de soude pour vos dents	17
2.14	Cystite	17
2.15	Un moment de détente	17
2.16	Prenez soin de vos émotions	18
2.17	Après rasage génial !	18
2.18	Rage de dent nocturne	18
2.19	Stopper le hoquet	18
2.20	Stopper le hoquet (bis)	18
2.21	Relaxation	19
2.22	Pierre d'alun et rasage	19
2.23	Piqûres d'orties	19
2.24	Rage de dent (bis)	19
2.25	Soulager un mal de tête	19
2.26	Des cheveux en plein santé	19
2.27	Coudes et talons rugueux	20
2.28	Soigner un mal de gorge	20
2.29	Des dents plus blanches	20
2.30	Ongles vernis	20
2.31	Stopper le hoquet (ter)	20

2.32	Durcir ou blanchir vos ongles	20
2.33	Lèvres douces	21
2.34	Meilleure mine	21
2.35	Bonne mine	21
2.36	Pointes des cheveux sèches	21
2.37	Allergies aux bijoux	21
2.38	Problème de constipation	21
2.39	Contre les mains gercées	21
2.40	Soulager des coups de soleil	22
2.41	Soulager une insolation	22
2.42	Contre les mains rouges	22
2.43	Contre les pellicules	22
2.44	Soulager un mal de gorge	22
2.45	Boutons de fièvre	22
2.46	Piqûres d'insecte	23
2.47	Calmer les spasmes	23
2.48	Anti-pellicules fait maison	23
2.49	Soigner ses boutons d'acnés	23
2.50	Nettoyer et Purifier le visage	23
2.51	Masque antirides à l'argile	23
2.52	Gommage tout simple au sucre	23
3	Nettoyage	25
3.1	Nettoyer un plat dont le contenu a brûlé	25
3.2	Rénovez vos CD rayés	25
3.3	Enlever les puces des vieux planchers	25
3.4	Bien préparer ses murs avant travaux	26
3.5	Toile d'araignée	26
3.6	Nettoyer ses mains après des travaux de peinture	26
3.7	Eliminer les fourmis	26
3.8	Des bijoux reluisants	26
3.9	Attention Calcaire, voici Vinaigre	27
3.10	oups ! je me suis assis sur du chewing gum !	27
3.11	Oignons, poissons, odeur & co.	27
3.12	Taches de fruits	27
3.13	Plus de mites dans vos armoires !	27
3.14	Robinet de lavabo étincelant	27
3.15	Rage des taches	27
3.16	Rouge à lait	28
3.17	Le baume de vache	28
3.18	Nettoyage simplifié et écologique des sols	28

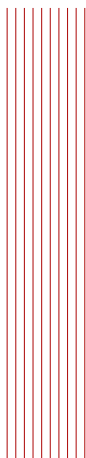
3.19	Ramasser les poussières sans balayette	28
3.20	Du Coca pour nettoyer	28
3.21	Bichonnez vos toilettes avant de partir en voyage	28
3.22	Taches de sang	29
3.23	Faire briller le cuivres et d'autres métaux	29
3.24	Ciselures de cuivres	29
3.25	Taches de calcaire	29
3.26	Peau de chamois	29
3.27	Désodorisants d'aspirateur	29
3.28	Plus de tabac sur les doigts	30
3.29	Nettoyer l'huile de friture	30
3.30	Des dents plus blanches	30
3.31	Entretenir ses meubles	30
3.32	Problèmes d'odeur dans vos canalisations	30
3.33	Bouilloire neuve	31
3.34	Comment nettoyer une "grande" surface	31
3.35	Les taches de café	31
3.36	Nettoyer des pinceaux de couleur séchés	31
3.37	Nettoyer les vitres	31
3.38	Tache de stylo bic	32
3.39	Grattoir à vitres	32
3.40	Araignées	32
4	Maison	33
4.1	Plus de longévité pour vos bougies	33
4.2	Toile d'araignée	33
4.3	Peinture de pro	33
4.4	Eliminer les fourmis	33
4.5	Attention Calcaire, voici Vinaigre	34
4.6	Plus jamais de plis sur vos bottes en cuir !	34
4.7	Une fuite de gaz ? Vérifiez !	34
4.8	De la lavande dans vos armoires !	34
4.9	Les gestes écologiques (2)	34
4.9.1	Habiter écolo	34
4.10	Plus de mites dans vos armoires !	35
4.11	Calin caoutchouc ? !	35
4.12	Du vinaigre pour votre jean	35
4.13	Bichonnez vos toilettes avant de partir en voyage	35
4.14	Serrure têtue	35
4.15	Le Tiroir qui énèrve	36
4.16	Oust ! les mouches !	36

4.17	Fermeture éclair qui coince	36
4.18	Après rasage génial !	36
4.19	Comment reconnaître si un mur est porteur ou pas	36
4.20	Poils d'animaux sur vêtements	37
4.21	Lave main	37
4.22	Utilisation des boccas	37
4.23	Bonnes odeurs dans la maison	37
4.24	Plus de mouches !	37
4.25	Désodorisants d'aspirateur	38
4.26	Ustensiles en bois d'olivier	38
4.27	Entretien des meubles	38
4.28	Pompons pour enfants	38
4.29	Masque à gaz	38
4.30	Problèmes d'odeur dans vos canalisations	38
4.31	Gaspillage d'énergie	39
4.32	Du lait pour les mauvaises odeurs	39
4.33	Mille usages du papier journal	39
4.34	Exterminer les cafards	40
4.35	Toilettes qui sentent mauvais	40
4.36	Mauvaises odeurs de cuisine	40
4.37	couture	40
4.38	Supprimer les odeurs de peinture	40
5	Divers	41
5.1	Plus de longévité pour vos bougies	41
5.2	Do It Yourself (DIY) Glue	41
5.3	Harcelez-moi !	41
5.4	Plus jamais de plis sur vos bottes en cuir !	41
5.5	Une fuite de gaz ? Vérifiez !	42
5.6	De la lavande dans vos armoires !	42
5.7	Votre stabilo vous fait sa "panne sèche"	42
5.8	Trompe chat !	42
5.9	Noix de pierre	42
5.10	Le langage des pincettes	42
5.11	Cocktail des vertes	43
5.12	Limonades des fleurs	43
5.13	Du vinaigre pour votre jean	43
5.14	Griffes de diamant	43
5.15	Cuir à reluire.	43
5.16	Faites la roue !	43
5.17	Multipliez par 11	43

5.18	Haleine fraîche	44
5.19	Chaussures qui font mal	44
5.20	Fermetures éclairs (bis)	44
5.21	Décoller facilement des étiquettes	44
5.22	Petit truc pour additionner de longues suites de chiffres	44
5.23	Contre la chute de cheveux	45
5.24	Décoller des timbres collés les uns aux autres	45
6	Jardin	46
6.1	Faire briller des plantes grasses	46
6.2	Lutter contre les pucerons dans votre jardin	46
6.3	Un piège à insectes naturel	46
6.4	Ne gâchez plus l'eau !	47
6.5	Arrosez vos plantes abondamment	47
6.6	Pour les balcons ensoleillés	47
6.7	Quand semer les pelouses ?	47
6.8	Pour avoir un pêcher	47
6.9	Crime d'orties	48
6.10	Du Lait pour les géraniums	48
6.11	Pioche et mottes de terre	48
6.12	Lutter contre les limaces écologiquement	48
6.13	Arrosage économique	48
6.14	Engrais économique pour persil	48
6.15	Comment se débarrasser du lière envahissant	49
6.16	Chiot qui pleure	49
6.17	Protéger son jardin des pucerons	49
6.18	Longévité des fleurs	49
7	Bricolage	50
7.1	Bien préparer ses murs avant travaux	50
7.2	Do It Yourself (DIY) Glue	50
7.3	Peinture de pro	51
7.4	Nettoyer ses mains après des travaux de peinture	51
7.5	Oignons et papier peint	51
7.6	Art à l'envers !	51
7.7	Clouer sans fissurer	51
7.8	Serrure têtue	51
7.9	Démastiquer facilement	52
7.10	Le Tiroir qui énèrve	52
7.11	Pots de peintures	52
7.12	Utilisation des bocaux	52

7.13	Planter un clou sans fendre le bois	52
7.14	Nettoyer des pinceaux de couleur séchés	52
7.15	Supprimer les odeurs de peinture	52
7.16	A défaut de lame dentée	53
8	Informatique	54
8.1	Comment télécharger les vidéos de Youtube et autres	54
8.2	Rénovez vos CD rayés	54
8.3	Une petite astuce liée à la musique et à l'Internet	54
8.4	Lire ses DVDs sans passer par des logiciels trop lourds	55
8.5	Un livre gratuit sur Google !	55
8.6	Traduction rapide et pratique.	55
8.7	Bug Me Not !	55
8.8	Adresse email jetable	55
8.9	Mieux s'organiser	56
8.10	Sauvez vos données de manière écologique	56
9	Internet	57
9.1	Comment télécharger les vidéos de Youtube et autres	57
9.2	Harcelez-moi !	57
9.3	Une petite astuce liée à la musique et à l'Internet	57
9.4	Un livre gratuit sur Google !	58
9.5	Traduction rapide et pratique.	58
9.6	Trouver de la musique en ligne	58
9.7	Bug Me Not !	58
9.8	Adresse email jetable	58
9.9	Des photos gratuites	59
10	Ecologie	60
10.1	Les gestes écologiques (1)	60
10.1.1	Nourriture	60
10.2	Ne gâchez plus l'eau !	60
10.3	Les gestes écologiques (2)	61
10.3.1	Habiter écolo	61
10.4	Lutter contre les limaces écologiquement	61
10.5	Gaspillage d'énergie	61
10.6	Mille usages du papier journal	62
10.7	Toilettes qui sentent mauvais	62

11 Argent	63
11.1 Lire Gratuit	63
11.2 Règles pour consommer moins au volant	63
11.3 Lave main	64
11.4 Des photos gratuites	64
12 Livres	65
12.1 Lire Gratuit	65
12.2 Un livre gratuit sur Google !	65
13 Auto	66
13.1 Règles pour consommer moins au volant	66
13.2 Une bonne vidange	66
14 Musique	68
14.1 Une petite astuce liée à la musique et à l'Internet	68
14.2 Trouver de la musique en ligne	68
15 Gtd	69
15.1 Mieux s'organiser	69



AUTEURS

Ont participé à la présente édition

Ce travail n'aurait jamais vu la lumière du jour sans la contribution et l'enthousiasme de personnes bénévoles et tellement gentilles !

Vous qui lisez ce livre, ayez une bonne pensée pour :

- 3dom
- Arwen
- Babou83
- Benji
- Bila
- Burnedwings
- Celine
- Coquelicot
- Dustman
- Fabienne
- Frederic
- ljonas6
- Prof.Wonderfool
- Rumepele
- SePhIr0tH
- Sofistica

Comment participer ?

Rien de plus simple !

Cliquez sur **INSCRIPTON** et remplissez le formulaire que vous y trouverez.

Vous recevrez un mail qui vous demandera de confirmer votre inscription en tant qu'auteur, et une fois cette inscription confirmée, vous recevrez un autre mail vous indiquant la procédure à suivre pour envoyer vos contributions.

N'allez surtout pas croire que c'est compliqué ! La contribution se fait par simple envoi de mails à une adresse que l'on vous précisera lors de votre inscription. Aucun mot de passe à retenir, vous n'aurez même pas à vous connecter au site !

Alors n'hésitez pas à nous **rejoindre** !

Si vous avez vraiment la "flemme" de vous inscrire, vous pouvez toujours nous envoyer vos astuces en tant qu'invité et ce en cliquant sur ce lien :

<http://nos-astuces.com/monastuce>

N'hésitez pas aussi à recommander et à parler de ce projet à vos amis. Un formulaire de recommandation a été créé spécialement pour ça sur le site. Allez sur <http://nos-astuces.com/recommander> pour inviter vos amis à vous aider avec leurs astuces et à venir s'inscrire.

Si vous êtes webmaster ou bloguer, merci de nous aider à faire connaître ce projet et à l'étoffer davantage en mettant un lien sur votre site ou en écrivant un petit post à son sujet sur votre blog.

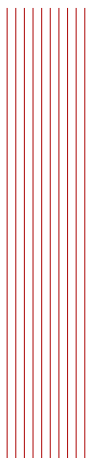
Merci d'avance pour votre bonne volonté et vivement de vous compter parmi nous, oui VOUS ! :)

Couverture

La couverture du présent livre est une oeuvre de **Thiru Murugan** qu'il a intitulée "Leading by Inspiration". Merci à lui de l'avoir publiée sous licence CC pour qu'on puisse l'utiliser librement dans ce livre. **L'oeuvre est disponible sur Flickr**

Merci L^AT_EX

[Table des matières](#)



PREFACE

Un coup de tête, oui, il suffisait d'un coup de tête pour lancer l'idée d'une encyclopédie d'astuces évolutive, gratuite et surtout collective.

Oui, mais comment ?

Quand on s'ennuie un peu, notre bon côté prend le dessus. On s'investit, on aide comme on peut les gens. Avez-vous visité des forums, des salon de chat IRC ? Des communautés aux intérêts divers se créent sur le net, des gens qui sont là pour aider et se faire aider, gratuitement, gentiment et dans la bonne humeur. Et ça marche !

Oui, mais pourquoi ?

Un petit clin d'œil à mes amis linuxiens ¹ ;-) parce que ces gens qu'on nomme "geeks" ont un tempérament foncièrement bon. Oui, ils sont crasseux, très intelligents et flemmards par nature, mais l'aide est là ! La bonne humeur est là !

Et Alors ?

Alors, l'idée de réunir ce genre de personnes (et d'autres qui ne sont pas forcément crasseuses ou paresseuses) de leur demander de donner 5 minutes de leurs temps. Multipliez 5 minutes par 10 personnes, ça vous fait 50 minutes. 50 minutes purement investies à être utile. Simplement utile.

C'est ça le principe de notre encyclopédie ; un livre gratuit, riche et collectif issu des expériences de plusieurs personnes ayant assez de bonne volonté pour donner plus ou moins 5 minutes de

¹Utilisateurs du système d'exploitation GNU-Linux

leurs temps à aider des inconnus.

Tel est l'objectif, la ligne directrice du projet. L'encyclopédie est et restera gratuite et collective. Elle sera toujours un passe-temps amusant et utile pour ses auteurs. Et un beau voyage pour ses lecteurs.

Oui, vous !

Ne sous-estimez jamais l'aide que vous pouvez nous apporter. Nos auteurs sont des gens simples et aimables. Nous avons des ingénieurs, des paysans, des retraités. des jeunes un peu fous et des vieux plus jeunes que leurs âges.

Venez nous aider !

Dustman



1 CUISINE

1.1 Nettoyer un plat dont le contenu a brûlé

Recouvrir largement d'eau le contenu brûlé et rajouter de la lessive (pour linge). Laisser bouillir : le contenu se décolle tout seul

1.2 Des oeufs frais ?

Pour savoir si un oeuf est frais, mettez-le dans de l'eau tiède salée. S'il coule, il est frais. Sinon, il ne l'est plus.

1.3 Pour une cuisson saine des pommes de terre...

Bonjour ou bonsoir.

Tout dépendra de quand vous lirez cette astuce.

J'avoue être un passionné de cuisine - spécialement sucrée ! - et je voudrais vous donner un petit truc glané sur la toile. Car j'avoue que cela est bien pratique.

Cuire des patates, c'est long. Il faut faire bouillir de l'eau, laisser cuire un certain temps ?pour ne pas dire un temps certain ? et encore on n'est pas toujours sûr d'avoir une cuisson à coeur. Et après, le pelage s'avère être un casse tête chinois ?

Bref, le plus simple ?et le plus respectueux des nutriments de la pomme de terre ? c'est la cuisson au micro-ondes. D'ailleurs, maintenant, à partir d'une grosse trentaine d'euros, on

trouve des micro-ondes sympa. Prenez vos pommes de terre, lavez-les, et surtout ne les essuyez pas complètement. Il suffit de les égoutter sans les peler. Avec un couteau à lame lisse, il suffit de piquer le légume une demi douzaine de fois, et de mettre la pomme de terre dans un récipient à micro-ondes. Ensuite, mettez votre four au maximum de sa puissance, en appliquant la règle suivante : 5 minutes pour une pomme de terre, 2 minutes par pomme de terre supplémentaires. Donc, pour 3 pommes de terre, $5+2+2 = 9$ minutes. Vous verrez à la fin de la cuisson que le pelage s'effectue sans problème même s'il faut attendre quelques secondes avant de toucher aux légumes cuits.

1.4 Conseils pour petits bobos

Il nous arrive à tous de nous blesser et de ne pas avoir ce qu'il faut dans nos pharmacies familiales. Mais notre maison recèle des trésors dont nous n'avons pas toujours connaissance.

- En cas de brûlure légère, appliquez un peu de dentifrice. cela va vous soulager
- En cas de maux de gorge, prenez une petite cuillère d'huile d'olive au coucher durant 2 à 3 jours
- En cas de conjonctivite, mettez une goutte de jus de citron dans l'oeil lorsqu'il est sain.

Les aliments dits "alicaments" à avoir toujours chez soi, sont :

- Le miel
- L'huile d'olive
- Le persil
- L'oignon
- Le citron

Mais rappelez vous que rien, ni personne, ne peut se substituer à votre médecin, et qu'en cas de doute, il vous faut consulter sans attendre.

1.5 Des agrumes plus juteux

Pour obtenir le maximum de jus d'un agrume (citron, orange etc.), il faut le faire rouler tout en appuyant dessus sur votre table de cuisine. Coupez en deux et pressez-le. Vous aurez davantage de jus !

1.6 Pâte à crêpes légère

Pour faire des pâtes à crêpes plus légères, à la dernière minute, rajoutez-y des blancs d'oeufs que vous aurez battus en neige.

1.7 Do It Yourself (DIY) Glue

Une colle "faite-maison" et sans dangers pour que vos petits bambins puissent bricoler et réaliser des chefs d'oeuvres avec leurs petites menottes : Mélanger de la farine avec un peu d'eau et c'est tout !

1.8 Mieux conserver vos oignons

Si vous voulez conserver plus longtemps vos oignons ou votre ail, brûlez-en les racines. Ainsi, ils ne germeront pas ou ne se videront pas de leur contenu.

1.9 Un parfum d'orange

Pour donner un parfum d'orange à un gâteau, faire bouillir des zestes d'oranges très fins dans un peu d'huile qu'on rajoutera à la pâte. Et quel délicieux gâteau vous aurez à la fin !!

1.10 Vinaigrette au goût de noix sans huile de noix

Si vous voulez faire de la vinaigrette au goût de noix même quand vous n'avez pas d'huile de noix, mettez un peu de curry dedans.

1.11 Trop de sel dans un plat

Pour alléger une sauce trop salée mettre un carré de sucre et le tour est joué !

1.12 Avocats mûrissent plus vite

Pour que vos avocats mûrissent mieux, plus vite et sans pourrir, mettez-les avec une banane dans un sac en papier.

1.13 Alléger une sauce de salade

Pour alléger une sauce de salade (vinaigrette) mettre moitié huile moitié eau.

1.14 Les fruits secs tombent au fond du cake

Pour éviter que les fruits secs (confits) ne tombent au fond du moule d'un cake ou d'un gâteau, les rouler dans de la farine avant de les mélanger dans la pâte.

1.15 Bien nettoyer les biberons de bébé

Le plus difficile quand on nettoie un biberon, et il faut le faire de façon très soignée, c'est d'enlever "TOUTES" les traces de lait. Commencez par enlever le plus gros en rinçant à l'eau, ensuite mettez dedans du riz non cuit, rajoutez-y de l'eau et secouez. Élémentaire : les grains de riz enlèveront facilement les petites traces qui restent.

1.16 Vous aimez le café ?

Mais vous craignez d'exploser sous l'abondance de caféine et le café décaféiné vous sort par les yeux ? Il suffit de rajouter l'équivalent d'une cuillère à café d'eau après avoir versé le café dans votre tasse !

1.17 Palme d'argent pour la Pomme

La Pomme est le fruit le plus répandu. Il se conserve longtemps, il est le plus facile à trouver tout au long de l'année et se décline en nombreuses variétés. Mais connaissez-vous ses bienfaits ?

- Mangée le soir, elle a des vertus apaisantes.
- Savez-vous qu'en mangeant au moins 2 pommes par jour, vous baissez votre taux de cholestérol.
- Et si vous ne pouvez pas vous brosser les dents, la pomme s'en chargera pour vous. Non seulement elle les nettoie, mais en plus, elle les fortifie.

C'est donc presque une nécessité d'en avoir dans notre panier à fruits. Vous en trouverez forcément une que vous adorerez. Croquez la vie !

1.18 Oignons, poissons, odeur & co.

Pour éliminer la mauvaise odeur d'un ustensile ayant servi à frire des oignons ou du poisson, lavez-les, et ensuite prenez quelques feuilles de thé humides et frottez-les avec.

1.19 Ne gâchez plus l'eau !

Il est fortement recommandé de verser l'eau ayant servi à laver votre salade dans vos pots de fleurs, car cette eau est riche en minéraux et autres éléments dont raffoleront vos plantes. Et inversement, jetez l'eau de cuisson de vos légumes sur les mauvaises plantes pour vous en débarrasser ! *?d'après des amis QRistes*

1.20 Du riz pour une ch'tite gastro !

Cuire du riz, n'en prendre que le jus auquel vous rajouterez de la grenadine et le boire ; simple et efficace ! *?d'après ambre*

1.21 Parfum des fruits congelés

Un fruit congelé perd souvent une partie de son arôme, pour le relever ajoutez à votre récolte quelques cuillerées d'eau-de-vie ou de liqueur de même parfum, avec modération bien sûr.

1.22 La papaye

Malgré les croyances, les pépins de ce fruit riche en vitamine C, sont comestibles. Ils ont un goût légèrement poivré et épicé. Vous pouvez les rincer et les utiliser comme garniture ou les sécher pour ensuite les broyer afin d'assaisonner vos mets.

1.23 Crème fouettée

Pour permettre à votre crème fouettée de rester ferme plus longtemps, en plus d'ajouter une saveur subtile et distinguée à vos dessert, il vous suffit tout simplement ajouter un peu de miel à votre crème fouettée au lieu du sucre.

1.24 Sel d'oignon.

Pour que les oignons deviennent transparents et ne rôtissent pas à la cuisson, il suffit de les saupoudrer de sel.

1.25 Gare aux vers !

Il n'y aura pas de vers de terre dans vos salades ou légumes si vous ajoutez une pincée de sel à leur eau de lavage.

1.26 Domptez le lait !

Le lait a débordé ? Pour éviter la mauvaise odeur, déposez instantanément deux à trois clous de girofle sur la plaque bouillante. Efficace !

1.27 Amande à nu !

Pour que leur peau se détache toute seule, trempez les amandes pendant cinq minutes dans de l'eau bouillante.

1.28 Le pain des pleureuses

Pour ne pas pleurer en coupant des oignons, il suffit de garder un bout de mie de pain dans la bouche.

1.29 Soda pour enfants

Votre petit enfant veut lui aussi goûter à ce soda que vous autres buvez ? Mais c'est trop gazeux pour un petit estomac comme le sien ! Versez-en un peu (juste un peu) dans un verre et rajoutez-en une cuillère de sucre, les bulles l'amuseront et le soda n'aura plus de gaz !

1.30 Du lait caillé maintenant !

Vous voulez du lait caillé, là, maintenant ? Prenez du lait de vache frais et rajoutez-y un peu de vinaigre, juste un peu pour ne pas en altérer le goût ! Attendez un instant et voyez le résultat.

1.31 Bicarbonate de soude pour vos dents

Vous êtes à court de dentifrice et vous souhaitez des dents blanches pour votre rendez-vous galant ? Prenez une petite pincée de bicarbonate de soude et frottez vos dents avec. Du blanc comme vous n'en rêviez pas ! (Attention ! Ne pas utiliser quotidiennement, car le bicarbonate trop utilisé est abrasif pour la gencive)

1.32 Plat en verre ?

Votre plat en verre a perdu sa transparence ? Remplissez-le d'épluchures de pommes de terre et versez de l'eau jusqu'au bord. Laissez macérer pendant quatre heures. Ensuite videz le contenu du récipient qui sera comme neuf !

1.33 Oeufs

En cassant des oeufs au-dessus d'un entonnoir, même les enfants sauront séparer le blanc du jaune, puisque ce dernier restera dans l'ustensile et le blanc s'écoulera.

1.34 Haleine fraîche

Pour retrouver une haleine neutre après avoir absorbé un mets assaisonné d'ail, il suffit de bien mastiquer un ou deux abricots secs.

1.35 Café amélioré

Si l'on ajoute une pincée de bicarbonate de soude au café, celui-ci vous rendra moins nerveux. Et si l'on ajoute une pointe de cacao, il aura meilleur arôme.

1.36 Le verre et le chaud

Vous vous servez une bonne tisane et voici le verre qui "éclate" à cause de la chaleur ? Dorénavant, mettez votre sucre dans le verre avant de verser la tisane !

1.37 Chou-fleur et odeurs

Le chou-fleur est bon -très bon même- mais à la cuisson l'odeur laisse à désirer ! Pour y remédier, mettez un croûton de pain dans l'eau de cuisson

1.38 Peler l'ail facilement

Pour peler l'ail plus facilement tout gardant toute sa saveur, trempez vos gousses dans de l'eau très chaude pendant quelques minutes. Vous verrez, la pelure se détachera d'elle-même

1.39 Des oeufs à la coque

Pour que la coque de vos oeufs ne fonde pas dans l'eau bouillante, mettez-y du sel et en plus vous les éplucherez plus facilement

1.40 Conserver un coulis de tomate

Vous venez d'entamer une boîte de concentré de tomate et voulez garder intact le reste ? Versez une cuillère à soupe d'huile d'olive dans le bocal, cette couche d'huile protégera le concentré de tomate de l'air et le conservera plus longtemps

1.41 Mieux conserver le café

Pour que le café moulu garde son sublime parfum et son arôme, gardez-le dans un bocal hermétique que vous mettrez au réfrigérateur.

1.42 Soupe épaisse

Vous vous faites une soupe et vous vous rendez compte qu'elle est trop liquide, que vous y avez mis trop d'eau ? Pas de panique ! Rajoutez-y une petite cuillère de farine, votre soupe sera épaisse et onctueuse

1.43 Des crevettes bien roses

Quand vous achetez des crevettes crues et que vous voulez qu'elles aient une belle couleur rose une fois cuites, ajoutez des pelures d'oignons à l'eau de cuisson, c'est le même principe que l'on emploie pour colorer les oeufs de Pâques.

1.44 Plus d'écailles partout

Vous aimez le poisson ? oui ? ? moi aussi mais c'est la plaie pour ne pas retrouver des écailles partout... Alors un truc tout bête !! Écaillez votre poisson dans un sac en plastique.

1.45 Seau à glace

Très original et gratuit !! Pour servir un vin blanc ou rosé tres frais. Placez une grosse bouteille en plastique dans un seau d'eau lui aussi en plastique (plus facile a démouler) et disposez des fleurs et des feuilles dans le seau que vous remplirez d'eau a moitié. Laissez quelques heures au congélateur. Démoulez en passant le seau sous l'eau tiède,et placez y la bouteille de vin préalablement rafraichie, placez le tout sur un plat creux pour récupérer l'eau et placez sur la table !! a votre santé.

1.46 Ustensiles en bois d'olivier

Ne jamais laver les ustensiles en bois d'olivier ils deviendraient tout noirs, apres usage essuyez-les soigneusement avec du papier absorbant et réservez un chiffon pour les lustrer, vous les garderez très longtemps comme neufs. C'est ce que nous faisons en Provence !

1.47 Mieux conserver les légumes

Pour une meilleure conservation des légumes "racines" (radis, carottes, betterave...) coupez leurs feuillages avant de les mettre au frigo, car les feuilles consomment l'eau du légume et le déshydratent.

1.48 Une soupe moins acide

si vous avez mis trop de tomate dans votre soupe au point où elle est devenue acide, rajoutez une cuillère à café de sucre pour en atténuer le goût.

1.49 En manque de beurre ?

Vous n'avez plus de beurre ? Mixez de la crème fraiche épaisse avec des glaçons. Filtrez le liquide et il vous restera un beurre blanc qui fera l'affaire.

1.50 Ouvrir plus facilement les huîtres

Pour ouvrir plus facilement vos huîtres, trempez-les quelques instants dans une eau légèrement vinaigrée, ou gazeuse.

1.51 Nettoyer l'huile de friture

Il suffit de la passer dans un filtre à café ! Vous récupèrerez une huile propre et claire.

1.52 Remplacer le vin blanc dans votre sauce

Certains ne consomment pas de vin : pour éviter qu'ils boudent votre sauce, remplacez le vin blanc par 2 morceaux de sucre dissous dans du vinaigre.

1.53 En quête de fraîcheur, mais anti-clim ?

Posez simplement des bouteilles d'eau glacée devant votre ventilateur : fraîcheur garantie !

1.54 Salade de pomme de terres

Pour ne pas avoir des pommes de terre trop grasses, mettez un peu de lait au fond du saladier avant d'y verser vos tranches de pommes de terre. Le lait imbibera les tranches qui n'absorberont pas l'huile.

1.55 Sortir un bouchon de la bouteille

En voulant déboucher une bouteille de vin, vous avez enfoncé le bouchon dans la bouteille. Enfoncez alors un morceau de ficelle (assez grosse), côté boucle dans la bouteille. Arrangez vous pour que le bouchon arrive dans la boucle en inclinant la bouteille. Une fois le bouchon capturé, il ne reste plus qu'à tirer sur les deux extrémités de la ficelle pour sortir le bouchon.

1.56 Le lait qui déborde

Pour que plus jamais votre lait ne déborde de la casserole pendant sa cuisson, mettez au fond de la casserole une cuillère à café

1.57 Sel et humidité

L'humidité fait que le sel colle au fond et aux parois du récipient qui le contient. Mettez quelques grains de riz dans ce dernier pour absorber l'humidité et avoir du sel fin qui ne colle pas

1.58 Trop de sel (bis)

Vous avez eu la main lourde avec le sel ? Faites cuire dans votre préparation une pomme de terre, elle se chargera d'absorber l'excédent de sel.

1.59 Bouquet garni

Pour ne plus à s'entortiller les doigts en voulant lier un bouquet garni, utilisez un petit bracelet en caoutchouc qui supportera très bien la cuisson

1.60 Fruits abîmés

Ne jetez pas vos fruits trop mûrs ou abîmés ! Coupez-les en morceaux, et faites-les cuire dans une casserole avec un peu d'eau en remuant régulièrement. Rajoutez un peu de sucre si besoin, et dégustez ! Les enfants comme les plus grands adorent !

1.61 Des frites plus légères

Pour que vos frites soient plus légères et moins grasses, trempez-les dans du lait écrémé avant la cuisson et mettez-les sur du papier absorbant à la sortie de la friteuse.

1.62 Retirer l'odeur de poisson dans les poêles

Pour retirer les odeurs résistantes de poissons dans les poêles, faire bouillir un peu de lait dedans

1.63 Décraiser un plat très gras

Pour dégraisser un plat très gras, utilisez du marc de café.

1.64 Rendre leur transparence aux verres

Pour rendre leur transparence à vos verres tachés de calcaire plongez-les environ une demi-heure dans de l'eau froide vinaigrée (4/5 d'eau, 1/5 de vinaigre) à laquelle vous ajouterez une pomme de terre crue coupée en petits morceaux.

1.65 Du jus de citron disponible en permanence.

Pressez une dizaine de citrons, versez le jus dans des bacs à glaçons et mettez-les au congélateur. Ainsi vous avez du jus disponible en permanence et toujours frais que vous pouvez conserver très longtemps.

1.66 Rattraper une mayonnaise

Battez un jaune d'oeuf, versez petit à petit le mélange et faites monter le tout au batteur électrique.

1.67 Cuisson des viandes rouges

Pour conserver tout le jus et la tendresse d'une viande rouge, ne la salez pas avant la cuisson mais après. Le sel absorberait le jus et dessècherait la viande en cuisant.

1.68 Sauce aux moules

Après avoir fait cuire des moules à la crème, s'il me reste de la sauce, je la verse dans des sacs à glaçons que je place au congélateur. Ainsi j'ai toujours sous la main une sauce délicieuse, en petits blocs pour accompagner du riz, des pâtes etc.

1.69 Protection des aliments au congélateur

Quand je pars en voyage pour un mois je mets dans le tiroir à glaçons un bol rempli de glaçons en vrac et bien durs. Ainsi, à mon retour, si les glaçons sont toujours bien formés , je sais qu'il n'y a pas eu de panne d'électricité...(Sinon, j'aurais un seul et gros glaçon...)

1.70 Remplir des pots de confiture intelligemment

Pour remplir les pots de confiture sans salir le bord, coupez le haut d'une bouteille d'eau minérale qui vous servira d'entonnoir jetable.



2 SOINS

2.1 Une peau plus claire

Râper du savon de Marseille dans un bol puis verser de l'eau oxygénée à 10 volume, mélanger jusqu'à obtention d'une crème onctueuse, appliquer sur la peau, laisser agir durant 15 min puis rincer à l'eau tiède : vous serez agréablement surprises ! cela s'applique aussi sur le visage !

2.2 Conseils pour petits bobos

Il nous arrive à tous de nous blesser et de ne pas avoir ce qu'il faut dans nos pharmacies familiales. Mais notre maison recèle des trésors dont nous n'avons pas toujours connaissance.

- En cas de brûlure légère, appliquez un peu de dentifrice. cela va vous soulager
- En cas de maux de gorge, prenez une petite cuillère d'huile d'olive au coucher durant 2 à 3 jours
- En cas de conjonctivite, mettez une goutte de jus de citron dans l'oeil lorsqu'il est sain.

Les aliments dits "alicaments" à avoir toujours chez soi, sont :

- Le miel
- L'huile d'olive
- Le persil
- L'oignon
- Le citron

Mais rappelez vous que rien, ni personne, ne peut se substituer à votre médecin, et qu'en

cas de doute, il vous faut consulter sans attendre.

2.3 Contre les cicatrices

L'huile de rose musquée est un excellent cicatrisant. Faire une cure de vitamine C (500mg à 1000mg par jour) Cette vitamine est indispensable pour renforcer le collagène. Quand les aliments ne fournissent pas assez de vitamine C, le collagène s'affaiblit et les blessures guérissent plus lentement. L'intégrité des tissus, la robustesse de la peau, dépendent de la vitamine C.

Quand une plaie met longtemps à cicatriser, cela peut être le signe d'une carence en zinc. Le germe de blé est une source intéressante de zinc. La pommade de souci est un excellent cicatrisant. L'huile de ricin tiède donne aussi d'excellents résultats pour effacer certaines cicatrices.

2.4 Contre l'alcoolisme

Mettre une grosse poignée de feuilles de chêne séchées pour une tasse d'eau, faire bouillir pendant 15 à 20 minutes. Filtrer, laisser refroidir, ensuite mettre 30 gouttes dans un litre de vin. Cette préparation ne donne aucune odeur au vin et ne rend pas malade. L'effet se fait sentir après quelques jours.

2.5 Soulager une crampe nocturne

Quoi de plus désagréable que d'être arraché au sommeil par cette douleur qui vous transperce le mollet ou la cuisse comme une lame de couteau ? même très brève, la contracture est parfois tellement forte que les muscles sont encore endoloris au cours des heures qui suivent le réveil.

- Pour faire cesser la douleur, un seul remède, étirez le muscle. Marchez sur la pointe des pieds nus, de préférence sur du carrelage. ou tirez sur le gros orteil de la jambe atteinte. La crampe passée, buvez de l'eau et massez le membre endolori.
- Si ces épisodes se répètent, placez du savon de Marseille au fond du lit. farfelu, pensez-vous ? Ce remède de bonne femme a pourtant une explication scientifique : le véritable savon de Marseille est élaboré à base de potasse. Or, souvent, les crampes nocturnes sont dues à un déficit en potassium intracellulaire : les ions de potassium issus de la potasse pénètrent la peau et se fixe à l'intérieur des cellules musculaires.

Parallèlement, corrigez vos habitudes alimentaires. Buvez au moins 1,5 litre d'eau minérale chaque jour. consommez moins de sel, de café, de thé, et d'alcool. Privilégiez les aliments riches en magnésium et en calcium qui contribuent au bon fonctionnement des muscles, germes de blé, abricots secs, produits laitiers ?

2.6 Pour soigner les angines

Versez 2 cuillerées à soupe de gros sel gris dans un bol d'eau tiède. Diluez. Utilisez matin et soir en gargarismes. C'est affreusement mauvais, mais terriblement efficace.

2.7 Vinaigre de bain

Mettez dans une casserole 50 cl de vinaigre de pomme et 50 cl d'eau. Portez ce mélange à ébullition. Retirez la casserole du feu. Ajoutez 300 g de menthe pouliot. Laissez infuser douze heures. Filtrez avec une mousseline. Mettez en bouteille, fermez hermétiquement et étiquetez. Versez l'équivalent d'une tasse dans votre bain. Ce vinaigre de bain est antiseptique et tonifiant.

2.8 Torticolis

Prenez une bonne poignée d'origan, écrasez grossièrement la plante et mettez-la dans un sac de tissu fin. faites chauffer de l'eau dans une casserole couverte. Mettez le sachet d'origan sur le couvercle et attendez qu'il soit bien chaud pour le poser sur votre nuque endolorie.

2.9 Piqûres d'insectes

Que faire en cas de piqûres d'insecte ? ben arrêtez de sautiller partout. et ensuite il suffit de mouiller un morceau de sucre et de le mettre sur la piqûre. ou bien juste appliquer un peu d'huile d'olive et masser la zone de piqûre.

2.10 Décoction aux céréales

Mélangez 5 g de racine de pissenlit, 3 g d'absinthe, 20 g de blé, 20 g d'orge, et 20 g d'avoine. Faites bouillir 100 g du mélange dans un litre et demi d'eau, jusqu'à réduction de moitié. Décantez. Faites bouillir à nouveau et versez sur de la menthe ou sur une autre plante aromatique. Laissez infuser 10 minutes. Sucrez au miel. Buvez-en (en cas d'anémie) plusieurs fois dans la journée.

2.11 Palme d'argent pour la Pomme

La Pomme est le fruit le plus répandu. Il se conserve longtemps, il est le plus facile à trouver tout au long de l'année et se décline en nombreuses variétés. Mais connaissez-vous ses bienfaits ?

- Mangée le soir, elle a des vertus apaisantes.
- Savez-vous qu'en mangeant au moins 2 pommes par jour, vous baissez votre taux de cholestérol.
- Et si vous ne pouvez pas vous brosser les dents, la pomme s'en chargera pour vous. Non seulement elle les nettoie, mais en plus, elle les fortifie.

C'est donc presque une nécessité d'en avoir dans notre panier à fruits. Vous en trouverez forcément une que vous adorerez. Croquez la vie !

2.12 Du riz pour une ch'tite gastro !

Cuire du riz, n'en prendre que le jus auquel vous rajouterez de la grenadine et le boire ; simple et efficace ! *?d'après ambre*

2.13 Bicarbonate de soude pour vos dents

Vous êtes à court de dentifrice et vous souhaitez des dents blanches pour votre rendez-vous galant ? Prenez une petite pincée de bicarbonate de soude et frottez vos dents avec. Du blanc comme vous n'en rêviez pas ! (Attention ! Ne pas utiliser quotidiennement, car le bicarbonate trop utilisé est abrasif pour la gencive)

2.14 Cystite

Si vous souffrez d'une cystite, répétitive ou non, prenez une cuillère à soupe de sirop d'air-elle tous les matins.

2.15 Un moment de détente

Si vous ressentez les tensions d'une journée fatigante, faites vous couler un bain tiède dans lequel vous y ajouterez 3 gouttes d'huile essentielle de lavande ou d'oranger . J'insiste sur les 3 gouttes seulement, c'est très important. Plongez-vous dedans, mettez un gant frais sur vos yeux, et détendez-vous en vous delectant de ces effluves. Vous pouvez également mettre 2 gouttes d'huile essentielle sur vos oreillers. L'oranger détend ,et la lavande détend et soulage les maux de gorge et les nez bouchés. Bon repos à tous.

2.16 Prenez soin de vos émotions

Le centre de toutes nos émotions, se trouve au niveau de notre abdomen. C'est pourquoi il est très important d'en prendre soin. Pour cela , il vous suffit de prendre quelques instants.

- Installez-vous dans un endroit tranquille de votre maison
- Couchez-vous sur le dos une main sur votre poitrine et l'autre sur votre ventre
- Respirez normalement , et au bout de 5 fois, inspirez le plus possible pour faire gonfler votre ventre au maximum, puis expirer le plus longtemps et le plus fort possible. Comme pour tout vider. Le ventre doit gonfler en premier et ensuite le thorax.
- Recommencer ainsi 5 fois. Respiration normale, puis maximale.
- Attendez quelques minutes avant de vous relever, et faites le progressivement.

Ceci est la respiration ventrale qui nous permet une meilleure gestion de notre stress et de nos émotions. Elle est aussi recommandée pour les personnes atteinte de cancer. Si vous n'avez pas l'habitude de cette respiration ventrale, il se peut que vous n'y arriviez pas dès le début. Il se peut aussi que vous pleuriez, que vous bailliez, que vous riiez, sans aucune raison. Tout ceci est normal, car vous avez touché votre centre émotionnel. Au bout de quelques temps vous vous sentirez plus détendu, plus serein. N'hésitez pas à me faire part de vos commentaires.

2.17 Après rasage génial !

Peau très sensible et le rasage vous fait mal ? Dilluez un peu de bicarbonate de soude dans une tasse d'eau tiède et appliquez-en ! :) Attention à ne pas abuser, une pincée de bicarbonate de soude suffit !

2.18 Rage de dent nocturne

Il est minuit et vous avez une de ces rages de dent insupportables ! ? Une verre d'eau auquel vous ajouterez une cuillère de sel, et rincez-vous la bouche avec.

2.19 Stopper le hoquet

Manger 1 morceau de sucre trempé dans du vinaigre, c'est dégueulasse mais ça marche à tout les coups !

2.20 Stopper le hoquet (bis)

Allongez-vous, placez une main sur votre diaphragme et respirez profondément en gonflant le ventre (respiration abdominale). Mettez le plus d'air possible "à l'endroit où ça fait mal". Votre hoquet va disparaître comme par enchantement.

2.21 Relaxation

Un petit coup de blues ? Alors allongez-vous un peu, fermez les yeux, respirez profondément et détendez vos muscles. Maintenant pensez à quelque chose d'heureux et qui vous tient vraiment à coeur et imaginez le déjà réalisé. Vous verrez vous sentirez mieux rapidement !

2.22 Pierre d'alun et rasage

Messieurs, deux conseils de rasage que vous connaissez peut-être. Rasez-vous le matin au réveil, car après une journée de travail, la peau est fatiguée et facilement irritable le soir. Secundo, ne vous privez pas des bienfaits de la pierre d'alun. Une pierre naturelle antiallergique, non polluante, qui facilite la cicatrisation et adoucit la peau !

2.23 Piqures d'orties

Si vous vous piquez avec des orties, trouvez trois herbes différentes et frottez la zone douloureuse avec ces trois herbes (en même temps). La douleur se calmera

2.24 Rage de dent (bis)

Pour soulager une rage de dent avec une carie, ou dont le plombage n'a pas tenu, imbibe un peu de coton d'huile d'olive et posez-le sur la dent

2.25 Soulager un mal de tête

Pour soulager un mal de tête sans avoir recours aux médicaments, massez votre tête avec du vinaigre.

2.26 Des cheveux en pleine santé

Avant le shampoing, massez le cuir chevelu avec un jaune d'oeuf. Dans la dernière eau de rinçage, ajoutez un peu de vinaigre.

2.27 Coudes et talons rugueux

Pour éviter d'avoir les coudes et les talons rugueux, frictionnez souvent avec une rondelle de citron.

2.28 Soigner un mal de gorge

Mettez deux cuillerées de sucre et trois autres de miel dans du jus de citron, chauffez à feu doux et prenez-en le plus chaud possible et sans boire d'eau après. Mais nous ne le dirons jamais assez ; consultez votre medecin !

2.29 Des dents plus blanches

La nicotine a fini par jaunir vos belles dents ? Brossez-les deux fois par semaine avec une brosse trempée dans du jus de citron "nature".

2.30 Ongles vernis

Pour des ongles magnifiques, ajoutez un peu d'huile à votre vernis et passez le mélange sur vos ongles.

2.31 Stopper le hoquet (ter)

Pour faire passer rapidement le hoquet, avalez 5 gouttes de jus de citron.

2.32 Durcir ou blanchir vos ongles

Pour durcir ou blanchir les ongles trempez les deux fois par semaine dans de l'eau tiède additionnée de citron. P.S. pour les blanchir plus rapidement plongez les dans du jus de citron pur.

2.33 Lèvres douces

Pour avoir des lèvres douces frottez-les avec une brosse à dents légèrement mouillée.

2.34 Meilleure mine

Le matin quand vous vous reveillez avec les yeux gonflés ou après un gros chagrin, appliquez sur vos paupières un coton imbibé de lait froid, vos yeux seront plus jolis à voir.

2.35 Bonne mine

Si vous voulez avoir une bonne mine, chaque matin buvez à jeun un grand verre de jus d'orange frais.

2.36 Pointes des cheveux sèches

Pour leur redonner vie, faites tremper des bâtons de cannelle dans de l'alcool à 70° pendant 15 jours. Frictionnez-vous ensuite les cheveux avec ce produit, après les shampooing.

2.37 Allergies aux bijoux

Si vos bracelets, vos bagues ou vos montres vous causent des rougeurs et d'autres gênes, si vous en êtes allergiques, enduisez le revers du bijou (la partie en contact avec votre peau) de verni à ongles transparent pour que votre peau n'ait plus aucun contact avec le métal (or, argent ou autre)

2.38 Problème de constipation

Vous avez des problèmes de constipation mettez trois pruneaux dans un verre d'eau. Le lendemain matin, buvez l'eau et mangez les pruneaux c'est très efficace !

2.39 Contre les mains gercées

Mélangez le jus d'un citron, deux cuillères à café de miel et deux cuillères à café de glycérine et appliquez cette préparation sur vos mains plusieurs fois par jour

2.40 Soulager des coups de soleil

Pour soulager vos coups de soleil frottez-vous les zones touchées avec des rondelles de pommes de terre

2.41 Soulager une insolation

Si vous avez attrapé une insolation, mettez de l'eau froide dans un verre, recouvrez-le d'un torchon, allongez-vous et mettez le côté torchon du verre sur votre front.

2.42 Contre les mains rouges

Trempez-les dans de l'eau chaude salée, puis vous massez-les avec de l'huile d'olive

2.43 Contre les pellicules

Laisser tremper pendant quinze jours 50 g de feuilles de buis hachées menu dans 1/2litre d'eau-de-vie ou de rhum. Filtrer la lotion et l'appliquer chaque soir sur le cuir chevelu en massant doucement.

2.44 Soulager un mal de gorge

Coupez deux pommes de terre de tailles moyenne, mettez-les dans un bas en nylon et appliquez autour du cou durant la nuit. Mais rien ne vaut l'avis de votre medecin !

2.45 Boutons de fièvre

Mettez du dentifrice dessus, ça part assez rapidement !!

2.46 Piqûres d'insecte

Pour calmer la douleur quand vous avez été piqué par un insecte, couper une rondelle dans le coeur d'un poireau et appliquez-la sur la zone douloureuse.

2.47 Calmer les spasmes

Pour stopper les spasmes lors d'une indigestion, buvez quelques gorgées de coca-cola. Vous stoppez ainsi les vomissements et vous retrouverez un peu d'énergie grâce au sucre contenu dans cette boisson.

2.48 Anti-pellicules fait maison

Frictionnez votre cuir chevelu avec 1 cuillère de gros sel gris marin mélangé à un demi verre d'eau. Garder 15 minutes et rincer. A faire 2 fois par semaine.

2.49 Soigner ses boutons d'acnés

Diluer un peu de poudre d'argile verte avec de l'eau minérale ou florale, et mettre la pâte obtenue sur les boutons toute la nuit. Ils s'assècheront très vite. (Mettre uniquement sur les boutons, pas sur tout le visage).

2.50 Nettoyer et Purifier le visage

Faire un masque à l'argile verte diluée avec de l'eau minérale ou florale, poser pendant 15 minutes et rincez. Utiliser ensuite votre crème hydratante habituelle. Les pores du visage se raffermiront, et le teint devient éclatant. A faire une ou deux fois par semaines, selon l'état de la peau.

2.51 Masque antirides à l'argile

Mélangez 2 cuillères d'argile verte avec 2 cuillères d'huile de maïs. Gardez cette pâte sur le visage pendant 15 à 20 mn. enlevez à l'eau tiède.

2.52 Gommage tout simple au sucre

Mélangez 2 cuillères à soupe de sucre avec 3 cuillères à soupe d'eau tiède. Appliquez cette préparation sur votre visage et gomez. Puis rincez à l'eau tiède.



3 NETTOYAGE

3.1 Nettoyer un plat dont le contenu a brûlé

Recouvrir largement d'eau le contenu brûlé et rajouter de la lessive (pour linge). Laisser bouillir : le contenu se décolle tout seul

3.2 Rénovez vos CD rayés

Très simple ! Prenez du dentifrice -un peu et étalez en sur votre CD, rincez, ensuite essuyez avec un bout de tissu propre. Le CD redevient comme neuf !

3.3 Enlever les puces des vieux planchers

Premier réflexe pour enlever les puces : passer l'aspirateur à fond en insistant sur les plinthes, le plancher, les tapis, sans oublier la literie. Penser à mettre des produits anti-parasitaires dans le sac et jeter-le après utilisation. Nettoyer à la vapeur les tapis et moquettes et passer à l'eau chaude savonneuse tous les endroits fréquentés par tes animaux domestiques si vous en avez. Pour la nuit, disposer au centre de la pièce un plat rempli d'eau avec une bougie allumée au milieu : les puces, attirées par la lumière, viendront s'y noyer.

3.4 Bien préparer ses murs avant travaux

Si vous souhaitez changer de décor pour débiter une rentrée en beauté, ou simplement par besoin, voici quelques petits conseils simples.

Ayez toujours à portée de main, une spatule de préférence de plâtrier, elle évite les trous dans le mur pour les débutants, des chiffons, et un cutter. Si vos murs sont recouverts de tapisserie :

- Décollez la plus grosse couche avec une spatule et vos mains (Ça marche très bien aussi)
- Mouillez le reste avec une éponge et de l'eau très chaude
- Attendez quelques instants (pas trop longtemps, sinon il faudra recommencer à mouiller) et décollez à la spatule
- Une fois les murs secs, bouchez les trous au besoin, avec de l'enduit de rebouchage
- Une fois l'enduit sec, poncez vos murs avec du papier à poncer, grain fin.

Vous pouvez maintenant, recouvrir vos murs de tapisserie ou peinture. Sachez qu'en fonction de la matière de votre rouleau, le résultat sera différent. Si vous souhaitez du lisse, prenez un rouleau en mousse. Si vous souhaitez un style "sablé fin" prenez un rouleau mohair. Bon travaux à tous ?

3.5 Toile d'araignée

Pour inviter les araignées qui envahissent votre cave, à aller tisser leur toiles ailleurs, faites appel au chlore dont elles n'apprécient pas l'odeur !

3.6 Nettoyer ses mains après des travaux de peinture

Vous venez de refaire la peinture de votre chambre, et vos mains sont toutes tâchetées de peinture ? Lavez-les avec un peu d'essence ou de diluant avant de les laver à l'eau et au savon.

3.7 Eliminer les fourmis

Laver avec de l'eau de javel ! Ca les empêche d'y revenir pendant un petit peu de temps. Le mieux c'est d'acheter le produit que vous mettez sur leur route, elles marchent dedans, elles le ramènent dans leur abri et en elles meurent toutes. Quelques étages ne les arrêtent pas.

3.8 Des bijoux reluisants

Plongez vos bijoux en argent dans de la pulpe de melon, oui, oui "melon" ! Laissez-les y pendant une heure environ, après rincez-les à l'eau claire et le résultat sera ? "brillant" !

3.9 Attention Calcaire, voici Vinaigre

Si vos robinets sont couverts de calcaire bien incrusté, faites bouillir du vinaigre de cristal, appliquez-le sur les traces de calcaire et laissez-le agir. L'odeur du vinaigre qui boue est nauséabonde, mais le résultat est lui sans équivoque !

3.10 oups ! je me suis assis sur du chewing gum !

Le pantalon peut encore servir !! Prenez des glaçons et mettez-les sur l'endroit où le chewing-gum s'est collé pour qu'il durcisse. Une fois le chewing gum durci frottez et il partira en poussière.

3.11 Oignons, poissons, odeur & co.

Pour éliminer la mauvaise odeur d'un ustensile ayant servi à frire des oignons ou du poisson, lavez-les, et ensuite prenez quelques feuilles de thé humides et frottez-les avec.

3.12 Taches de fruits

Pour otter des taches de fruits sur des vêtements en laine ou en soie, frottez-les avec du vinaigre blanc et rincez avec de l'eau tiède.

3.13 Plus de mites dans vos armoires !

Prenez des oranges fraîches, piquez-les de quelques clous de girofle et mettez-les dans votre armoire. Vous verrez, les mites y succomberont !

3.14 Robinet de lavabo étincelant

Les robinets de lavabo seront toujours étincelants si vous les frottez avec de la cendre de cigarette.

3.15 Rage des taches

Pour enlever une tache de stylo sur un vêtement, mouillez l'endroit avec de l'alcool pur, chauffé au bain-marie dans un flacon fermé.

3.16 Rouge à lait

Les taches à base de tomate disparaissent si on les frotte avec du lait. Il faut bien imbiber pour avoir un très bon résultat.

3.17 Le baume de vache

Pour chasser l'odeur de moisi dans vos meubles anciens, placez-y un récipient de lait bouillant. A retirer après refroidissement du lait.

3.18 Nettoyage simplifié et écologique des sols

Travaillant dans le domaine du nettoyage industriel - et ayant auparavant travaillé dans l'hôtellerie, j'ai fait connaissance avec les tissus "microfibres". Ce sont des tissus spéciaux, qui ne demande que de l'eau bien chaude. Pour nettoyer un parquet, un seau d'eau chaude, une microfibre humidifiée puis bien essorée, un balai brosse, et cela fera des miracles.

3.19 Ramasser les poussières sans balayette

Quand on passe un balai - même si l'aspirateur est plus hygiénique - il reste toujours des poussières quand on ramasse le tas avec la pelle. Il y a un petit truc quand on utilise un balai "plat". C'est de ramasser les restes avec l'angle du balai au lieu d'utiliser sa largeur.

3.20 Du Coca pour nettoyer

Pour nettoyer votre argenterie, prenez du Coca-Cola ! Elle sera toute brillante !

3.21 Bichonnez vos toilettes avant de partir en voyage

Quoi qu'on fasse, quand on s'éloigne longtemps de chez soi, les mauvaises odeurs remontent des cuves de toilettes demeurées sans entretien. Pensez à verser un peu d'huile usée dans la cuve avant de partir en voyage, la couche d'huile empêchera la remontée des odeurs !

3.22 Taches de sang

Pour enlever des taches de sang, faites tout simplement tremper le vêtement dans de l'eau froide sans lessive. Après une heure ou deux, les taches partiront facilement.

3.23 Faire briller le cuivres et d'autres métaux

Pour faire briller vos cuivres et autres objets en laiton, prenez du papier journal, l'encre d'imprimerie est à base de pétrole et c'est celui ci qui se charge de nettoyer vos objets

3.24 Ciselures de cuivres

Pour les cuivres ouvragés, préparez une pâte avec 15 g de blanc d'Espagne ou de meudon, 5 g de cristaux de soude, 40 g d'alcool à brûler et 125 g d'eau. Passez cette pâte avec un pinceau souple en insistant sur les ciselures laissez sécher et frottez avec un chiffon, pour éliminer les dernières traces de blanc dans les ciselures passez la moitié d'un citron et rincez à l'eau tiède

3.25 Taches de calcaire

Pour éviter les vilaines taches blanches sur vos robinets chromés, pensez à les essuyer chaque fois que vous les avez utilisés, ça deviendra un réflexe et la corvée de détartrage ne sera plus qu'un souvenir. Si le mal est fait pas de panique, du vinaigre d'alcool (crystal) très chaud en viendra à bout.

3.26 Peau de chamois

Pour garder votre peau de chamois bien propre, lavez-la dans une eau tiède savonneuse additionnée d'une cuillère à café de bicarbonate de soude, rincez et faites sécher à l'ombre en l'étirant de temps en temps pour lui conserver sa souplesse.

3.27 Désodorisants d'aspirateur

Les désodorisants que l'on place dans le sac des aspirateurs coûtent assez cher, j'ai résolu le problème en mettant dans le sac un coton imbibé d'huiles essentielles (lavande, jasmin etc.) résultat appréciable.

3.28 Plus de tabac sur les doigts

Pour enlever les taches de tabac sur les doigts, trempez-les dans de l'eau de javel tiède, puis dans du jus de citron.

3.29 Nettoyer l'huile de friture

Il suffit de la passer dans un filtre à café ! Vous récupèrerez une huile propre et claire.

3.30 Des dents plus blanches

La nicotine a fini par jaunir vos belles dents ? Brossez-les deux fois par semaine avec une brosse trempée dans du jus de citron "nature".

3.31 Entretenir ses meubles

Pour entretenir vos meubles en bois, évitez les cires contenant du silicone qui va certes les faire briller, mais aussi empêcher le bois de respirer. Pour les nettoyer à fond, un chiffon imbibé d'essence de thérebentine et une bonne cire d'abeille pour finir conservera vos meubles en bonne santé. N'oublions pas que le bois est vivant.

3.32 Problèmes d'odeur dans vos canalisations

Le plus efficace est de faire un nettoyage en profondeur. Pour cela, il vous suffit de démonter vos syphons . A condition que ceux-ci se dévissent et ne soient pas soudés.

- Mettez un seau ou une cuvette en dessous, et retirez toutes les saletés qui se trouvent dans vos syphons.
- Nettoyez les éléments du syphon avec de l'eau savonneuse et une vieille brosse à dent.
- Démontez la bonde, qui est la partie métallique qui permet l'écoulement de l'eau dans le lavabo, en le dévissant. Vous serez surpris de ce que vous allez y trouver. Bien nettoyer les rebords.
- Une fois le grand nettoyage terminé, remonter tous les éléments , et vérifiant bien que vous n'avez pas perdu de joint.
- Faites un essai en ouvrant le robinet à fort débit, afin de vous assurer qu'il n'y a pas de fuite.

-
- Ensuite entretenez vos siphons en versant régulièrement un peu d'eau de javel dans vos canalisations, le soir au coucher.

Ainsi fini les odeurs désagréables qui perturbent votre odorat, ainsi que les moucheron qui sortent dont on ne sais où. Bonne vie saine à tous.

3.33 Bouilloire neuve

Afin de nettoyer le calcaire et les taches qui tapissent le fond d'une bouilloire il suffit de mettre du jus d'orange pur dedans et de faire bouillir deux fois ou plus selon l'état de votre bouilloire. Elle sera comme neuve.

3.34 Comment nettoyer une "grande" surface

Voici un petit truc acquit par mon expérience dans le nettoyage industriel.

Si vous avez besoin de nettoyer une surface assez grande et que vous n'avez qu'un simple balai-serpillère "faubert" (ceux avec des franges, comme une pieuvre), le plus économique en temps et en effort est de faire des "S" et non des mouvements "droits".

Essayer, vous serez vite convaincu par le résultat !

3.35 Les taches de café

Pour enlever les taches de café sur de la soie ou de la laine : il faut les frotter avec un tampon d'ouate imbibé de glycérine, rincez ensuite avec de l'eau tiède et séchez en repassant à l'envers sous un linge.

3.36 Nettoyer des pinceaux de couleur séchés

Pour nettoyer des pinceaux de couleur séchés, faire bouillir du vinaigre et placer les pinceaux pendant un moment dans ce vinaigre bouillant.

3.37 Nettoyer les vitres

Pour nettoyer les vitres facilement, utilisez du papier journal humide.

3.38 Tache de stylo bic

Pour enlever une tache d'encre de stylo bic sur un linge vaporiser directement de la laque pour cheveux sur l'endroit ensuite frotter la tache entre les mains et laver normalement.

3.39 Grattoir à vitres

Si vous n'avez pas de grattoir à vitres pour enlever du silicone par exemple ; il suffit de faire une encoche à un bouchon en liège et d'y mettre la lame de rasoir . Ainsi pas de risques de coupure !

3.40 Araignées

Un bon truc contre les araignées ! Mettez des châtaignes ! Cela les éloigne !

4

MAISON

4.1 Plus de longévité pour vos bougies

Faire tremper ses bougies dans de l'eau très salée une journée entière avant de les utiliser et le tour est joué !

4.2 Toile d'araignée

Pour inviter les araignées qui envahissent votre cave, à aller tisser leur toiles ailleurs, faites appel au chlore dont elles n'apprécient pas l'odeur !

4.3 Peinture de pro

Pour peindre vos murs comme un pro, rien ne vaut une peinture bien liquide, ce qui n'est pas le cas généralement ! Pour ce, laissez votre pot de peinture au soleil, ou mettez-le dans une bassine d'eau chaude et la chaleur vous donnera la meilleure peinture qui soit ! Une peinture bien plus facile à étaler.

4.4 Eliminer les fourmis

Laver avec de l'eau de javel ! Ca les empêche d'y revenir pendant un petit peu de temps. Le

mieux c'est d'acheter le produit que vous mettez sur leur route, elles marchent dedans, elles le ramènent dans leur abri et en elles meurent toutes. Quelques étages ne les arrêtent pas.

4.5 Attention Calcaire, voici Vinaigre

Si vos robinets sont couverts de calcaire bien incrusté, faites bouillir du vinaigre de cristal, appliquez-le sur les traces de calcaire et laissez-le agir. L'odeur du vinaigre qui boue est nauséabonde, mais le résultat est lui sans équivoque !

4.6 Plus jamais de plis sur vos bottes en cuir !

Les bottes en cuir dont vous ne vous servez pas ont tendance à avoir ces plis tellement moches et qui les rendent difficiles à enfiler. Solution toute simple : mettez dans vos bottes des bouteilles en plastique (comme celles de l'eau minérale) ça les redressera.

4.7 Une fuite de gaz ? Vérifiez !

Vous pensez avoir une fuite de gaz ? Très simple de vérifier ! N'allumez pas de feu, ni même l'électricité (vaut mieux être sûr) Prenez un peu d'eau , rajoutez-y de la lessive ou du savon et mettez-en sur vos tuyaux ou sur votre bouteilles de butane et voyez si vous avez des bulles de savon qui se créent.

4.8 De la lavande dans vos armoires !

Pour parfumer le linge et éloigner les mites, confectionner de petits sachets de tissu puis les remplir de fleurs de lavande et les suspendre dans vos armoires et vos placards.

4.9 Les gestes écologiques (2)

Face à la menace du changement climatique, on se croit impuissant. Eh non ! Il y a un tas de petites choses à faire, ou à ne pas faire, dans son quotidien de tous les jours. Nous traiterons dans une série de petites astuces, des règles simples à respecter pour une vie plus écolo.

4.9.1 Habiter écolo

- Choisir l'électricité verte

-
- Choisir les ampoules à basse consommation, mais penser à les recycler à la déchetterie à cause du mercure qu'elles contiennent
 - Construire avec des matériaux écologiques
 - Economiser l'eau
 - Eviter de surchauffer son appartement
 - Eviter tant que possible la climatisation
 - Installer des radiateurs plus efficaces, penser à l'isolation de la maison (double vitrage...)
 - Liquides vaisselle écolabélisés et la juste dose
 - Ne pas laisser d'appareils en veille
 - Pas de lumière inutile
- à suivre ?

4.10 Plus de mites dans vos armoires !

Prenez des oranges fraîches, piquez-les de quelques clous de girofle et mettez-les dans votre armoire. Vous verrez, les mites y succomberont !

4.11 Calin caoutchouc ? !

Votre chat mue ? Metez un gant en caoutchouc pour le caresser. Les poils resteront sur le gant. Voilà de quoi de faire le ménage à chaque fois que vous voyez un poil de chat !

4.12 Du vinaigre pour votre jean

Vos superbes jeans font votre fierté mais vous ne voulez pas qu'ils perdent leurs couleurs ? Avant de les laver pour la première fois, plongez-les dans du vinaigre blanc, ce dernier fixera leurs belles couleurs

4.13 Bichonnez vos toilettes avant de partir en voyage

Quoi qu'on fasse, quand on s'éloigne longtemps de chez soi, les mauvaises odeurs remontent des cuves de toilettes demeurées sans entretien. Pensez à verser un peu d'huile usée dans la cuve avant de partir en voyage, la couche d'huile empêchera la remontée des odeurs !

4.14 Serrure têtue

Votre clef coince et ne tourne pas bien dans la serrure ? Trempez-la (votre clef bien sûr !) dans de l'huile d'olive quelques instants et mettez-la dans la serrure, vous verrez comme ça glisse !

4.15 Le Tiroir qui énèrve

Vous finissez toujours par lui donner un coup de pied pour qu'il se ferme ou à tirer comme un fou pour qu'il s'ouvre ? Frottez les guides de votre tiroir avec une bougie, la cire facilitera la glisse.

4.16 Oust ! les mouches !

Mettez des tiges et des feuilles de tomates dans un vase, les mouches fuiront ! Simple et pratique !

4.17 Fermeture éclair qui coince

Si la fermeture éclair de votre pantalon ou de votre veste ou même de votre tente coince, frottez-la avec un crayon ou un morceau de paraffine

4.18 Après rasage génial !

Peau très sensible et le rasage vous fait mal ? Dilluez un peu de bicarbonate de soude dans une tasse d'eau tiède et appliquez-en ! :) Attention à ne pas abuser, une pincée de bicarbonate de soude suffit !

4.19 Comment reconnaître si un mur est porteur ou pas

On le reconnaît suivant la qualité et l'épaisseur de celui-ci, en effet, le mur porteur soutient soit une poutre maîtresse de la charpente, soit le plafond, à ne pas confondre avec les murs maîtres qui eux sont les murs extérieurs, le mur porteur est en général, pour les bâtiments pas trop anciens en béton ou en aggloméré (parpaing) d'au moins 25 cm d'épaisseur, par contre les cloisons sont elles en briques, en placoplâtre ou carré de plâtre, d'épaisseur de 5 à 6 cm.

4.20 Poils d'animaux sur vêtements

Pour retirer les poils d'animaux sur un vêtement, enroulez une bande de scotch autour de votre main et passez la sur le vêtement les poils resteront collées

4.21 Lave main

Ne jetez surtout pas les savonnettes et les morceaux de savon trop petits. Quand vous achetez de l'ail, gardez le filet en plastique remplissez-le des morceaux de savon, attachez solidement et servez-vous en pour laver vos mains. Le tissage plastique du filet les récupérer en douceur. Idéal au garage pour monsieur ou dans la salle de bains pour les enfants et ce qui ne gache rien efficace et gratuit !!

4.22 Utilisation des bocaux

On les trouvent partout et de toutes les tailles, ils ont contenu des légumes, du paté et pour les plus petits des cèpres ou du poivre vert, il y a une bonne façon de les réemployer. Pour le garage, il suffit de visser les couvercles sous une étagère et de les remplir avec des clous, des vis, des rondelles, enfin de tout ces petits objets qui ont tendance à se renverser au fond des tiroirs et qui prennent beaucoup de place, on pourra voir d'un coup d'oeil le contenu.

4.23 Bonnes odeurs dans la maison

Bientôt l'hiver ! pour que la maison sente bon, mettre des saturateurs remplis d'eau auxquels on aura ajouté des huiles essentielles (lavande, violette ou autres a votre convenance) suspendez-les aux radiateurs du chauffage central et en s'évaporant l'eau répandra une agréable odeur dans toute la maison

4.24 Plus de mouches !

Pour éliminer les mouches, rien de plus simple. Placez une bassine ou autre recipient assez grand sous une lampe allumée, remplie d'eau. Ajoutez un peu de liquide vaisselle ou d'huile. Les mouches, attirées par la lumière, tomberont dans l'eau et seront piégées par le liquide visqueux !

4.25 Désodorisants d'aspirateur

Les désodorisants que l'on place dans le sac des aspirateurs coûtent assez cher, j'ai résolu le problème en mettant dans le sac un coton imbibé d'huiles essentielles (lavande, jasmin etc.) résultat appréciable.

4.26 Ustensiles en bois d'olivier

Ne jamais laver les ustensiles en bois d'olivier ils deviendraient tout noirs, après usage essuyez-les soigneusement avec du papier absorbant et réservez un chiffon pour les lustrer, vous les garderez très longtemps comme neufs. C'est ce que nous faisons en Provence !

4.27 Entretenir ses meubles

Pour entretenir vos meubles en bois, évitez les cires contenant du silicone qui va certes les faire briller, mais aussi empêcher le bois de respirer. Pour les nettoyer à fond, un chiffon imbibé d'essence de thérbentine et une bonne cire d'abeille pour finir conservera vos meubles en bonne santé. N'oublions pas que le bois est vivant.

4.28 Pompons pour enfants

Pour décorer la chambre des enfants et les occuper les jours de pluies, faites-leur réaliser des pompons géants de toutes les couleurs avec des restes de laines, que vous accrocherez au plafond à différentes hauteurs. Si vous avez de vieux disques 45 tours, ils seront parfaits pour la réalisation des pompons.

4.29 Masque à gaz

En cas d'incendie, munissez-vous d'un mouchoir trempé d'eau. recouvrez-en votre bouche et votre nez ; ainsi vous ne respirerez pas la fumée.

4.30 Problèmes d'odeur dans vos canalisations

Le plus efficace est de faire un nettoyage en profondeur. Pour cela, il vous suffit de démonter vos siphons. À condition que ceux-ci se dévissent et ne soient pas soudés.

-
- Mettez un seau ou une cuvette en dessous, et retirez toutes les saletés qui se trouvent dans vos syphons.
 - Nettoyez les éléments du syphon avec de l'eau savonneuse et une vieille brosse à dent.
 - Démontez la bonde, qui est la partie métallique qui permet l'écoulement de l'eau dans le lavabo, en le dévissant. Vous serez surpris de ce que vous allez y trouver. Bien nettoyez les rebords.
 - Une fois le grand nettoyage terminé, remonter tous les éléments, et vérifiant bien que vous n'avez pas perdu de joint.
 - Faites un essai en ouvrant le robinet à fort débit, afin de vous assurer qu'il n'y a pas de fuite.
 - Ensuite entretenez vos syphons en versant régulièrement un peu d'eau de javel dans vos canalisations, le soir au coucher.
- Ainsi fini les odeurs désagréables qui perturbent votre odorat, ainsi que les moucheron qui sortent dont on ne sais où. Bonne vie saine à tous.

4.31 Gaspillage d'énergie

Aux vus des désastres écologique de notre planète, sachez qu'il n'y a pas de petit gaspillage. Commençons d'abord par adopter des gestes simples.

- 1 à 2 fois par an, démontez vos ampoules, et nettoyez les avec un chiffon humide, puis essuyez.
- Dans votre réfrigérateur, ne laissez jamais les boîtes en carton dedans, comme par exemple les boîtes d'oeufs. Ceci entraîne une surconsommation d'énergie, et représente une source de contamination supplémentaire pour vos aliments.

Dans ce livre vous trouverez d'autres astuces contre le gaspillage inutile. Merci pour votre coopération.

4.32 Du lait pour les mauvaises odeurs

Pour dissiper les mauvaises odeurs chez vous, mettez du lait dans des assiettes "jetables" et placez-les dans des coins discrets de votre maison.

4.33 Mille usages du papier journal

Les vieux journaux peuvent servir à bien des choses ! Avec de la colle et de l'eau, les enfants peuvent s'amuser à fabriquer des doudous. Étant un bon isolant thermique, il peut être utilisé pour protéger vos plantes sensibles au gel. Absorber l'humidité de vos chaussures pour qu'elle ne sentent pas mauvais ou simplement pour allumer une cheminée. ... Tellement d'utilisations

sont possibles !

4.34 Exterminer les cafards

Une façon, dit-on efficace et économique, pour vous débarrasser complètement des cafards -qui ont un cycle de reproduction de 27 jours !- est de rajouter de l'acide borique (disponible en pharmacie) à du lait concentré et sucré, d'en faire des boulettes que vous mettrez dans les recoins susceptibles d'héberger ces bestioles.

4.35 Toilettes qui sentent mauvais

Si vos toilettes sentent mauvais après utilisation. Grillez des allumettes et éteignez les aussitôt, ça marche et en plus c'est plus écologique que les désodorisants qui n'éliminent pas l'odeur mais qui la masquent !

4.36 Mauvaises odeurs de cuisine

Pour éliminer les mauvaises odeurs de cuisson dans la cuisine, laisser frémir du romarin dans de l'eau bouillante pendant une demi-heure.

4.37 couture

J'ai gardé des initiales brodées par nos grand-mères quand elles préparaient leur trousseau. Je les ai découpées soigneusement en laissant juste un petit bord et je les ai cousues sur une de ces immenses serviettes de table d'autrefois damassées. J'ai ainsi sous les yeux le nom en abrégé de personnes disparues et que j'aimais et qui ont passé tant de temps sur leurs petits points, le dé au doigt en rêvant à leur prince charmant...

4.38 Supprimer les odeurs de peinture

Impossible de rester dans une pièce fraîchement peinte. Déposer dans un coin de la pièce un verre de lait chaud. Le lait aspire l'odeur de la peinture.



5 DIVERS

5.1 Plus de longévité pour vos bougies

Faire tremper ses bougies dans de l'eau très salée une journée entière avant de les utiliser et le tour est joué !

5.2 Do It Yourself (DIY) Glue

Une colle "faite-maison" et sans dangers pour que vos petits bambins puissent bricoler et réaliser des chefs d'oeuvres avec leurs petites menottes : Mélanger de la farine avec un peu d'eau et c'est tout !

5.3 Harcelez-moi !

Vous oubliez de manger assez de fruits ? De nourrir le poisson rouge ? Vous vous jurez de vous en souvenir à chaque fois, mais vous n'arrivez pas à tenir parole ? HassleMe <http://www.hassleme.co.uk> est LE site qui vous harcèlera chaque jour si vous voulez, en vous envoyant un email de rappel pour que plus jamais vous n'oublierez de nourrir le poisson ! Pauvre poisson !

5.4 Plus jamais de plis sur vos bottes en cuir !

Les bottes en cuir dont vous ne vous servez pas ont tendance à avoir ces plis tellement moches et qui les rendent difficiles à enfiler. Solution toute simple : mettez dans vos bottes des bouteilles en plastique (comme celles de l'eau minérale) ça les redressera.

5.5 Une fuite de gaz ? Vérifiez !

Vous pensez avoir une fuite de gaz ? Très simple de vérifier ! N'allumez pas de feu, ni même l'électricité (vaut mieux être sûr) Prenez un peu d'eau , rajoutez-y de la lessive ou du savon et mettez-en sur vos tuyaux ou sur votre bouteilles de butane et voyez si vous avez des bulles de savon qui se créent.

5.6 De la lavande dans vos armoires !

Pour parfumer le linge et éloigner les mites, confectionner de petits sachets de tissu puis les remplir de fleurs de lavande et les suspendre dans vos armoires et vos placards.

5.7 Votre stabilo vous fait sa "panne sèche"

Vous écriviez une belle lettre, ou étiez en train de terminer votre devoir et votre stabilo s'arrête d'écrire ? Ouvrez le capuchon arrière et versez un peu d'alcool dans le tube. L'alcool diluera l'encre sèche et vous pourrez reprendre votre écriture toute suite après.

5.8 Trompe chat !

Enrobez les médicaments de votre chat dans du Parfait. Il ne détectera pas les médicaments.

5.9 Noix de pierre

Trempez les noix dans de l'eau sucrée pendant une heure avant de les décortiquer. Elles n se casseront plus en mille morceaux !

5.10 Le langage des pincettes

Placez des pinces à linge sous votre bouteille de gaz. Quand celle-ci sera vide, vous le saurez : le ressort des pincettes soulèvera la bonbonne, devenue trop légère.

[Table des matières](#)

5.11 Cocktail des vertes

Les plantes d'appartement n'aiment pas beaucoup l'eau calcaire. Pour adoucir celle-ci, versez quelques gouttes de vinaigre dans l'arrosoir.

5.12 Limonades des fleurs

Vos fleurs coupées dureront plus longtemps si vous ajoutez dans l'eau du vase quelques gouttes de limonade de citron.

5.13 Du vinaigre pour votre jean

Vos superbes jeans font votre fierté mais vous ne voulez pas qu'ils perdent leurs couleurs ? Avant de les laver pour la première fois, plongez-les dans du vinaigre blanc, ce dernier fixera leurs belles couleurs

5.14 Griffes de diamant

Vous renforcerez vos ongles en les trempant quotidiennement dans un bol d'eau avec deux pincées d'alun.

5.15 Cuir à reluire.

Pour faire briller du cuir verni, il suffit de le frotter avec un morceau d'oignon.

5.16 Faites la roue !

Vous pouvez protéger votre tuyau d'arrosage des intempéries en l'enroulant dans un vieux pneu.

5.17 Multipliez par 11

Vous la connaissez sans doute, mais ça me ravit à chaque fois que j'y pense ! :) Pour multiplier un nombre de deux chiffres par 11, additionnez ces deux chiffres, et mettez le chiffre issu

de cette somme entre ces deux chiffres. *Exemple* : $23 \times 11 = 253$ ($2+3=5$ que je mets entre 2 et 3)

5.18 Haleine fraîche

Pour retrouver une haleine neutre après avoir absorbé un mets assaisonné d'ail, il suffit de bien mastiquer un ou deux abricots secs.

5.19 Chaussures qui font mal

Vous chaussure ou vos bottes toutes neuves vous font mal ? Essayez de les enduire d'eau de cologne ou d'alcool à brûler pour les assouplir. Et sinon, il y a un produit nommé "shoeze" que vous pourrez trouver dans les grandes surfaces.

5.20 Fermetures éclairs (bis)

Certaines fermetures "éclair" sont dures à manoeuvrer surtout lorsqu'elles sont neuves. Pour les rendre plus "dociles", il suffit de les frotter avec une bougie et de les actionner plusieurs fois.

5.21 Décoller facilement des étiquettes

Pour décoller sans peine une étiquette, badigeonnez-la d'huile de table au moyen d'un coton tige en prenant soins de ne pas déborder. Attendre que l'huile pénètre jusqu'à la colle et l'étiquette pourra être facilement retirée.

5.22 Petit truc pour additionner de longues suites de chiffres

Il y a une anecdote célèbre sur un mathématicien qui enfant était martyrisé par son instituteur. Pour calmer sa classe, il ordonna à l'ensemble de ses élèves d'additionner les 100 premiers chiffres.

Le mathématicien en question (Euler ? Fibonacci ? Un autre ?) ne mit que 5 minutes et le résultat était juste.

$$1+2+3\dots+99+100 = 550.$$

Comment fit-il ? Simplement, il s'aperçut qu'en additionnant $1 + 2 + 3 = 6$, or, si on multiplie $3 * 4$ et qu'on divise par deux, qu'on obtiens-t-on ? 6 !

$$\text{Donc } 1+2+3\dots+99+100 = 100*101 / 2 = 550 \text{ :)}$$

De quoi épater vos amis !

5.23 Contre la chute de cheveux

Trempez pendant douze heures 20 g de romarin, 20 g de thym et 20 g de sauge dans un litre d'eau. Au bout de douze heures, faites chauffer le liquide obtenu, arrêtez la cuisson aux premiers bouillons. Quand le liquide est bien refroidi, filtre-le. Conservez cette préparation au frais et frictionnez le cuir chevelu environ une fois par semaine.

5.24 Décoller des timbres collés les uns aux autres

Pour décoller des timbres collés les uns aux autres, les mettre au congélateur ils se sépareront et leur colle restera utilisable.

6.1 Faire briller des plantes grasses

Prendre du blanc d'oeuf, le battre en neige et frotter les feuilles avec, ça les rends belles et brillantes. La même astuce est valable aussi pour le cuir.

6.2 Lutter contre les pucerons dans votre jardin

Pour lutter contre les pucerons dans votre jardin, vaporiser un mélange d'ail et d'eau une fois par semaine sur vos plantes.

6.3 Un piège à insectes naturel

On trouve dans les magasins nombre d'insecticides qui sont tout sauf "naturels") Pour avoir un piège écologique et facile à fabriquer, il faut :

1. une bouteille d'eau minérale en plastique.
2. un peu de ruban adhésif
3. un peu d'eau
4. une cuillère à café de confiture.

1ère étape : on coupe le goulot de la bouteille, et on coupe le "cul" de la bouteille en prenant une taille en hauteur qui correspond à celle du goulot plus un centimètre. 2ème étape :

on met de l'eau au fond du cul de la bouteille, et on rajoute la confiture. On dilue l'ensemble. 3ème étape : on fixe le goulot de la bouteille sur le corps de la bouteille, de façon à ce que le goulot fasse "entonnoir" avec le reste du corps.

6.4 Ne gâchez plus l'eau !

Il est fortement recommandé de verser l'eau ayant servi à laver votre salade dans vos pots de fleurs, car cette eau est riche en minéraux et autres éléments dont raffolent vos plantes. Et inversement, jetez l'eau de cuisson de vos légumes sur les mauvaises plantes pour vous en débarrasser ! *?d'après des amis QRistes*

6.5 Arrosez vos plantes abondamment

Pour les plantes qui nécessitent un arrosage approfondi, prenez une bouteille d'eau minérale, coupez-en le fond et plantez le goulot dans le pot. Maintenant vous n'aurez qu'à verser de l'eau dans la bouteille pour un arrosage approfondi et qui peut vous servir même si vous partez en voyage.

6.6 Pour les balcons ensoleillés

Pour les fleurs l'été, les Impatiences (rouges ou roses ou violettes) c'est parfait sans soleil, mais il faut les replanter chaque printemps. Sinon, quoiqu'on en dise, le jasmin poussera et fera du "vert" toute l'année. Mi-ombre les "plumbagos" marchent aussi très bien (fleurs bleues l'été et vert toute l'année). Plein nord, les hortensias c'est super ! (mais pas de feuilles l'hiver). Et bien sûr on peut dépasser du lierre de tes bacs. C'est joli et ça cache les bacs.

6.7 Quand semer les pelouses ?

Périodes : Mars : semis possibles si votre sol est suffisamment réchauffé (>10°C) et humide. Avril-mai : époque favorable aux semis. Juin-août : semis possibles mais requérant un arrosage régulier. Septembre : époque favorable aux semis. Octobre, jusqu'à mi-novembre : semis possibles si les hivers sont doux là où vous habitez.

6.8 Pour avoir un pêcher

Plantez-le dans un mélange de terreau, de sable et de tourbe que vous devrez maintenir bien humide. Votre pêcher va pousser, mais il y a de grandes chances que vous ayez besoin d'une greffe lorsqu'il sera plus grand ! Vous pouvez le laisser à l'état "sauvage" mais les pêches seront plus petites et moins sucrées que celle d'un vrai pêcher !

6.9 Crime d'orties

Des orties envahissent votre jardin ? Versez sur elles de l'eau de cuisson de vos pommes de terre et elles disparaîtront à tout jamais.

6.10 Du Lait pour les géraniums

Pour que vos géraniums fleurissent abondamment et aient de belles fleurs, rajoutez une cuillère-à-soupe de lait à un litre d'eau et arrosez-les avec cette "potion"

6.11 Pioche et mottes de terre

Durant l'hiver, il est une corvée que tout le monde deteste ; nettoyer la pioche après le jardinage ! Plus jamais, désormais ! Il suffit de l'oindre d'un peu veille huile d'olive usée pour que la terre ne s'y colle pas trop.

6.12 Lutter contre les limaces écologiquement

Mettre de la cendre autour de vos salades, les limaces en ont horreur, et votre récolte est sauvée ?

6.13 Arrosage économique

C'est tout bête, mais l'eau de pluie ça se récupère ! Ayez l'habitude d'avoir des récipient pour la recueillir et l'utiliser pour arroser votre jardin d'autant plus que cette eau ne contient pas de chlore !

6.14 Engrais économique pour persil

Ne jetez jamais le marc de café, laissez-le sécher et utilisez-le comme engrais pour votre persil ou dans vos compost. De plus le marc a le mérite d'éloigner certains mauvais insectes.

6.15 Comment se débarrasser du lierre envahissant

Vous avez du lierre qui envahit votre jardin ou squatte votre mur de maison ?

Après avoir arraché les branches du lierre - histoire de commencer à combattre l'envahisseur - creuser un trou près ses racines, et mettez-y du gros sel... La bataille sera alors gagnée !

6.16 Chiot qui pleure

Si votre chiot cherche encore sa maman, pleure pour rien,...remplissez une bouillotte d'eau chaude et mettez-la sous une couverture près de lui : la chaleur le tranquillisera et il s'endormira.

6.17 Protéger son jardin des pucerons

Pour éviter la prolifération des pucerons dans le jardin, quelques plantations suffisent : le thym, les oeillets d'inde, la menthe et la citronnelle sont des ennemis naturels des pucerons.

6.18 Longévité des fleurs

Pour que vos fleurs vivent longtemps, mettez quelques gouttes d'eau de javel ou un cachet d'aspirine dans l'eau ou du vase

7

BRICOLAGE

7.1 Bien préparer ses murs avant travaux

Si vous souhaitez changer de décor pour débiter une rentrée en beauté, ou simplement par besoin, voici quelques petits conseils simples.

Ayez toujours à portée de main, une spatule de préférence de plâtrier, elle évite les trous dans le mur pour les débutants, des chiffons, et un cutter. Si vos murs sont recouverts de tapisserie :

- Décollez la plus grosse couche avec une spatule et vos mains (Ça marche très bien aussi)
- Mouillez le reste avec une éponge et de l'eau très chaude
- Attendez quelques instants (pas trop longtemps, sinon il faudra recommencer à mouiller) et décollez à la spatule
- Une fois les murs secs, bouchez les trous au besoin, avec de l'enduit de rebouchage
- Une fois l'enduit sec, poncez vos murs avec du papier à poncer, grain fin.

Vous pouvez maintenant, recouvrir vos murs de tapisserie ou peinture. Sachez qu'en fonction de la matière de votre rouleau, le résultat sera différent. Si vous souhaitez du lisse, prenez un rouleau en mousse. Si vous souhaitez un style "sablé fin" prenez un rouleau mohair. Bon travaux à tous ?

7.2 Do It Yourself (DIY) Glue

Une colle "faite-maison" et sans dangers pour que vos petits bambins puissent bricoler et réaliser des chefs d'oeuvres avec leurs petites menottes : Mélanger de la farine avec un peu d'eau et c'est tout !

7.3 Peinture de pro

Pour peindre vos murs comme un pro, rien ne vaut une peinture bien liquide, ce qui n'est pas le cas généralement ! Pour ce, laissez votre pot de peinture au soleil, ou mettez-le dans une bassine d'eau chaude et la chaleur vous donnera la meilleure peinture qui soit ! Une peinture bien plus facile à étaler.

7.4 Nettoyer ses mains après des travaux de peinture

Vous venez de refaire la peinture de votre chambre, et vos mains sont toutes tâchetées de peinture ? Lavez-les avec un peu d'essence ou de diluant avant de les laver à l'eau et au savon.

7.5 Oignons et papier peint

Votre papier peint ne veut pas vous obéir ? Il ne colle pas au mur ? coupez un oignon en deux et frottez-le au mur.

7.6 Art à l'envers !

Une façon propre et facile de peindre vos pots de fleurs : les placer à l'envers sur une boîte de conserve.

7.7 Clouer sans fissurer

Si vous voulez clouer un clou sans fissurer le plâtre du mur, trempez votre clou dans de l'eau chaude juste avant de le clouer

7.8 Serrure têtue

Votre clef coince et ne tourne pas bien dans la serrure ? Trempez-la (votre clef bien sûr !) dans de l'huile d'olive quelques instants et mettez-la dans la serrure, vous verrez comme ça glisse !

7.9 Démastiquer facilement

La vitre de votre fenêtre est cassée et vous voulez enlever le mastic ? Chauffez une barre de fer et passez-la sur le mastic pour le ramollir avant de vous y attaquer avec un couteau

7.10 Le Tiroir qui énèrve

Vous finissez toujours par lui donner un coup de pied pour qu'il se ferme ou à tirer comme un fou pour qu'il s'ouvre ? Frottez les guides de votre tiroir avec une bougie, la cire facilitera la glisse.

7.11 Pots de peintures

Pour conserver un pot de peinture à l'huile entamée, prenez la précaution apres l'avoir re-fermé de l'entroposer a l'envers, ceci évitera la formation de la pellicule épaisse qui se forme au contact de l'air.

7.12 Utilisation des bocaux

On les trouvent partout et de toutes les tailles, ils ont contenu des légumes, du paté et pour les plus petits des cèpres ou du poivre vert, il y a une bonne façon de les réemployer. Pour le garage, il suffit de visser les couvercles sous une étagère et de les remplir avec des clous, des vis, des rondelles, enfin de tout ces petits objets qui ont tendance à se renverser au fond des tiroirs et qui prennent beaucoup de place, on pourra voir d'un coup d'oeil le contenu.

7.13 Planter un clou sans fendre le bois

Pour que le clou ne fende pas le bois, donner un coup de marteau sur la pointe du clou avant de l'utiliser.

7.14 Nettoyer des pinceaux de couleur séchés

Pour nettoyer des pinceaux de couleur séchés, faire bouillir du vinaigre et placer les pinceaux pendant un moment dans ce vinaigre bouillant.

7.15 Supprimer les odeurs de peinture

Impossible de rester dans une pièce fraîchement peinte. Déposer dans un coin de la pièce un verre de lait chaud. Le lait aspire l'odeur de la peinture.

7.16 A défaut de lame dentée

Prenez plutôt un gros bouton et introduisez le bec de l'ampoule dans un de ses trous ; en donnant un coup sec ; vous obtiendrez le même résultat qu'une lame dentée.

8.1 Comment télécharger les vidéos de Youtube et autres

Aller sur ce site <http://keepvid.com> et copier/coller l'adresse de la vidéo trouvée dedans. Une fois la vidéo téléchargée, la renommer en "mavideo.flv". Remarquer l'extension "flv".

Vous pouvez lire les fichiers FLV avec VLC, le meilleur lecteur vidéo qui soit et que pouvez télécharger d'ici : <http://www.videolan.org/vlc/>

8.2 Rénovez vos CD rayés

Très simple ! Prenez du dentifrice -un peu et étalez en sur votre CD, rincez, ensuite essayez avec un bout de tissu propre. Le CD redevient comme neuf !

8.3 Une petite astuce liée à la musique et à l'Internet

Si vous voulez connaître de la musique différente de celle que nous refilent les radios à longueur de journée, il suffit de passer par des sites de musique dite "libre", soit sous contrat "Art libre" (<http://artlibre.org/licence/lal/>) soit sous contrat "creativecommons" (<http://fr.creativecommons.org>) On peut parler de sites comme "Jamendo" (<http://www.jamendo.com/fr/>) ou encore de Dogmazic (<http://www.dogmazic.net>) Bonnes découvertes musicales ;)

8.4 Lire ses DVDs sans passer par des logiciels trop lourds

Que vous soyez sous Windows, sous Linux, MacOS-X, ou un autre OS, vous pouvez accéder au contenu de vos DVDs vidéos - dans la limite que ceux-ci ne soient pas "cryptés" par le biais du logiciel libre VideoLanClient (<http://www.videolan.org>) Evidemment, regarder un bon vieux "star wars" ne sera pas aussi agréable sur un écran de PC que sur une TV écran plat, mais déjà, celavous permettra de moins dépendre de votre platine de salon DVD.

8.5 Un livre gratuit sur Google !

Google -le moteur de recherche- certes sert à vous aider à trouver ce que vous voulez sur Internet, mais pas que ça ! En effet google peut servir de calculatrice, de convertisseur de monnaies et de mesures, de dictionnaire et plein d'autres choses ! **Exemple :** Je veux rapidement savoir combien font 8 euros en dollars, je tape dans "8 euros en dollars" dans le champ de recherche et google me donne la valeur en cours ! Et voici un très bon livre gratuit sur le sujet : <http://www.55fun.com>

8.6 Traduction rapide et pratique.

Si la traduction anglais/français ou français/anglais est la plus courante qu'on puisse demander, il arrive parfois que l'on ait à faire avec de l'italien, ou de l'allemand. Si vous voulez une petite traduction "un peu mécanique" mais pas trop mauvaise au final, je ne saurais trop conseiller le site de Reverso : <http://www.reverso.net>. Le nombre de sens de traductions possibles est assez impressionnant. Bonne découverte ;)

8.7 Bug Me Not !

De nombreux sites tels que le New York Times, le NY Post ou le Washington Post vous obligent à vous inscrire et à vous connecter à chaque fois que vous voulez lire un de leur articles.

C'est tellement lourd quand on veut juste lire l'article sans aucune intention de s'inscrire ! <http://bugmenot.com> vous offre des mots de passe d'accès à ces sites que vous pourrez utiliser sans vous y inscrire ! :) Ce n'est pas le cas de "Nos Astuces", la lecture est libre, et pour vos contributions vous êtes les bienvenus à vous **inscrire** ! C'est tellement simple, rapide et utile :)

8.8 Adresse email jetable

Vous voulez vous inscrire ou consulter un site et vous ne souhaitez pas donner votre adresse email ? Utilisez une adresse jetable, sur votre moteur de recherche préféré cherchez 'email jetable' ou 'minute', il y a plein de sites qui offrent ce service.

8.9 Mieux s'organiser

La meilleure façon de gérer votre temps, de planifier et de mener à bout vos projets est d'écrire ! Écrivez la liste des choses à faire, mettez des priorités, organisez vos idées. Mais faites-le vraiment ! Si vous voulez le faire sur votre ordinateur, vous pouvez utiliser [Freemind](#) pour ça. Facile, puissant et très intuitif !

8.10 Sauvez vos données de manière écologique

Tout bon informaticien vous le dira : il n'y a rien de plus précieux que vos données. Mais faire des sauvegardes régulières peut demander alors un nombre impressionnant de CDs ou de DVDs vierges. Un moyen d'éviter une surpopulation de disques gravés, j'utilise le protocole suivant :

- 2 à 3 fois par semaine, je fais une sauvegarde sur un DVD-RW (réinscriptible plusieurs "dizaines" de fois).
- une fois par mois, je fais une sauvegarde sur un support "vierge" non réinscriptible.

Mon budget ne s'en porte que mieux. Mais si vous avez des petites quantités de données à sauver, rien ne vaut une clé USB le temps de faire une grosse sauvegarde sur un DVD vierge non réinscriptible.



9 INTERNET

9.1 Comment télécharger les vidéos de Youtube et autres

Aller sur ce site <http://keepvid.com> et copier/coller l'adresse de la vidéo trouvée dedans. Une fois la vidéo téléchargée, la renommer en "mavideo.flv". Remarquer l'extension "flv" .

Vous pouvez lire les fichiers FLV avec VLC, le meilleur lecteur vidéo qui soit et que pouvez télécharger d'ici : <http://www.videolan.org/vlc/>

9.2 Harcelez-moi !

Vous oubliez de manger assez de fruits ? De nourrir le poisson rouge ? Vous vous jurez de vous en souvenir à chaque fois, mais vous n'arrivez pas à tenir parole ? HassleMe <http://www.hassleme.co.uk> est LE site qui vous harcèlera chaque jour si vous voulez, en vous envoyant un email de rappel pour que plus jamais vous n'oubliez de nourrir le poisson ! Pauvre poisson !

9.3 Une petite astuce liée à la musique et à l'Internet

Si vous voulez connaître de la musique différente de celle que nous refilent les radios à longueur de journée, il suffit de passer par des sites de musique dite "libre", soit sous contrat "Art libre" (<http://artlibre.org/licence/lal/>) soit sous contrat "creativecommons" (<http://fr.creativecommons.org>) On peut parler de sites comme "Jamendo" (<http://www.jamendo.com/fr/>) ou encore de Dogmastic (<http://www.dogmastic.net>) Bonnes découvertes musicales ;)

9.4 Un livre gratuit sur Google !

Google -le moteur de recherche- certes sert à vous aider à trouver ce que vous voulez sur Internet, mais pas que ça ! En effet google peut servir de calculatrice, de convertisseur de monnaies et de mesures, de dictionnaire et plein d'autres choses ! **Exemple** : Je veux rapidement savoir combien font 8 euros en dollars, je tape dans "8 euros en dollars" dans le champ de recherche et google me donne la valeur en cours ! Et voici un très bon livre gratuit sur le sujet : <http://www.55fun.com>

9.5 Traduction rapide et pratique.

Si la traduction anglais/français ou français/anglais est la plus courante qu'on puisse demander, il arrive parfois que l'on ait à faire avec de l'italien, ou de l'allemand. Si vous voulez une petite traduction "un peu mécanique" mais pas trop mauvaise au final, je ne saurais trop conseiller le site de Reverso : <http://www.reverso.net>. Le nombre de sens de traductions possibles est assez impressionnant. Bonne découverte ;)

9.6 Trouver de la musique en ligne

Chercher sur google.com en utilisant la formule suivante : `intitle :index.of +"last modified" +"parent directory" +(mp3|wma|ogg) +"Miles Davis" -htm -html -php -asp` pour chercher des morceaux du bon vieux Miles Davis !

9.7 Bug Me Not !

De nombreux sites tels que le New York Times, le NY Post ou le Washington Post vous obligent à vous inscrire et à vous connecter à chaque fois que vous voulez lire un de leur articles.

C'est tellement lourd quand on veut juste lire l'article sans aucune intention de s'inscrire ! <http://bugmenot.com> vous offre des mots de passe d'accès à ces sites que vous pourrez utiliser sans vous y inscrire ! :) Ce n'est pas le cas de "Nos Astuces", la lecture est libre, et pour vos contributions vous êtes les bienvenus à vous **inscrire** ! C'est tellement simple, rapide et utile :)

9.8 Adresse email jetable

Vous voulez vous inscrire ou consulter un site et vous ne souhaitez pas donner votre adresse email ? Utilisez une adresse jetable, sur votre moteur de recherche préféré cherchez 'email jeta-

ble' ou 'minute', il y a plein de sites qui offrent ce service.

9.9 Des photos gratuites

Vous créez votre site web, une carte de voeux personnalisée, vous voulez illustrer vos réalisations avec de belles photos, mais vous n'en avez pas, et celles que vous trouvez sur le web sont souvent soumises à des droits d'auteurs. Il ne faut jamais violer les droits intellectuels des autres, cherchez plutôt des oeuvres libres de droit ou avec une licence pas trop restrictive. Essayez <http://sxc.hu> ou <http://yotophoto.com>



10 ECOLOGIE

10.1 Les gestes écologiques (1)

Face à la menace du changement climatique, on se croit impuissant. Eh non ! Il y a un tas de petites choses à faire, ou à ne pas faire, dans son quotidien de tous les jours. Nous traiterons dans une série de petites astuces, des règles simples à respecter pour une vie plus écolo.

10.1.1 Nourriture

- Consommer bio ou label rouge
 - Consommer les fruits et légumes régionaux et de saison
 - Manger des oeufs bio ou de poules élevées en plein air
 - Manger raisonnablement
 - Manger moins de viande
- à suivre ?

10.2 Ne gâchez plus l'eau !

Il est fortement recommandé de verser l'eau ayant servi à laver votre salade dans vos pots de fleurs, car cette eau est riche en minéraux et autres éléments dont raffoleront vos plantes. Et inversement, jetez l'eau de cuisson de vos légumes sur les mauvaises plantes pour vous en débarrasser ! *?d'après des amis QRistes*

10.3 Les gestes écologiques (2)

Face à la menace du changement climatique, on se croit impuissant. Eh non ! Il y a un tas de petites choses à faire, ou à ne pas faire, dans son quotidien de tous les jours. Nous traiterons dans une série de petites astuces, des règles simples à respecter pour une vie plus écolo.

10.3.1 Habiter écolo

- Choisir l'électricité verte
 - Choisir les ampoules à basse consommation, mais penser à les recycler à la déchetterie à cause du mercure qu'elles contiennent
 - Construire avec des matériaux écologiques
 - Economiser l'eau
 - Eviter de surchauffer son appartement
 - Eviter tant que possible la climatisation
 - Installer des radiateurs plus efficaces, penser à l'isolation de la maison (double vitrage...)
 - Liquides vaisselle écolabélisés et la juste dose
 - Ne pas laisser d'appareils en veille
 - Pas de lumière inutile
- à suivre ?

10.4 Lutter contre les limaces écologiquement

Mettre de la cendre autour de vos salades, les limaces en ont horreur, et votre récolte est sauvée ?

10.5 Gaspillage d'énergie

Aux vus des désastres écologique de notre planète, sachez qu'il n'y a pas de petit gaspillage. Commençons d'abord par adopter des gestes simples.

- 1 à 2 fois par an, démontez vos ampoules , et nettoyez les avec un chiffon humide, puis essuyez.
- Dans votre réfrigérateur, ne laissez jamais les boîtes en carton dedans, comme par exemple les boîtes d'oeufs. Ceci entraîne une surconsommation d'énergie, et représente une source de contamination supplémentaire pour vos aliments.

Dans ce livre vous trouverez d'autres astuces contre le gaspillage inutile. Merci pour votre coopération.

10.6 Mille usages du papier journal

Les vieux journaux peuvent servir à bien des choses ! Avec de la colle et de l'eau, les enfants peuvent s'amuser à fabriquer des doudous. Étant un bon isolant thermique, il peut être utilisé pour protéger vos plantes sensibles au gel. Absorber l'humidité de vos chaussures pour qu'elle ne sentent pas mauvais ou simplement pour allumer une cheminée. .. Tellement d'utilisations sont possibles !

10.7 Toilettes qui sentent mauvais

Si vos toilettes sentent mauvais après utilisation. Grillez des allumettes et éteignez les aussitôt, ça marche et en plus c'est plus écologique que les désodorisants qui n'éliminent pas l'odeur mais qui la masquent !



11 ARGENT

11.1 Lire Gratuit

Vous voulez lire les plus grands classiques, mais n'avez pas le sou pour vous payer les livres ? Allez sur le site du projet Guttenberg, dont l'adresse est ici : <http://www.gutenberg.org>

11.2 Règles pour consommer moins au volant

Pour consommer moins au volant :

- ne pas faire chauffer le moteur à l'arrêt ; il est préférable de démarrer immédiatement et de rester à un régime moyen.
- Opter pour une conduite coulée et utiliser autant que possible de rapport le plus élevé (il est possible de rouler en cinquième à 50km/h !) ; accélérer rapidement et passer le plus vite possible à la vitesse supérieure.
- Ne pas rester débrayé en décélération
- Couper le moteur en cas d'arrêt prolongé
- Vérifier régulièrement la pression de pneus
- Démonter la galerie du toit lorsque vous ne vous en servez pas, éliminez le poids superflu de la voiture.
- couper les consommations électriques qui ne sont pas nécessaires (clim, chauffage de la vitre arrière, projecteurs additionnels,')
- Faire régulièrement l'entretien du véhicule (des bougies usées ou un filtre à air sale rendent votre voiture plus gourmande).

11.3 Lave main

Ne jetez surtout pas les savonnettes et les morceaux de savon trop petits. Quand vous achetez de l'ail, gardez le filet en plastique remplissez-le des morceaux de savon, attachez solidement et servez-vous en pour laver vos mains. Le tissage plastique du filet les récupérer en douceur. Idéal au garage pour monsieur ou dans la salle de bains pour les enfants et ce qui ne gache rien efficace et gratuit !!

11.4 Des photos gratuites

Vous créez votre site web, une carte de voeux personnalisée, vous voulez illustrer vos réalisations avec de belles photos, mais vous n'en avez pas, et celles que vous trouvez sur le web sont souvent soumises à des droits d'auteurs. Il ne faut jamais violer les droits intellectuels des autres, cherchez plutôt des oeuvres libres de droit ou avec une licence pas trop restrictive. Essayez <http://sxc.hu> ou <http://yotophoto.com>



12 LIVRES

12.1 Lire Gratuit

Vous voulez lire les plus grands classiques, mais n'avez pas le sou pour vous payer les livres ? Allez sur le site du projet Guttenberg, dont l'adresse est ici : <http://www.gutenberg.org>

12.2 Un livre gratuit sur Google !

Google -le moteur de recherche- certes sert à vous aider à trouver ce que vous voulez sur Internet, mais pas que ça ! En effet google peut servir de calculatrice, de convertisseur de monnaies et de mesures, de dictionnaire et plein d'autres choses ! **Exemple** : Je veux rapidement savoir combien font 8 euros en dollars, je tape dans "8 euros en dollars" dans le champ de recherche et google me donne la valeur en cours ! Et voici un très bon livre gratuit sur le sujet : <http://www.55fun.com>



13 AUTO

13.1 Règles pour consommer moins au volant

Pour consommer moins au volant :

- ne pas faire chauffer le moteur à l'arrêt ; il est préférable de démarrer immédiatement et de rester à un régime moyen.
- Opter pour une conduite coulée et utiliser autant que possible de rapport le plus élevé (il est possible de rouler en cinquième à 50km/h !); accélérer rapidement et passer le plus vite possible à la vitesse supérieure.
- Ne pas rester débrayé en décélération
- Couper le moteur en cas d'arrêt prolongé
- Vérifier régulièrement la pression de pneus
- Démonter la galerie du toit lorsque vous ne vous en servez pas, éliminez le poids superflu de la voiture.
- couper les consommations électriques qui ne sont pas nécessaires (clim, chauffage de la vitre arrière, projecteurs additionnels,')
- Faire régulièrement l'entretien du véhicule (des bougies usées ou un filtre à air sale rendent votre voiture plus gourmande).

13.2 Une bonne vidange

Pour un meilleur écoulement lorsque vous faites la vidange de votre moto, roulez quelques kilomètres avant. L'huile chauffée coulera plus aisément. Bien sûr, plus vous roulez, plus elle est chaude.

sera l'huile, alors ne faites pas des trajets de 478Kms avant de faire votre vidange, l'huile sera brûlante et vous risquez de vous brûler vous-même !



14 MUSIQUE

14.1 Une petite astuce liée à la musique et à l'Internet

Si vous voulez connaître de la musique différente de celle que nous refilent les radios à longueur de journée, il suffit de passer par des sites de musique dite "libre", soit sous contrat "Art libre" (<http://artlibre.org/licence/lal/>) soit sous contrat "creativecommons" (<http://fr.creativecommons.org>) On peut parler de sites comme "Jamendo" (<http://www.jamendo.com/fr/>) ou encore de Dogmazzic (<http://www.dogmazzic.net>) Bonnes découvertes musicales ;)

14.2 Trouver de la musique en ligne

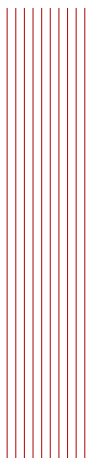
Chercher sur google.com en utilisant la formule suivante : intitle :index.of +"last modified" +"parent directory" +(mp3|wma|ogg) +"Miles Davis" -htm -html -php -asp pour chercher des morceaux du bon vieux Miles Davis !



15 GTD

15.1 Mieux s'organiser

La meilleure façon de gérer votre temps, de planifier et de mener à bout vos projets est d'écrire ! Écrivez la liste des choses à faire, mettez des priorités, organisez vos idées. Mais faites-le vraiment ! Si vous voulez le faire sur votre ordinateur, vous pouvez utiliser [Freemind](#) pour ça. Facile, puissant et très intuitif !



NOTA BENE

La présente version de l'encyclopédie a été publiée le 1^{er} janvier 2008, si vous l'avez obtenue par le biais d'un ami, [cliquez](#) ici pour être mis au courant et avoir la possibilité de télécharger, dès sa sortie, la dernière version publique que nous publions régulièrement.

Cette encyclopédie, rappelons-le, est gratuite. Vous pouvez l'offrir à vos amis à la seule condition que vous ne changiez rien ni à son contenu, ni à sa forme.

Et pour vous éviter de joindre ce gros fichier dans vos mails et encombrer les boîtes emails de vos amis, invitez-les à télécharger l'encyclopédie par eux-même en leur donnant ce lien :

<http://nos-astuces/telecharger.html>

Ils vous en seront reconnaissants !