

¡Qué Buen Ambiente!

1. Introducción:

- 1.1. Por qué es fundamental para la salud descubrir los tóxicos de tu hogar que la dañan y aprender a evitarlos con pequeños cambios.
- 1.2. Daños que causan los productos y tejidos de tu hogar.
- 1.3. Beneficios para el medio ambiente al utilizar alternativas sanas y sostenibles.
- 1.4. Ventajas para tu salud y economía.

2. Ambientadores.

- 2.1. Superbeneficios en tu hogar cambiando tus ambientadores.
- 2.2. Diez tipos diferentes de ambientadores para las distintas estancias y ambientes.
- 2.3. Tu antipolillas sano, que además deja un suave y delicioso aroma en tu armario.
- 2.4. Aromas deliciosos y grandes beneficios para tu salud.
- 2.5. Descubre los Aromas. Cada uno para un momento, cada uno un beneficio.
- 2.6. Mini e-book de recursos
 - 2.6.1. Las marcas más sostenibles y saludables para tu hogar.
 - 2.6.2. Directorio de tiendas físicas y online, con la mejor relación calidad precio, para que te sea sencillísimo encoger.

3. Limpiadores.

3.1. Jabón para la ropa.

- 3.1.1. Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.
- 3.1.2. Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.2. Suavizante

- 3.2.1. Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.

3.2.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.3. Secadora

3.3.1.Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.

3.3.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.4. Blanqueadores y quitamanchas

3.4.1.Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.

3.4.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.5. Limpiadores generales y multiusos

3.5.1.Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.

3.5.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.6. Limpiador suelos de madera

3.6.1.Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.

3.6.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.7. Desinfectantes: sustituye ya la lejía o amoníaco.

3.7.1.Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.

3.7.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.8. Limpiar y desinfectar juguetes

3.8.1.Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.

3.8.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.9. Desodorizar y desinfectar

3.9.1.Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.

3.9.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.10.Moho

3.10.1.Soluciones requeprobadas y recomendadas.

3.10.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.11.Limpiacristales

3.11.1.Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.

3.11.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.12.Lavavajillas

3.12.1.Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.

3.13.Horno

3.13.1.Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.

3.13.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.14.Vitrocerámica

3.14.1.Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.

3.14.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.15.Eliminar la cal

3.15.1.Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.

3.15.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.16.Quitamanchas para alfombras

3.16.1.Soluciones requeprobadas y recomendadas.

3.16.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.17.Desatascar tuberías

3.17.1.Soluciones + marcas requeprobadas y recomendadas.

3.17.2.Solución DIY con uno o dos productos que seguro tienes en casa.

3.18.Mini e-book de recursos

3.18.1.Las marcas más sostenibles y saludables para tu hogar.

3.18.2.**Directorio de tiendas físicas y online**, con la mejor relación calidad precio, para que te sea sencillísimo encoger.

3.18.3.Cada sencilla receta DIY, paso a paso.

4. Ropa de hogar, Tejidos y Alfombras.

4.1. Sábanas y Toallas.

4.1.1.Tejidos más saludables y deliciosos.

4.1.2.Marcas y tiendas donde encontrarlos que potencian la calidad de tu hogar.

4.2. Topper y cubrecolchón.

4.2.1.Tejidos más saludables y deliciosos.

4.2.2.Marcas y tiendas donde encontrarlos que potencian la calidad de tu hogar.

4.3. El sofá con sus cojines y mantita

4.3.1. Saludables materiales para estructuras.

4.3.2. Tejidos más saludables y deliciosos.

4.3.3. Marcas y tiendas donde encontrarlos que potencian la calidad de tu hogar.

4.4. Alfombras.

4.4.1. Tejidos más saludables y deliciosos.

4.4.2. Marcas y tiendas donde encontrarlos que potencian la calidad de tu hogar.

4.5. Cortinas, Estores y Screens

4.5.1. Tejidos más saludables y deliciosos.

4.5.2. Marcas y tiendas donde encontrarlos que potencian la calidad de tu hogar.

5. Decoración para el Hogar.

5.1. Materiales.

5.1.1. Bellos, delicados, naturales y saludables.

5.2. Pinturas.

5.2.1. Más sanas y por qué te benefician.

5.2.2. Tiendas donde encontrarlas más sencillo de lo que crees.

5.3. Muebles.

5.3.1. Los más sanos y mejores para tu hogar.

6. Tu dormitorio, oasis de paz.

6.1. Colchón.

6.1.1. Materiales más saludables.

6.1.2. Marcas sostenibles de verdad.

6.1.3. Tiendas donde encontrarlos fácil.

6.2. Somier.

6.2.1. Materiales más saludables.

6.2.2. Marcas sostenibles de verdad.

6.2.3.Tiendas donde encontrarlos fácil.

6.3. Edredón.

6.3.1.Materiales más saludables.

6.3.2.Marcas sostenibles de verdad.

6.3.3.Tiendas donde encontrarlos fácil.

7. Bonus:

7.1. 10 claves para implementar desde hoy, y conseguir un nuevo aire de calidad.