

SELBER MACHEN
STATT KAUFEN

PUTZEN & WASCHEN

MIT HAUSMITTELN STATT CHEMIE
ZUM SAUBEREN ZUHAUSE

Herausgegeben von **smarticular.net**
Das Ideenportal für ein einfaches und nachhaltiges Leben

Auch als
E-Book
erhältlich



1. Auflage, Druck 2401
smarticular, 2024
in der Business Hub UG (haftungsbeschränkt)
Buchberger Str. 27, 10365 Berlin
Textredaktion: Simone Harland
Covergestaltung: Vanessa Weuffel, Annette Frenzel
Satz: fuxbux, Berlin
Druck: Mohn Media Mohndruck GmbH
ISBN: 978-3-910801-00-4
ISBN E-Book: 978-3-910801-01-1



Unserer Umwelt zuliebe wurde dieses Buch auf umweltfreundlichem Recyclingpapier gedruckt, ausgezeichnet mit dem FSC®-Zertifikat für Papier aus Recyclingmaterial, dem Blauen Engel und dem EU-Eco-label.

Urheberrecht

Das Werk einschließlich seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Haftungsausschluss

Alle Rezepte und Tipps in diesem Buch wurden nach bestem Wissen erstellt. Die Anwendungen und Rezepte in diesem Buch bieten keinen Ersatz für eine therapeutische oder medizinische Behandlung. Im Zweifelsfall sollte ein Arzt zu Rate gezogen werden. Es wird keine Haftung für die beschriebenen Wirkweisen der Inhaltsstoffe oder Rezepturen übernommen. Des Weiteren wird keine Haftung übernommen für fehlerhafte Zubereitung und Anwendung, auch nicht für Gesundheitsschäden durch unsachgemäße Handhabung.

Bildverzeichnis

Alle Bilder smarticular.net: smarticular Team 123, 184 / Franziska Donath 22, 24 o, 24 ul, 24 ur, 132, 133 / Annette Frenzel 50, 51, 52 ol, 52 or, 52 ul, 52 ur, 54, 58, 72, 73, 74 o, 74 ul, 74 ur, 120, 138, 144 / Melanie Hoffart 47, 48, 49, 119 außer shutterstock.com: 5 second Studio 146 / Africa Studio 11, 14, 80 / Alexander Raths 174 / Alona Siniehina 40 or, 40 ul, 40 ur / Ana Portal 19 / Andrey.Popov 112, 180 / Art_Photo 148 / Art.Pictures 124 / Aygul Bulte 44 / Bonsales 67 / Chanita Chokchaikul 97 / CLICKMANIS 183 / Daniele De Vivo 28 / Didecs 63 / Diego Cervo 177 / Dmitry Naumov 57 / Ellyy 160 u / Evgeny Atamanenko 178 / Fattyplace U1 / Fecundap stock 162 / fizkes 82 / foto.grafs 84 / FotoHelin / 12/13 / FotoHelin 127 / Ground Picture 110 / HalynaRom 154, 156, 164, 165 / hedgehog94 85 / Heike Rau 128 / Helen Babanova 32 / Igisheva Maria 16 / images72 142, U4 1 v0 / Jana Loesch 105, U4 2 v0 / jertam2020 103 / Julio Ricco 21 / Kittyfly 149 / KPG-Payless2 89 / Krakenimages.com 139 / Kwangmoozaa 172 / LanKS 152 / Leestudio 141 / Luoxi 114 / Lys Owl 166 / Maren Winter 30 / Maria Tebriaeva 36 / Marina Leon Rojas 126 / MEENzFoto 151 / Mykola Kolomiets 90 / Nanisimova 26 / Nattawit Khomsanit 78 / New Africa 15, 60, 68, 107/108, 109, 153, 155, U4 3 v0 / Nick Alias 70 / nutcd32 158 / NYS 76 / Okrasiuk 71 / Olya Detry 40 ol / Paul Biryukov 38 / PeopleImages.com – Yuri A 136 / Peter Gudella 95 / photopixel 43 / Pixel-Shot 159, 169 / Proxima Studio 34 / REDPIXEL.PL 176 / RHJPhots 65 / SeventyFour 94, 175 / skywing 135 / speedphoto 163 / Stanislav71 66 / StoryTime Studio 179 / Svetlana Khutornaia 92 / Tamara B 100 / Tatjana Wagner 170/171 / Tinnawat Pechrak 87 / Todja 1600 / Victoria 1 157 / Volodymyr Nik 46 / Wirestock Creators 98 / Zhuravlev Andrey 131, U4 4 v0

INHALT

EINLEITUNG 9

PUTZEN LEICHT GEMACHT 13

Eine saubere Küche - nicht nur für die Gesundheit 14

Oberflächen in der Küche säubern 15 Natron-Allzweckreiniger – der Tausend-
sassa für den Haushalt 17 Universalreiniger aus Essig: Wirkt Fett, Schmutz
und Kalk entgegen 18 Anti-Kalk-Spray für hartnäckige Kalkrückstände 20
Zauberspray-Universalreiniger für hartnäckige Schmutzreste 23 Ein ungewöhn-
licher Reiniger aus Nudelwasser 26 Essig für die Oberflächen in der Küche 28
Küchenböden – nicht nur sauber, sondern rein 29 Der Kühlschrank – das oft
vernachlässigte „Stiefkind“ 31 So bleiben Herd und Backofen wie neu 33 Die
Spülmaschine reinigen in wenigen Schritten 39 Bio-Geschirrspüler-Konzentrat
selber machen 44 Das Fett muss weg: Effektives Spülmittel selbst herstellen 46
Festes Spülmittel selber machen 51

Sauber, sauber: das Bad 55

Fliesen vom Kalk befreien 56 Stark verschmutzte Fliesen reinigen mit Soda 59
WC-Pflege mit Hausmitteln 60 Alles für Dusche und Wanne 64

Die Pflege der Waschmaschine 67

Guter Schlaf durch Sauberkeit – das Schlafzimmer 69

Anti-Milben-Spray für die Matratze 69 Ein Kleiderschrank, in dem du alles wie-
derfindest 71 Lavendelsäckchen gegen Kleidermotten einfach selber machen 73

Alles sauber im Wohnbereich 77

Laminatboden putzen mit Essig 77 Natursteinboden reinigen mit Seife 78
Teppich reinigen mit Natron 79 Korkboden nebelfeucht wischen mit Essig-
wasser 80 Holzböden – langlebig, aber empfindlich 81 Polstermöbel: So ent-
fernst du Flecken und unangenehme Gerüche 85 Textilerfrischer gegen un-
angenehme Gerüche 86

Pflanzen reinigen mit All-in-one-Spritzmittel 91

Fenster putzen für eine klare Sicht 93

Speisestärke-Spray als Fensterreiniger 93
Fenster putzen – so geht's besonders einfach 94

Heizkörper entstauben ohne Lappen 95

Klebrige Computertastatur spülen statt wegwerfen 96

Auch Balkon, Terrasse und Gartenmöbel brauchen Pflege 98

Grünspan und Moos entfernen mit Schmierseife 99 Grünbelagentferner
aus Soda 101 Schmierseife zur Reinigung von Rattanmöbeln 102

Pflanzenkübel und Blumentöpfe reinigen 104

Sporen und Pilze bei Pflanzentöpfen entfernen 105

WASCHEN, ABER RICHTIG! 107

Wie viel Waschmittel ist überhaupt nötig? 108

Fehler beim Waschen 111

Flecken falsch oder gar nicht behandeln 112 Die Wäsche falsch sortieren 112
Bei zu hohen Temperaturen waschen 113

Waschmittel selber machen 115

Ökologisches Waschpulver aus eigener Herstellung 115 Bio-Flüssigwaschmittel
blitzschnell selber machen 117 Ökologisch, kostenlos, gut: Waschmittel aus
Kastanien 118 Ein paar Tipps zum Sammeln, Aufbewahren von und Waschen
mit Kastanien 121 Biologisches Waschmittel aus Efeu 125 Fein- und Wollwasch-
mittel selber machen – ökologisch und preiswert 133

Wäscheduft aus natürlichen Zutaten 137

Weichspüler selber machen – einfach, preiswert und umweltschonend 139

Essig als Weichspüler für Buntwäsche 140 Zitronensäure für helle Wäsche 143

Natron und Soda 143

Weißer Wäsche ohne Grauschleier 144

Verfärbungen auf der Wäsche entfernen 145

Warum Sportkleidung eine Sonderbehandlung braucht 147

Sportwäsche gründlich und effektiv reinigen – so geht's 147 Flecken vor dem

Waschgang beseitigen 148 Badekleidung vor dem Waschen spülen 149

Wäsche bei Bedarf lüften 149 Schonend waschen im Pflegeleicht- oder Sport-

Programm 150 Nicht im Trockner, sondern auf der Leine trocknen 150

Das richtige Hausmittel für jeden Fleck 152

Daunen schonend reinigen 167

Daunenjacke waschen 167 Daunen trocknen 168

Daunenjacke waschen ohne Trockner 169

PUTZROUTINEN EINFÜHREN, ZEIT SPAREN 171

Die Sauberoutine – Wochenplan für ein ordentliches Zuhause 173

Montag: Badezimmer putzen 174 Dienstag: Staub wischen 177 Mittwoch: Staub-

saugen 176 Donnerstag: Boden wischen 177 Freitag: Unerledigtes aufholen 177

Samstag: Wäsche waschen 178 Tägliche Putzaufgaben 179

Mit diesen Tipps geht das Putzen noch leichter 181

Erst aufräumen 181 Putzen mit Musik und bequemer Kleidung 181

In der richtigen Reihenfolge putzen 181

Wie du Hausstaub dauerhaft reduzieren kannst 182

Höhere Luftfeuchtigkeit 182 Luftbefeuchter und Zimmerpflanzen helfen

dauerhaft 182 Staubfänger vermeiden 183 Die Kraft des Windes nutzen 185

Selbst gemachtes Anti-Staub-Spray einsetzen 185

Abkürzungsverzeichnis und Bezugsquellen 187

Stichwortverzeichnis 188

PUTZEN LEICHT GEMACHT

Jeder Raum in der (noch so kleinen) Wohnung hat eigene „Putzbedürfnisse“. Was für die Küche gut ist, muss für das Wohnzimmer nicht unbedingt richtig sein. Welche Herausforderungen es bei der Reinigung der einzelnen Räume und Geräte zu meistern gilt und wie dir das umweltfreundlich und schnell mit selbst gemachten Reinigern gelingt, erfährst du in diesem Kapitel.



Zauber spray
Universalsreiniger

Zauberspray-Universalreiniger für hartnäckige Schmutzreste

Für besonders hartnäckige Fett- und Kalkreste eignet sich der folgende Zauberspray-Allzweckreiniger, dessen Rezeptur du individuell auf deine Bedürfnisse abstimmen kannst.

Zutaten und Utensilien für 2 l Zauberspray:

- 30 g Waschsoda, alternativ 75 g Kristallsoda
- 50 g Bio-Spülmittel
- Optional 20–30 Tr. ätherisches Eukalyptusöl oder ein anderes ätherisches Öl deiner Wahl – bitte darauf achten, dass es sich um naturreine Öle handelt
- 60 ml 25-prozentige Essigessenz (alternativ 300 ml fünfprozentiger Tafelessig)
- 1,75 l Wasser (wenn du Tafelessig verwendest, benötigst du nur 1,5 l Wasser)
- 1 großer Topf
- 1 Schneebesen
- Sprühflaschen

Falls dein Wasser sehr kalkhaltig ist, erhöhe die Menge an Essig oder Essigessenz etwas, damit der Reiniger später optimal wirkt.



Ein ungewöhnlicher Reiniger aus Nudelwasser

Du hast jetzt schon einige Reiniger kennengelernt, die du zum Putzen von Oberflächen (nicht nur, aber auch in der Küche) verwenden kannst. Ein weiteres Reinigungsmittel lässt sich aus Nudelwasser herstellen, das normalerweise einfach weggeschüttet wird. Die im Nudelwasser enthaltene Stärke ist hierbei der entscheidende Faktor für gute Reinigungs- und Fettlösekraft. Die im Wasser gelöste Stärke wirkt kraftvoll gegen anhaftendes Fett, Seifenreste und andere oberflächliche Verschmutzungen. Nur bei starken Verkalkungen ist es weniger geeignet, dafür greifst du besser zum selbst gemachten Anti-Kalk-Spray mit Zitronensäure (siehe S. 20).

So verwendest du Nudelwasser als ökologischen Reiniger:

1. Nudeln wie gewohnt in Salzwasser kochen.
2. Nach dem Kochen durch ein Nudelsieb abgießen und das Kochwasser auffangen.
3. Abkühlen lassen.

Das Kochwasser wird nun etwas geleeartig – je weniger Kochwasser im Verhältnis zur Nudelmenge und je mehr Salz du verwendest hast, umso dicker. Durch Kaltstellen im Kühlschrank verstärkt sich der Geliereffekt. Sollte das Kochwasser für dich noch nicht dickflüssig genug sein, empfiehlt es sich, es bei Bedarf weiter einzukochen.

Im Prinzip ist das Putzmittel jetzt schon fertig! Du kannst die Flüssigkeit unverdünnt verwenden wie normalen Reiniger oder Spülmittel: einfach auf fettige oder verschmutzte Flächen auftragen, etwas einwirken lassen und danach mühelos abspülen oder abwischen. Bei Verkrustungen lässt sich mit einem Lappen nachhelfen. Zum Schluss ist es sinnvoll, mit klarem Wasser nachzuspülen, damit du nicht Fettflecken durch Stärkeflecken ersetzt. Durch die geleeartige Konsistenz haftet der Nudelwasser-Reiniger sehr gut an schrägen Flächen und wirkt auch dort intensiv.

Auch eingebrannte Töpfe lassen sich damit gut reinigen. Entferne dazu zunächst lose Verschmutzungen mit einem Kochlöffel oder Ähnlichem und bedecke dann den angebrannten Topfboden mit dem Reiniger und etwas Wasser. Anschließend empfiehlt es sich, den Topf über Nacht einwirken zu lassen und anschließend mit einer Bürste zu reinigen. Bei Bedarf kannst du diese Vorgänge wiederholen. Selbst starke Verkrustungen lassen sich auf diese Weise völlig ohne chemische Reiniger entfernen.

Der Nudelwasser-Reiniger hält sich in der Regel bis zu acht Tage, zum Beispiel in einer leeren Milchflasche oder einem leeren Marmeladenglas im Kühlschrank, da durch das Kochen die allermeisten Keime beseitigt wurden.

WC-Pflege mit Hausmitteln

Simpler Tafelessig oder Essigessenz wirken kalklösend und desinfizierend zugleich. Um Klobrille, Klodeckel & Co. zu reinigen, ist deshalb ein Universalreiniger aus Essig (siehe S. 18) völlig ausreichend. Auch hier gilt: lieber etwas häufiger verwenden, zum Beispiel alle paar Tage, als sich nach Wochen mit einem stark verschmutzten WC herumplagen zu müssen.

Essigessenz und kristalline Zitronensäure helfen bei der Beseitigung schwer löslicher Kalkablagerungen. Zu diesem Zweck einfach drei bis vier Esslöffel Essigessenz oder Zitronensäure mit der Bürste in der Toiletenschüssel verteilen, einige Stunden einwirken lassen und abspülen. Um Ablagerungen unter dem Toilettenrand zu lösen, hat es sich bewährt, einige Blätter Toilettenpapier mit Essigessenz zu tränken (dabei am besten Handschuhe tragen) und rundherum in die Rinne zu drücken. Auf diese Weise kann die Säure auch dort wirken.



Unkonventionell, aber wirksam: Falls du noch Reste davon im Haus hast, probiere es mal mit Cola! Die beliebte Koffein-Brause gehört zwar nicht zu den empfehlenswerten Durstlöschern. Als Hilfsmittel für den Haushalt lässt sie sich aber aufgrund der enthaltenen Phosphorsäure sehr wohl nutzen. Verteile den Inhalt einer Flasche in der Toilettenschüssel, lasse das Ganze mindestens eine Stunde oder noch besser über Nacht einwirken, und Kalkablagerungen gehören der Vergangenheit an.

WC-Reinigungsgel selbst herstellen

Ein Reinigungsgel, das auch an den Wänden der Toilette gut haftet, ist ebenfalls schnell hergestellt.

Du benötigst dafür folgende Zutaten und Geräte:

- 2 EL Speisestärke
- 2 EL kristalline Zitronensäure
- 10 ml umweltfreundliche Flüssigseife oder Bio-Spülmittel (entspricht einem kleinen Schnapsglas)
- 500 ml kaltes Wasser
- Etwa 100 ml abgekochtes Wasser
- 2 kleine Töpfe
- 1 Messbecher
- 1 große Schüssel
- Mehrere kleine Gefäße
- 1 Schneebesen
- 1 Trichter
- 1 leere Flasche zum Abfüllen des Reinigers

GUTER SCHLAF DURCH SAUBERKEIT - DAS SCHLAFZIMMER

Etwa ein Drittel unserer Lebenszeit verbringen wir im Schlaf. Dem Schlafzimmer kommt daher bei der Reinigung der Wohnung eine große Bedeutung zu. Neben den üblichen Reinigungsarbeiten wie Fußböden saugen und/oder wischen und dem Sauberhalten der Oberflächen spielt die Bettthygiene eine große Rolle. Denn in einer Matratze leben zwischen ein und zehn Millionen Hausstaubmilben – abhängig von der Witterung (Milben lieben Wärme!), den Reinigungsaktivitäten und dem Alter der Matratze. Der Kot dieser Milben kann allergische Symptome bis hin zu Asthma hervorrufen, weshalb es sich empfiehlt, die Milbenpopulation so gering wie möglich zu halten. So ist es sinnvoll, die Bettwäsche wenigstens alle zwei Wochen zu wechseln und auf 60 °C zu waschen. Auch die Matratzenbezüge werden am besten regelmäßig bei diesen Temperaturen gewaschen. Selbst Kissen und Bettdecken lassen sich in der Regel waschen – einfach den Waschempfehlungen auf den Etiketten folgen!

Anti-Milben-Spray für die Matratze

Ein selbst gemachtes Anti-Milben-Spray für die Matratze, aber auch für Kissen und Bettdecken trägt dazu bei, die Milbenanzahl weiter zu verringern.

Während im Handel erhältliche Anti-Milben-Sprays häufig synthetische Insektizide enthalten, die auf Wasserorganismen giftig wirken und allergische Reaktionen auslösen können, sind in diesem Milben-Spray nur natürliche Biozide enthalten, die den Milben entgegenwirken. Es empfiehlt sich trotzdem, es nur wohldosiert anzuwenden.

Teppich reinigen mit Natron

Große, unhandliche Teppiche sowie Auslegware, die mit der Zeit durch vielen Gebrauch schmutzelig und unansehnlich geworden sind, kannst du mit ganz simplen Hausmitteln reinigen und frisch erstrahlen lassen. Einen effektiven Teppichreiniger herzustellen, gelingt dir ganz leicht selbst.

Teppichreiniger selber machen

Diese Zutaten und Utensilien brauchst du, um etwa fünf Quadratmeter Teppich zu reinigen:

- 250 g Speisestärke
- 250 g Natron
- Optional 50 ml weißer Essig
- 1 Puderzuckerstreuer oder einfach ein Schraubglas, dessen Deckel mit einem Nagel durchlöchert wurde
- 1 Sprühflasche

So wird der Teppich wieder sauber:

1. Speisestärke und Natron mischen und in den Streuer füllen. Großzügig möglichst gleichmäßig auf dem Teppich verteilen. Flecken können mit einer Extraportion des Pulvers bedacht werden.
2. Wasser aus einer Sprühflasche gleichmäßig aufsprühen, bis der Teppich feucht, aber nicht nass ist. Noch wirksamer ist es, ihn mit einer Mischung aus 1 Teil Essig und 3 Teilen Wasser zu besprühen. Bei der Verwendung von Essigessenz 1 Teil auf mindestens 10 Teile Wasser geben.
3. Mit einer Bürste das aufgetragene Pulver mit kreisenden Bewegungen leicht in den Teppich einmassieren.



4. Einwirken lassen, bis die Mischung getrocknet ist, am besten über Nacht.
5. Das getrocknete Pulver mit einem Staubsauger gründlich aufsaugen, Reste bei Bedarf ausbürsten.

HINWEIS: Essig und Natron besitzen einen leicht bleichenden Effekt. Daher ist es ratsam, die Wirkung auf der Teppichrückseite oder an einer unauffälligen Stelle zu testen. Es empfiehlt sich in jedem Fall, den Teppich gleichmäßig mit der Lösung zu behandeln, um Farbabweichungen zu vermeiden.

Korkboden nebelfeucht wischen mit Essigwasser

Wenn vergossene Flüssigkeiten und heruntergefallene Lebensmittel immer gleich weggewischt werden, reicht es völlig aus, die Korkböden im Alltag mit 100 Milliliter Essig auf acht Liter Wasser zu putzen. Nicht zu nass wischen, weil Kork dazu neigt, Feuchtigkeit aufzunehmen, und dann aufquellen würde. Vorsichtshalber kannst du den nebelfeucht geputzten Boden anschließend trocken wischen.

WASCHEN, ABER RICHTIG!

Im folgenden Kapitel erfährst du nicht nur, wie du beim Waschen Waschmittel sparen kannst, sondern auch, welche Alternativen es zu herkömmlichen Waschmitteln gibt, wie du Grauschleier aus der Wäsche entfernst und Flecken den Garaus machst. Du bekommst Tipps, wie du Weichspüler ersetzen kannst und empfindliche Kleidung mit umweltschonenden Mitteln reinigst.

Biologisches Waschmittel aus Efeu

Efeublätter enthalten – ähnlich wie Kastanien – Saponine, also seifenähnliche Substanzen, die Schmutz und Fett in der Waschmaschine binden und mit dem Abwasser abtransportieren. Aus diesem Grund lässt sich aus den Blättern ein hervorragendes Efeu-Waschmittel herstellen.

Die Blätter des Gemeinen Efeus können direkt von der Pflanze in die Waschtrommel gegeben werden. Bei Koch- oder Buntwäsche ab 40 °C und ohne Kurzwaschgang werden die Saponine auch ohne vorherige Bearbeitung der Blätter in ausreichender Menge herausgelöst und führen zu einem sauberen Ergebnis der Wäsche.

Dafür pro Waschladung etwa eine Handvoll Blätter grob zerreißen, in ein Wäschenetz oder eine Socke geben, das Ganze verschließen beziehungsweise verknoten und in der Waschtrommel mitwaschen. Ein Esslöffel Waschsoda in der Hauptspülkammer verstärkt das Waschergebnis und wirkt zudem wasserenthärtend.

Efeu-Waschmittel selber machen

Efeu ist aber nicht nur für Koch- und Buntwäsche ab 40 °C geeignet. Um mit Efeublättern auch bei niedrigen Temperaturen und kurzen Waschgängen Weißes, Buntes und Feines waschen zu können, empfiehlt es sich, eine Efeu-Waschlösung herzustellen.

Für eine Waschladung brauchst du folgende Zutaten:

- 1 Handvoll Efeublätter (ca. 30 g)
- 300 ml Wasser
- Optional 1 EL Waschsoda
- Optional 2–3 TL Sauerstoffbleiche für weiße Wäsche ohne Grauschleier
- 1 Gefäß, z. B. ein großes Einmach- oder Schraubglas



Zitronensäure für helle Wäsche

Zitronensäure hat einen leicht bleichenden Effekt und eignet sich ebenfalls als Weichspüler für helle Wäsche.

Die einfachste Anwendung ist, einen Teelöffel Zitronensäurepulver ins Weichspülerfach zu geben. Alternativ kannst du auch drei bis fünf Teelöffel Zitronensäure in einem Liter Wasser auflösen und von dieser Lösung dann 50–100 Milliliter je Waschgang verwenden. Bei manchen Waschmaschinen ist der Kanal zum Einspülen des Weichspülers sehr eng, er könnte durch Pulver unter Umständen verstopfen. Wenn du auf Nummer sicher gehen willst, dann verwende besser die zuvor im Wasser aufgelöste Variante.

TIPP: Besonders ökologisch ist die Option, frische oder getrocknete Zitronen- oder Orangenschalen in ein Stoffsäckchen oder einen verwaisten Strumpf zu geben und diesen einfach mitzuwaschen. Das hilft nicht nur, das Wasser zu enthärten, sondern verleiht deiner Wäsche auch einen frischen Duft.

Natron und Soda

Bei besonders hartem Wasser kannst du auch zwei Teelöffel Natronpulver in 100 Milliliter Wasser auflösen und diese Mischung ins Weichspülerfach geben.

Es ist auch möglich, zwei Teelöffel Soda in 100 Milliliter Wasser zu lösen und anstelle des Weichspülers zu verwenden. Beachte dabei jedoch, dass Soda nicht für tierische Fasern geeignet ist, da es sie aufquellen lässt.



DAS RICHTIGE HAUSMITTEL FÜR JEDEN FLECK

Zur Fleckentfernung gibt es Tausende von guten Ratschlägen. Außerdem gibt es auf dem Markt für jeden Fleck einen passenden „Fleckenteufel“ zu kaufen. Doch mit einigen ungewöhnlichen, aber sehr wirksamen Tipps, lässt sich nicht nur Geld bei der Fleckentfernung sparen, sondern, wenn überhaupt, sehr wenig Chemie einsetzen.

Wichtig ist vor allem, jeden Fleck so schnell wie möglich zu behandeln, damit er nicht zu tief ins Gewebe eindringt. Außerdem empfiehlt es sich, den „Fleckenverursacher“ zu kennen. Nur so lässt sich ein Gegenmittel sicher anwenden.

Schokolade, Kaffee und Kakao

Solche Flecken sind besonders hartnäckig, wenn sie sich erst einmal im Stoff festgesetzt haben. Ein sehr gutes Mittel dagegen ist Glycerin. Du behandelst den Fleck einfach damit, lässt die Wäsche eine Weile stehen und wäschst sie danach gut aus.



PUTZROUTINEN EINFÜHREN, ZEIT SPAREN

Ein sauberes, ordentliches Zuhause zu haben und zu behalten, muss nicht viel Zeit kosten. Wendest du jeden Tag nur ein paar Minuten für das Säubern auf, kannst du dich den Rest der Zeit um Dinge kümmern, die dir mehr Spaß machen. Vor allem: Du stehst nie wieder vor einem Berg unerledigter Aufgaben.

Denn wenn du nicht weißt, wo du anfangen sollst, wird es immer schwieriger, mit der Reinigung anzufangen und überhaupt wieder eine Grundordnung in die eigenen vier Wände zu bringen.

MONTAG: Badezimmer putzen

Das Badezimmer zu putzen, ohne sich auch um die Fußböden kümmern zu müssen, spart richtig Zeit. Montags ist lediglich dran:

1. Spiegel und andere Glasflächen sauber wischen: Mit einem selbst gemachten ökologischen Fensterreiniger (siehe S. 93) einsprühen und mit einem Wischer abziehen, bei Bedarf trocken nachwischen.
2. (Keramik-)Oberflächen reinigen: Mit einem selbst gemachten Anti-Kalk-Spray (siehe S. 20) einsprühen und abwischen.
3. Toilette säubern: Selbst gemachtes WC-Reinigungsgel (siehe S. 61) auftragen, einige Zeit später mit der Bürste kurz, aber kräftig durchbürsten und spülen.

Bei mehreren Badezimmern kann es sein, dass etwas mehr als 20 Minuten benötigt werden – durch die wöchentliche Routine schwindet der Zeitbedarf jedoch im Nu.

