

شستشو و تمیز کردن

تنها با چند تمیز کننده می توان محیط زندگی را پاکیزه و عاری از میکروب ها نگه داشت. میزان درست یعنی از مواد پاک کننده به صرفه استفاده کرد. مواد شیمیایی کمتر هم برای محیط زیست و هم برای سلامت شخصی خود و کودکانمان مفید است.

زدودن آلودگی تقریباً برای تمام سطوح و انواع آلودگی:

- تمیز کننده های خنثی یا پاک کننده های عمومی (نه برای مشمع کف اتاق / لینولئوم)
- بسیار سازگار با محیط زیست
- دستمال های میکروفایبر تا حد امکان فقط با آب
- به هیچ وجه محصولات تمیز کننده ضدباکتری استفاده ننمایید

ماده شوینده ظروف

- ملتی تیز برای ماشین (بدون نمک/کمک شستشو باید اضافه شود)

حمام و توالت

- دستشویی، دوش و وان حمام را سریعاً خشک کنید.
- دربرابرسوبات آهکی وادرلکه: لیمویا سرکه ای استفاده کنید
- به کمک توری از گرفتگی لوله ها جلوگیری کنید. هنگام گرفتگی لوله ها از فنر و لوله بازکن استفاده کنید نه مواد شیمیایی.
- از خوشبو کننده توالت یا سنگ توالت استفاده نکنید.

تمیز کردن پنجره

- رگه های نوری به دلیل استفاده زیاد از تمیز کننده ها به وجود می آیند.
- دستمال پنجره (چرمی یا میکروفیبر) و شیشه پاک کن استفاده کنید.
- آب گرم و کمی مایع ظرفشویی کافی خواهند بود.

خوش بو کننده هوا

- هوای تازه فقط با هوادهی و تهویه انجام می شود
- از اسپری و خوشبو کننده های دیگر صرف نظر کنید

Sauber putzen

Mit nur wenigen Reinigern lässt sich der Haushalt sauber und hygienisch halten. Richtig dosieren heißt, die Putzmittel sehr sparsam zu verwenden. Weniger „Chemie“ ist gut für die Umwelt sowie für unsere eigene Gesundheit und die unserer Kinder.

Für fast alle Flächen und Schmutzarten

- Neutralreiniger oder Allzweck- bzw. Universalreiniger (nicht für Linoleum).
- Besonders umweltschonend: Mikrofaser-tücher (möglichst nur mit Wasser) .
- Keine antibakteriellen Reinigungsprodukte nutzen!

Spülmittel

- Multitabs für die Maschine (kein Salz/Klarspüler zuzätzlich)!

Bad und WC

- Waschbecken, Duschen, Badewannen sofort trocken wischen.
- Gegen Kalk- und Urinstein: Zitronen- oder Essigreiniger.
- Verstopfungen durch Auffangsiebe verhindern, Saugglocke oder Spirale verwenden (keine Abflussreiniger!).
- Keine WC-Erfrischer/WC-Steine verwenden.

Fenster reinigen

- Schlieren entstehen durch zu viel Reinigungsmittel!
- Fenstertuch (Leder oder Mikrofaser) und Gummilippe nutzen.
- Warmes Wasser und ein Spritzer Spülmittel genügen.

Lufterfrischer

- Frische Luft gibt es nur durch Lüften.
- Auf Sprays und andere Duftspender verzichten.

خانه سازگار با محیط زیست

تمیز کردن و ماشین لباسشویی

**Umweltschonender Haushalt -
Putzen und waschen**

صرفه جویی در مصرف آب

روزانه هر فرد ۱۲۵ لیتر آب آشامیدنی مصرف می کند که تنها ۳ لیتر آن به عنوان آب آشامیدنی و یا جهت آماده سازی غذا است.

آشپزخانه

- ماشین ظرفشویی عملکرد به صرفه تری نسبت به شستشوی دستی دارد.
- آلودگی های عمده ظروف را تمیز کرده و آن را وارد ماشین ظرفشویی کنید. از شستن ظروف پیش از قراردادن آن ها در ماشین ظرفشویی خودداری کنید.
- از برنامه صرفه جویی ماشین در ۵۰ درجه استفاده کنید.
- در سینک آشپزخانه درپوشی را مجزا در مجرای فاضلاب قرار دهید. در زیر شیرآب در جریان ظروف را نشویید.

توالت و حمام

- از دکمه صرفه جویی سیفون استفاده کنید.
- دوش گرفتن کوتاه از حمام کردن طولانی بهتر است.
- از جریان مداوم آب در زمان صابون زنی به بدن و مسواک خودداری کنید.
- سر دوش های صرفه جو و سرشیرهای محدود کننده جریان آب در شیرهای آشپزخانه به صرفه جویی آب کمک می کند.

شستشوی لباس

- فقط با ماشین پر لباس بشویید.
- از برنامه خیس خوردن قبل از شستشوی اصلی استفاده نکنید. (لباس های خیلی کثیف را قبل از شستن در آب بخیسانید)
- برنامه های صرفه جویی ۴۰ درجه به جای ۶۰ درجه استفاده کنید. اکثرا ۳۰ درجه کافی خواهد بود.

فاضلاب …….چیزهایی که نباید داخل فاضلاب شود

باقیمانده غذا (غذای موش ها)،گوش پاک کن، تامپون، نوار بهداشتی،کاندوم، پوشک کودک، داروها باقیمانده رنگ بعد از تعمیرات ته سیگار و خاک گربه جزو زباله ها هستند.

Wasser sparen

Gut 125 Liter Trinkwasser verbraucht jeder von uns Tag für Tag. Nur etwa drei Liter davon werden getrunken oder zur Essenzubereitung genutzt.

Küche

- Eine volle Spülmaschine ist sparsamer als Handspülen.**
- Geschirr nur grob von Essensresten befreien, bevor es in die Spülmaschine kommt, nicht vorspülen.**
- Spar- oder Ecoprogramm bei etwa 50 °C nutzen.**
- Im Spülbecken Stöpsel in den Abfluss, nicht unter fließendem Wasser abspülen.**

WC und Bad

- Spartaste an der WC-Spülung nutzen.**
- Besser (kurz) duschen statt baden.**
- Wasser beim Einseifen/Zähneputzen nicht laufen lassen.**
- Spar-Duschkopf und Durchflussbegrenzer (Perlatoren) in der Waschbeckenarmatur helfen beim Sparen.**

Wäsche waschen

- Nur voll beladen waschen.**
- Keine Vorwäsche wählen (stark verschmutze Wäsche vor dem Waschen einweichen).**
- Sparprogramme bei 40 °C statt 60 °C nutzen, meistens reicht sogar 30 °C.**

Abwasser …das gehört nicht hinein:

Lebensmittelreste (sind „Rattenfutter“). Wattestäbchen, Tampons, Damenbinden, Kondome, Windeln, Medikamente, Farbreste nach der Renovierung. Katzenstreu oder Zigarettenskippen gehören in den Restmüll!

شستشوی لباس

۲ تا ۳ نوع شوینده قاعدتا کافی خواهد بود تا تمام پوشاک و پارچه ها تمیز شوند. از نرم کننده ها صرف نظر شود زیرا در ترکیب با یک خشک کن بلااستفاده هستند. اگر ماده شوینده یا صابون مخصوصی که از صفرای گاو تهیه می شود را به لکه ها بزنیم می توانیم از مواد شوینده کمتری استفاه کنیم.

شوینده ها

- ماده شوینده لباس های رنگی برای البسه سفید و رنگی مهمترین ماده شوینده برای تقریبا تمام بافت های جدید هستند
- شوینده ظریف یا پشمی برای ابریشم، پشم و پر قو

شوینده های مخصوص

- شوینده کامل احتمالا بعضی اوقات برای البسه سفید استفاده می شود (این شوینده ها دارای مواد سفید کننده هستند).
- شوینده پرده ها با محدود کننده کف، سفید کننده و درخشان کننده های نوری

لکه برها

- صابون صفرای گاو (لکه های چربی، نشاسته، خون، میوه و مواد پروتیینی) از بهترین مواد لکه بر به شمار می روند

میزان مصرف

- شوینده های جامد اقتصادی تر هستند.
- برای آب نرم شهر Bremen کمترین مقدار دوز پیشنهادی سازنده شوینده کافی خواهد بود.
- پیمانه دوز را می توان به صورت مجانی از سازنده شوینده تقاضا کرد.
- بسته بندی های خیلی بزرگ را خریداری نکنید نه اقتصادی هستند و نه سازگار با محیط زیست.

Wäsche waschen

Zwei bis drei Waschmitteltypen reichen in der Regel aus, alle Textilien sauber zu bekommen. Auf Weichspüler sollte verzichtet werden. In Kombination mit einem Trockner ist er völlig überflüssig. Werden Flecken mit Waschmittel oder Gallseife vorbehandelt, kann in der Maschine sparsamer dosiert werden.

Waschmittel

- Colorwaschmittel für bunte und weiße Wäsche,** das wichtigste Waschmittel für fast alle modernen Gewebe.
- Fein- oder Wollwaschmittel für Seide, Wolle, Daunen.**

Spezialwaschmittel

- Vollwaschmittel eventuell ab und zu für weiße Wäsche (enthält Bleichmittel).**
- Gardinenwaschmittel mit Schaumbremse, Bleichmittel und optischen Aufhellern.**

Gegen Flecken

- Gallseife (Fett-, Stärke-, Blut-, Obst- und Eiweißflecke).**

Dosierung

- Kompakte Waschmittel sind sehr ergiebig.**
- Für das weiche Bremer Wasser reicht die niedrigste (!) auf der Verpackung angegebene Dosierung.**
- Dosierbecher können kostenlos beim Waschmittelhersteller bestellt werden.**
- Keine Großpackungen (Jumbos). Sie sind weder ergiebig noch umweltschonend.**