



## Putzlappen selbst nähen

### Zutaten:

- für die grobe Seite: ein altes Frotteehandtuch, derber Polsterstoff oder auch Sackleinen (aber keine Kunstfaser!)
- für die feine Seite: ein ausgedientes Geschirrtuch oder andere Stoffreste aus Baumwolle, Leinen oder anderem, saugfähigem Gewebe
- optional voluminöser Füllstoff wie Flanell oder Molton
- Nähmaschine (von Hand nähen geht aber auch), Nähgarn, Nadeln, Schere

### So geht's:

1. Groben und feinen Stoff in gleich große Rechtecke, z.B. 11x15 (größer oder kleiner geht auch), zuschneiden und nach Wunsch die Ecken etwas abrunden.
2. Je ein Stück Frotteestoff und Geschirrtuch (oder anderen Stoff deiner Wahl) bündig aufeinanderlegen, sodass die späteren Außenseiten nach innen zeigen. Auf Wunsch eine weitere Lage Frotteestoff oder Füllstoff darauflegen, um einen robusteren Schwamm zu erhalten.
3. Stoffe mit Stecknadeln aneinanderheften, damit sie beim Nähen nicht verrutschen.
4. Etwa einen halben Zentimeter vom Rand entfernt rundherum aneinandernähen. Wenn du die "Kurven" abrundest, erhalten die Schwämmchen eine schönere Form. Ein etwa vier Zentimeter langes Stück zum Wenden offenlassen.
5. Durch die verbliebene Wendeöffnung auf rechts umkrepeln. Eventuell mit Molton- oder anderen Stoffresten ausstopfen, um statt eines kleinen Lappens einen Schwamm zu erhalten.
6. Die Ränder der Öffnung nach innen falten und mit Stecknadeln heften. Mit einer weiteren Naht etwa einen halben Zentimeter vom Rand entfernt einmal rund um den Lappen/Schwamm nähen und dabei die Öffnung mit zunähen.



## Tipp:

- **Schleife zum Aufhängen:** Dafür eignet sich zum Beispiel der Saum des zerschnittenen Baumwollhandtuchs. Ein Stück davon zu einer Schleife zusammenlegen und in Schritt 2 zwischen Frottee- und Geschirrhandtuch legen. Die Schleife zeigt dabei nach innen, die Enden ragen etwas über die Stoffränder hinaus. Nach dem Wenden befindet sich die Schleife dann auf der Außenseite. Die Stofflagen wie oben beschrieben zusammennähen.

nach: <https://www.smarticular.net/spuelschwamm-naehen-handtuecher-upcycling-muell-vermeiden/>



## Badreiniger

### Zutaten:

- 500 ml lauwarmes Wasser
- 50 g Zitronensäure (bei stark kalkhaltigem Wasser auch 100 g)
- 1 TL Flüssigseife oder Spülmittel; wenn es stärker schäumen soll, auch mehr
- 5-10 Tropfen ätherisches Öl. Für mehr Reinigungskraft und gegen Keime helfen Teebaumöl, Lavendelöl oder Zitrusöle.
- eine leere Sprühflasche z.B. vom alten Reiniger

### So geht's:

1. Das warme Wasser in die Sprühflasche füllen.
2. Mit Hilfe eines Trichters die Zitronensäure hinzufügen.
3. So lange schütteln, bis die Zitronensäure sich aufgelöst hat.
4. Die Seife und das Öl hinzufügen, vorsichtig schütteln.

### Anwendung:

- das Spray gut schütteln
- aufsprühen und ein paar Minuten einwirken lassen
- abwischen
- mit klarem Wasser nachspülen

! Achtung bei Oberflächen aus **Naturstein!** Sie vertragen keine säurehaltigen Putzmittel. Bei Unsicherheit lieber an einer unauffälligen Stelle ausprobieren. !



## Zitrus-Allzweckreiniger

### Zutaten:

- Schalen von Zitrusfrüchten
- weißer Tafelessig (keine Essigessenz)
- ein Glasgefäß, z.B. ein großes Einmachglas

### So geht's:

1. Die Schalen zerkleinern und dicht in das Gefäß füllen.
2. Den unverdünnten Tafelessig in das Gefäß schütten, so dass die Schalen vollständig bedeckt sind.
3. Zwei bis drei Wochen ziehen lassen, dabei gelegentlich leicht schütteln; darauf achten, dass die Schalen immer mit Essig bedeckt bleiben, also bei Bedarf nachschütten.
4. Wenn der Essig sich dunkler verfärbt hat, durch ein feines Sieb abgießen und in eine Sprühflasche füllen.
5. Nach Wunsch einen Spritzer Spülmittel oder Flüssigseife hinzufügen, damit der Reiniger besser haftet.
6. Unverdünnt anwenden.

**!** Achtung bei Oberflächen aus Naturstein! Sie vertragen keine säurehaltigen Putzmittel. Bei Unsicherheit lieber an einer unauffälligen Stelle ausprobieren. **!**

Auch Linoleum und Silikonfugen und -dichtungen vertragen keine Essigsäure, hierfür lieber Zitronensäure oder Natron verwenden.



## „Zauberspray“ – ein Universalreiniger

### Zutaten für 2 l

(Diese Menge ist auf das Fassungsvermögen des Thermomix angepasst. Für die Herstellung in einem normalen Topf lässt sich die Menge auch halbieren oder vierteln):

- 30 g reine Soda bzw. 75 g Kristallsoda
- 50 g Bio-Spülmittel
- optional: 20-30 Tropfen ätherisches, naturreines Öl nach Geschmack:
  - Eukalyptus wirkt antibakteriell, antiviral und antifungal
  - Teebaumöl
  - Mischung verschiedener Öle, wie zum Beispiel Lavendel, Mandarine oder Orange
- 60 ml Essigessenz (25%) oder 300 ml Tafelessig (5%)
- Wasser:
  - bei Verwendung von Tafelessig: 1,5 l
  - bei Verwendung von Essigessenz: 1,75

### So geht's ohne Thermomix:

1. Soda mit 250 ml Wasser in den Topf geben.
2. Umrühren und kurz zum Kochen bringen.
3. Topf von der Hitze nehmen.
4. 50 g Spülmittel und ggf. ätherische Öle hinzugeben, umrühren.
5. 60 ml Essigessenz oder 300 ml Tafelessig in den Topf gießen (langsam wegen möglicher Schaumbildung) und weiter rühren.
6. 1,5 bis 1,75 L Wasser hinzugießen und noch einmal alles gründlich mischen
7. Den fertigen Reiniger in geeignete Gefäße abfüllen und mit Namen des Mittels und Datum beschriften:
  - a. Sprayflasche eines alten Putzmittels
  - b. Glasflasche
8. Vor Gebrauch gut schütteln.



### So geht's mit Thermomix (benötigte Zeit: 5 Minuten):

- Soda mit 250 ml Wasser auf Sanfrührstufe aufkochen.
- Spülmittel und ätherische Öle zugeben und fünf Sekunden lang auf Stufe vier vermischen.
- Essigessenz oder Tafelessig langsam und vorsichtig dazugeben (wegen möglicher Schaumbildung).
- Diese konzentrierte Zauberspray-Mischung mit Wasser auf zwei Liter auffüllen. Fünf Sekunden lang auf Stufe vier mischen.

Achtung bei Oberflächen aus Naturstein! Sie vertragen keine säurehaltigen Putzmittel.

- ! Vorsicht auch bei Laminat, Kork und Echtholz, da das Zauberspray das Material aufhellen kann. !
  - Bei Unsicherheit lieber an einer unauffälligen Stelle ausprobieren. ●
- Achtung: übermäßigen Hautkontakt vermeiden, da das Mittel die Haut stark entfettet. Handschuhe benutzen.

### Verwendung:

- als Spray: etwas davon auf die zu reinigenden Flächen sprühen und mit einem Lappen oder Schwamm abwischen.
- Bei schweren Verschmutzungen ein paar Minuten bis zu einer halben Stunde einwirken lassen.
- geeignet zur Reinigung von
  - Armaturen aus Chrom
  - Fliesen, Fliesenfugen
  - Toilette, Badewanne, Waschbecken, Dusche
- hartnäckige Flecken auf Kleidungsstücken vorbehandeln. Achtung: nicht für tierische Materialien wie Wolle und Seide, da Soda die Fasern aufquellen lässt. Hierfür empfiehlt sich die Behandlung mit einem speziellen Fein- und Wollwaschmittel.
- Gartenmöbel
- Autofelgen
- im Wischwasser: 15 ml der Flüssigkeit

nach: <https://www.smarticular.net/zauberspray-universalreiniger-mit-oder-ohne-thermomix-herstellen/>



## WC-Reinigungs-Gel

Ein Gel zur Toilettenreinigung hat den Vorteil, dass es besser haftet und daher länger einwirken kann als ein flüssiger Reiniger.

### Zutaten:

- 2 EL Speisestärke
- 2 EL kristalline Zitronensäure
- 10 ml/ein kleines Schnapsglas umweltfreundliche Flüssigseife oder Bio-Spülmittel
- optional: 5-10 Tropfen eines ätherischen Öls, z.B. Teebaum, Lavendel oder Orange (Duft, Keimtötung)
- 500 ml kaltes Wasser
- circa 100 ml abgekochtes Wasser
- ein Glasgefäß, z.B. ein großes Einmachglas

### So geht's:

1. 100 ml Wasser abkochen und zum Abkühlen zur Seite stellen.
2. In einem Topf die Speisestärke in 500 ml kaltes Wasser einrühren.
3. Die Mischung kurz aufkochen und dabei stetig rühren, damit keine Klumpen übrigbleiben. Es sollte eine zähflüssige, milchige Masse entstehen. Vor der Weiterverarbeitung auf 40° abkühlen lassen.
4. In das zuvor abgekochte, auf 40° abgekühlte Wasser Zitronensäure einrühren und so langeiterrühren, bis sich alle Kristalle im Wasser aufgelöst haben.
5. 10 ml Spülmittel hinzufügen.
6. Die entstandene Flüssigkeit mit dem Wasser-Speisestärke-Gemisch vermengen.
7. in Flaschen abfüllen, zum Beispiel die leere vom bisher genutzten Produkt. Tipp: Viele handelsübliche WC-Reiniger-Flaschen lassen sich öffnen (Messer, flacher Gegenstand) und neu befüllen.

nach: <https://www.smarticular.net/toiletten-reiniger-selber-herstellen/>



## Abflussreiniger

### Zutaten:

- 4 EL Soda
- ½ Tasse heller Essig

### So geht's:

1. Soda direkt in den Abfluss schütten.
2. Sofort den Essig hinterherschütten.
3. Den entstehenden blubbernden weißen Schaum 2-3 Minuten einwirken lassen.
4. mit reichlich heißem Wasser nachspülen

### Wenn dieses Mittel nicht hilft:

Siphon abbauen und die Verschmutzungen von Hand entfernen. Das ist die umweltfreundlichste Behandlung für verstopfte Abflüsse, denn sie kommt gänzlich ohne Chemikalien aus.

nach: <https://www.smarticular.net/abflussreiniger-aus-soda-und-essig-preiswert-und-wirkungsvoll/>





## Wasser sauber halten

Nach der Aussage eines Vermolder Abwassermeisters hat die Vermolder Kläranlage folgende Probleme:

- Im **Vermolder Abwasser** finden sich
  - **Hygieneartikel**
  - **Öl- und Fettklumpen**
- Sie verstopfen die Pumpen und erhöhen den Reinigungs- und Wartungsaufwand.
- Die Kläranlage kann **weder Chemikalien noch Mikroplastik** ausfiltern.

Für unser sauberes, unbelastetes Wasser können wir Verbraucher selbst viel tun:

- **Hygieneartikel** wie Feuchttücher, Kondome, Windeln, Tampons, Binden u.ä. nicht in der Toilette, sondern im Müll entsorgen.
- **Medikamentenreste** zur Apotheke zurückbringen.
- **Fettige Töpfe und Pfannen** erst gründlich mit Papier abwischen, danach spülen.
- Größere Reste von **Öl, Fett und fettigen Saucen** in ein altes Marmeladenglas füllen, zuschrauben und im Restmüll entsorgen.
- Nur vollständig biologisch abbaubare **Reinigungsmittel** verwenden.
- **Putzwasser** nicht in den Regenwassergully, sondern in die Toilette schütten.
- Das **Auto** in der Waschanlage waschen, wo es Ölabscheider gibt.
- **Mikroplastik** in Kleidung, Kosmetika und Putzlappen vermeiden.



## Feste Handcreme selbst machen

### Zutaten (z.B. aus der Apotheke):

- 40 g Kakaobutter
- 30 g Sheabutter)
- 30 g Bienenwachs
- 1-2 EL Jojobaöl
- nach Wunsch: getrocknete Blütenblätter, ätherisches Öl

**außerdem:** Förmchen, z.B. Pralinenförmchen, Ausstecher für Plätzchen oder Silikonförmchen

### So geht's:

1. Kakaobutter, Sheabutter, Bienenwachs und Jojobaöl im Wasserbad erhitzen, bis die Zutaten zu einer gelben Flüssigkeit geschmolzen sind.
2. Nach Wunsch ein paar Tropfen ätherisches Öl hinzugeben.
3. Die Masse in die Förmchen gießen.
4. Getrocknete Blüten in die Förmchen streuen. So wird die Creme zu etwas ganz Besonderem.
5. Die Förmchen mit der Handcreme an einem kühlen Ort aushärten lassen.
6. Die ausgehärtete Handcreme vorsichtig aus den Förmchen lösen.

Rezept von Bärbel Brennecke, nach einer Idee von Waschbär  
(<https://www.waschbaer.de/magazin/feste-handcreme-selbst-herstellen/>)



## Lippenbalsam selbst herstellen

### Zutaten (z.B. aus der Apotheke):

- 20 g Bienenwachs
- 20 g Kokosöl
- 20 g Sheabutter
- nach Wunsch: ½ TL Honig, z.B. Manuka-Honig

**außerdem:** leere Cremedöschen; Holzspatel zum Rühren

### So geht's:

1. Alle Zutaten zusammen im Wasserbad schmelzen und verrühren. Nach Wunsch Honig einrühren.
2. Die Masse in leere Döschen füllen.
3. Aushärten lassen.

### Tipp:

Wenn man farbigen Lippenbalsam haben möchte, kann man etwas von seinem Lippenstift hinzufügen.

nach: <https://www.waschbaer.de/magazin/diy-lippenpflege/>