



Proper Poetsen

EcoHuis
Antwerpen



A photograph showing a person's hands and arms as they wash dishes in a kitchen sink. The water is bubbly with soap. The person is wearing a green top and a white long-sleeved shirt. The background is slightly blurred, showing a kitchen setting.

Inhoudstafel

Iedereen kan 'anders' poetsen	p. 1
Milieuvriendelijke producten	p. 3
Aan de slag met milieuvriendelijke schoonmaakproducten	
Soda	p. 5
Groene of bruine zeep	p. 8
Azijn	p. 11
Microvezeldoekje	p. 14
Vaatwasmiddel	p. 16
Allesreiniger	p. 18
Textielwasmiddel	p. 19

Een propere en gezonde stad!

De stad heeft veel aandacht voor duurzaam leven. Hoe we poetsen en welke producten we daarvoor gebruiken, is daar een belangrijk onderdeel van. In dit boekje vindt u heel wat tips over goedkope ecologische poetsproducten.

Zo kunt u thuis aan de slag met drie goedkope en gezonde schoonmaakmiddelen: soda, groene zeep en azijn. Een handige gids om uw huis gezond en milieuvriendelijk proper te houden.

Iedereen kan 'anders' poetsen

Hebt u ook zoveel schoonmaakproducten: voor de vloer, de tafel, de tegels, de badkamer en ook een paar 'wondermiddeltjes' voor hardnekkig vuil? Duur en dikwijls overbodig. En ze zijn heel schadelijk zijn voor onze omgeving. 'Anders' poetsen is dus niet zo gek.

Schoonmaak of 'vuilmaak'-producten?

Veel onderhoudsproducten vervuilen ons drinkwater. Ze komen in het oppervlaktewater terecht. Van vuil water drinkwater maken, kost veel meer moeite. Vooral producten als ammoniak en javel zijn zeer slecht. Onderhoudsproducten van plantaardige grondstoffen zijn veel minder belastend voor het milieu en het water.





Op grootmoeders wijze

Onze (over)grootouders gebruikten vooral azijn, soda, bruine of groene zeep en zand voor de schoonmaak. We moeten niet gaan poetsen zoals vroeger, maar we kunnen wel heel wat oude middeltjes of andere milieuvriendelijke producten gebruiken. Zonder aan kwaliteit te verliezen.

Wat is ‘echt’ proper?

Moet uw woning gewoon proper zijn of echt bacterievrij en steriel? Volgens de reclame is proper niet genoeg, maar dat is onzin. Wist u dat er een kwartier na de schoonmaak alweer evenveel bacteriën zitten als voor het poetsen?

Veelvuldig gebruik van desinfecterende middelen maakt de bacteriën bovendien weerbaarder waardoor u alsmaar zwaardere middelen moet gebruiken. Als u uw huis regelmatig onderhoudt, hebt u geen desinfecterende middelen nodig. Gebruik ze alleen als er iemand een overdraagbare ziekte heeft.

Milieuvriendelijke producten

Een milieuvriendelijk product is herkenbaar aan de keurlabels. Sommige producten dragen geen keurlabel maar zijn wel milieuvriendelijk; dat ziet u aan de informatie op het etiket.

Europese ecolabel



Nordic Swan



Der Blaue Engel



Lees de etiketten van uw producten

Op een etiket van een schoonmaakproduct ziet u of een product milieuvriendelijk is of niet. Omdat de informatie niet altijd even duidelijk is, zetten we enkele tips op een rijtje:

- Volgens de wet moet op het etiket volgende informatie staan: naam van het product, prijs, gewicht, de verantwoordelijke voor de commercialisering en de ingrediënten vanaf een bepaalde concentratie.

- Bij gevaarlijke producten moet de naam van de gevaarlijke elementen, de gevaarsymbolen (zwart op oranje) en uitleg over bijzondere gevaren en veiligheidsaanbevelingen op de verpakking staan.
- Op uitgebreide etiketten vindt u ook informatie over de dosering, biologische afbreekbaarheid en een volledige ingrediëntenlijst. Die informatie zegt meer over de milieuvriendelijkheid:
 - **Biologische afbreekbaarheid:** volgens de wet moeten oppervlakteactieve stoffen van een product binnen de 28 dagen voor 60 procent afgebroken worden tot water, CO₂ en anorganische zouten. Milieuvriendelijke producten doen het beter. De informatie op het etiket moet over de volledige afbreekbaarheid gaan en duidelijk zijn.
 - **Ingrediënten:** grondstoffen, zepen, detergenten en wasactieve stoffen van **plantaardige oorsprong** zijn milieuvriendelijk.
 - **Vermijd** producten die chloor (Cl), fosfor (P) of fosfaat (PO) bevatten.
 - **Dosering:** gebruik nooit meer dan de aangegeven dosis; meer product zorgt niet voor een beter resultaat. Let op de info over vervuiling van het wasgoed of de hardheid van het water.
 - **Verpakking:** een milieuvriendelijke verpakking is navulbaar, recycleerbaar en gemaakt van gerecycleerd materiaal. Een grotere verpakking is beter dan een kleine: een fles van vijf liter vervuult minder dan twintig flesjes van 250 ml.



Aan de slag met milieuvriendelijke schoonmaakproducten

Soda

Soda is nog altijd bruikbaar in het huishouden. Soda is milieuvriendelijk en goedkoop! Opgelet: soda is niet geschikt voor de schoonmaak van aluminium, marmer of poreuze gesteenten en delicate stoffen zoals zijde.

Gebruik soda als:

- ✓ allesreiniger
- ✓ ontstopper
- ✓ schuurmiddel
- ✓ bleekmiddel
- ✓ zilverpoets
- ✓ ontgeurder

Voordelen van soda:

- 😊 bruikbaar voor veel schoonmaakwerkjes
- 😊 goedkoop
- 😊 licht desinfecterend

Laura: “Ik kocht altijd van die dure ontstoppers. Maar soda werkt ook en het is veel goedkoper”.

Soda (natriumcarbonaat) bestaat in twee vormen: schoonmaaksoda in korrels en baking soda (natriumbicarbonaat) of zuiveringszout. In de tips maken we soms een verschil tussen de twee soorten.

Enkele tips

Allesreiniger: voeg een tas soda toe aan een emmer warm water. Zo gaan vloeren en wanden van geglazuurde tegels mooi glanzen. Laten drogen en oppoetsen met een zachte doek. Niet geschikt voor poreuze vloeren zoals marmer.

Ontstopper: giet heet water over een flinke schep schoonmaaksoda in de gootsteen. Laat een kwartiertje intrekken en spoel na met water.

Is de verstopping hardnekkig? Giet dan over een schep soda een flinke kop azijn en daarna heet water. Laat dit een nacht staan. Zet wel een emmer of pot over het afvoergat want door de chemische reactie ontstaan gassen. U kunt deze mix ook gebruiken als wc-reiniger.

Verstopping kunt u **voorkomen** door regelmatig koffiedik door de gootsteen te spoelen, dit lost vet op en houdt de afvoerpijpen proper.

Ontsmetten: houten snijplankjes ontsmet u door ze in te wrijven met zuiveringszout dat u een beetje bevochtigt.





Schuurmiddel: vul een aangekoekte pan of pot proper met water en een schep schoonmaaksoda. Breng het aan de kook en schuur nadien even op. Doe dit niet met aluminium potten en pannen: soda tast aluminium aan.

Bleekmiddel: meng zuiveringszout met citroen en u krijgt een perfect bleekmiddel. Poets daarmee het email van uw bad mooi wit en bleek de vlekken uit uw kleding. Gebruik dit niet bij delicate stoffen.

Zilverpoets: vul een bakje met kokend water. Doe er enkele scheppen schoonmaaksoda bij en daarna een paar proppen aluminiumfolie. Leg uw zilverwerk erin en wacht tot het stopt met bruisen. Spoel uw zilver achteraf met water.

Ontgeuren: doe een schep schoonmaaksoda in bezwete (sport)schoenen en laat een nacht staan. Maak de volgende dag de schoenen leeg. Doe dit als het nodig is met de stofzuiger. Ook koelkasten en kasten raken zo hun nare geuren kwijt. De gebruikte soda kunt u nog gebruiken om uw toilet schoon te maken.

Groene of bruine zeep

Groene (of bruine) zeep is gemaakt van plantaardige oliën zoals koolraapolie en sojaolie. De zeep werd vroeger gemaakt van groene hennepolie, vandaar de naam groene zeep.

Groene zeep is zeer goed afbreekbaar in de natuur en is zeer milieuvriendelijk.

Gebruik groene zeep als:

- ✓ allesreiniger
- ✓ handzeep
- ✓ textielwasmiddel
- ✓ ontvlekker

Voordelen van groene zeep:

- 😊 goede ontvetter
- 😊 goed afbreekbaar
- 😊 goedkoop



Enkele tips:

Ontvleken: verwijder vlekken van vetten, olie, koffie, thee, schmink, melkproducten, sauzen of snoepgoed op een stoffen zetel of tapijt met een sopje van groene zeep. Verwijder de zeep nadien met afgekoeld gekookt water. Gebruik groene zeep niet op hoogglanslak.

Textielwas: smeer vieze vlekken en vuile kragen in met groene zeep voor u ze in de wasmachine steekt.

Ramen: vul twee emmers: één met warm water en groene zeep, één met warm water en eventueel een scheut azijn. Gebruik voor elke emmer een apart doekje dat niet pluist, eventueel een microvezeldoekje. Zeep uw raam in en spoel het direct na met het tweede doekje dat u goed uitwringt. De ramen drogen streeploos en blijven langer proper.

Persoonlijke hygiëne: u kunt groene zeep gebruiken in de plaats van gewone zeep. Het maakt de huid minder droog en is beter voor mensen met allergieën.

Ria: “Ik gebruik al jaren bruine zeep, maar eigenlijk ik wist niet dat ik al jaren milieuvriendelijk poetste.”

Azijn

Azijn ontstaat door de omzetting van alcohol in een zuur. Azijn kan voor veel zaken gebruikt worden, niet alleen in de keuken. Azijn is een goede ontkalker.

Azijn is een goedkoop en milieuvriendelijk poetsproduct. Schoonmaakazijn koopt u in de supermarkt of bij de drogist. Het is wat zuurder dan gewone azijn en beter voor de schoonmaak. Azijn breekt wel de werking van zeep af. Gebruik het dus niet samen met zeep.

Gebruik azijn als:

- ✓ ontkalker
- ✓ alternatief voor ammoniak
- ✓ wasverzachter

Voordelen van azijn:

- 😊 goedkoop
- 😊 een effectieve ontkalker
- 😊 vetoplossend
- 😊 behoudt kleuren van kleding goed

Enkele tips:

Ontkalker: ontkalk waterkokers en koffiezetapparaten. Vul het apparaat met onverdunde azijn en zet het aan. Spoel enkele keren na.

Alternatief voor ammoniak: doe een flinke scheut schoonmaakazijn in het water waar u de ramen mee zeemt of uw drinkglazen mee spoelt. Uw glas wordt mooi helder zonder strepen.

Wasverzachter: azijn werkt minstens even goed en is zachter voor stoffen als wol en zijde. Doe een flinke scheut azijn in het wasverzachtervakje. Doe het niet in hetzelfde bakje van de zeep want dan werkt de zeep niet.

Zeepoplossend: verwijder zeepresten uit tapijten of zetels die u net met zeep hebt behandeld, door ze met koud water en azijn te deppen.

Ontstopper: in combinatie met soda (zie pagina 6).

Huisstofmijt: dep uw matras regelmatig met een spons die u in een azijnwateroplossing drenkt.



Glansmiddel: laat uw tegels, spiegels en douche glanzen met een in azijn besprenkelde poetsdoek. Leg een doekje met azijn een nacht op uw kraan; leg bruismondstukken van kranen en douchekoppen in een azijnbadje om de kalkaanslag te doen verdwijnen.

Onkruidverdelger: gebruik een oplossing van vijf tot tien procent azijn in water als onkruidverdelger in de tuin. Vooral distels zijn er, in de eerste twee weken, zeer gevoelig voor.



Microvezeldoekje

Het doekje heeft een groot opzuigend vermogen. Vet hecht zich aan de vezels, zo moet u geen schoonmaakmiddel gebruiken. Microvezeldoekjes zijn snel vuil maar kunnen op een lage temperatuur en met weinig wasmiddel gewassen worden.

Gebruik microvezeldoekjes als:

- ✓ poetsdoek
- ✓ stofdoek
- ✓ afdroogdoek voor glazen

Voordelen van microvezeldoekjes:

- 😊 geen schoonmaakmiddel nodig
- 😊 vetopslorpend

Zo gebruikt u een microvezeldoekje

- Gebruik **geen** schoonmaakmiddel, enkel handwarm water. Schoonmaakmiddelen verminderen de werking van de vezels.
- Maak het doekje vochtig en wring het goed uit.
- Vouw het doekje drie keer dubbel, wrijf met normale druk over het te poetsen oppervlak, liefst met een draaiende beweging.
- Als het doekje minder vuil opneemt, gebruik dan een nieuw propere zijde.
- Als alle vlakken zijn gebruikt, neem dan een gewassen of nieuw exemplaar.

- Laat het doekje niet nat in een emmer liggen, dan wordt het broos en gaat de werking verloren.
- Spoel het doekje niet maar was het als het vuil is op 40° of 60° C naargelang de vervuiling. Gebruik geen wasverzachter of bleekmiddel, dit maakt het doekje stuk. Gebruik weinig wasmiddel.



Enkele tips

- Droog uw glazen af met een microvezeldoekje voor een mooie glans.
- Bind een microvezeldoekje rond uw schuurborstel of trekker om over de vloer te gaan.
- Poets uw computerscherm en toetsenbord met een vochtig (niet nat) microvezeldoekje.
- Veeg gewassen ramen even na met een propere microvezeldoek om strepen te vermijden.
- Reinig keramische kookplaten direct na het koken met een nat microvezeldoekje.

Frank: “De microvezeldoek verbaasde me. Het werkt echt! Misschien kunt u de mensen nog meegeven dat ze best meerdere kleuren van doekjes gebruiken. Zo kunnen ze makkelijker herkennen welk doekje ze bijvoorbeeld voor het toilet of de keuken gebruiken.”

Vaatwasmiddel

De meeste vaatwasmiddelen bevatten synthetische detergents, kleurstoffen en parfums, die schadelijk zijn voor het milieu. Ze kunnen vervangen worden door plantaardige stoffen die veel beter worden afgebroken. Koop een product dat gemaakt is van plantaardige grondstoffen. U kunt ook soda gebruiken.



Gebruik uw vaatwasmiddel zo:

- Gebruik nooit meer dan er op de verpakking staat.
- Vaatwaswater moet niet flink schuimen. Vervang uw sopje niet omdat het niet meer schuimt.
- U kunt vaatwasmiddel ook gebruiken om ramen of meubelen te poetsen.
- Wacht tot u voldoende vaatwas hebt, zo spaart u vaatwasmiddel én water.

Rosa: “Het milieuvriendelijk vaatwasmiddel schuimt minder, maar het werkt echt even goed als andere producten en het ruikt zo lekker.”



Allesreiniger

Voor zeer vuile vloeren, wanden of kasten hebt u een allesreiniger nodig. U hebt niet voor elke ondergrond een ander product nodig. Met een allesreiniger vervuult het afvalwater minder en u bespaart op de aankoop van veel verschillende schoonmaakmiddelen.

Let erop dat de allesreiniger gemaakt is van plantaardige bestanddelen en dat hij geconcentreerd is. Zo wordt er in het productieproces minder water verbruikt.

Voordelen van een allesreiniger:

☺ U hebt maar één product nodig in plaats van een kast vol schadelijke producten

Zo gebruikt u een allesreiniger

- Gebruik voor kleine oppervlakken de sproeimethode: zo doseert u het product op de plaats waar u het nodig hebt. Besproei het vuile oppervlak met de allesreiniger en wrijf met een nat doekje het oppervlak proper.
- Doe voor de vloer de aangegeven hoeveelheid in een emmer water.
- Gebruik groene of bruine zeep als u regenwater gebruikt of als het water niet hard is.

Textielwasmiddel

Zeep voor de wasmachine bestaat voor een groot deel uit petrochemische grondstoffen, gebaseerd op aardolie die snel opraakt. Resten hiervan zijn slecht afbreekbaar en stapelen zich op in de natuur. Wasmiddelen op plantaardige basis zijn beter. Ze zijn zo goed als volledig afbreekbaar.

Enkele tips:

- Gebruik nooit meer dan wat op de verpakking staat.
- Wassen op 90° C is niet nodig. Zelfs bij vuil witgoed volstaat 60° meestal. Textiel dat niet heel vuil is kan op 30° of 40° C gewassen worden.
- Smeer erg vuile vlekken vooraf in met groene/bruine zeep.
- Tijdens het wasprogramma kunt u de hoofdwashet uur onderbreken, zo kan het wasgoed wat langer weken en heeft het wasmiddel meer effect.
- Let bij aankoop van een nieuwe wasmachine op het energielabel. AAA of A++ toestellen verbruiken minder elektriciteit en water. Ze kosten iets meer maar u verdient het verschil snel terug omdat u minder verbruikt. U kunt dit berekenen op www.energiesparen.be.

Belangrijke tips die ik wil onthouden...

Kamer	Schoonmaaktaak	Dit doe ik met...			
		Azijn	Soda	Bruine zeep	Andere, nl.
Keuken					
Badkamer					
De was doen					
Andere kamers					

Aan de slag!

Wilt u met enkele vrienden, buren of collega's ervaringen uitwisselen over gezond poetsen? Een demonstratie zal u zeker inspireren. Boek een demonstratiesessie 'Proper Poetsen' bij u thuis, in een buurtlokaal of in één van de zalen van het EcoHuis. Onze medewerkers zorgen voor de begeleiding en helpen u graag bij de organisatie van de demonstratie. Bent u met een groep buren? Dan ondersteunt Opsinjoren uw sessie met een budget voor drankjes en versnaperingen.

Doe mee en ga samen aan de slag!

Contact en info EcoHuis Antwerpen

Proper Poetsen

Turnhoutsebaan 139, 2140 Borgerhout

tel. 03 217 08 11, ecohuis@stad.antwerpen.be, www.antwerpen.be/ecohuis

