

Udržitelná domácnost

- návod na snadný ekologický úklid domácnosti,
- tipy na upcyclaci textilu
- mapa second handů a textilních kontejnerů na P6



Zůstaňte s námi
ve spojení:
www.arnika.org



Autor: Tereza Kovalčíková

Grafická úprava: Martin Vímř

Případné dotazy lze směřovat na e-mail: toxik@arnika.org.

Tato publikace vznikla za podpory MHMP a MČ Praha 6.

Názory obsažené v této publikaci nemusí vyjadřovat stanoviska dárce.

Úklid domácnosti



Ocet

- Díky alkoholu, který ocet obsahuje, a kyselosti má dezinfekční a antimykotické účinky a rozpouští také vodní kámen.
- Lze ho použít jako oplach do myčky, k odvápnění konvice / kávovaru, máchadlu prádla (změkčuje vodu), na vytírání, na mytí oken, omytí ovoce a zeleniny atd.
- Aby lépe voněl a byl příjemnější, můžete do něj naložit citrusové slupky, jehličí (na úklid), voňavé bylinky jako levanduli (na máchání) apod.

Kyselina citronová

- Skvělá náhrada pro ty, kterým nevoní ocet. Má podobné účinky i využití.
- Roztok se používá 10% (v litrové lahvi smíchejte 100 g kyseliny na 900 ml vody). Nevyrábějte si ji do zásoby, stačí jedna lahev. Při první výrobě si potřebné množství kyseliny odvažte a v lahvi označte ryskou, příště už kyselinu nebudete muset vážit.
- Do roztoku na praní můžete přidat 20 – 30 kapek EO (esenciálního oleje) na litr vody a před použitím protřepat. Vůně můžete různě kombinovat.
- V krystalické podobě je kyselina surovinou pro výrobu prášku do myčky, viz níže.

Jedlá soda (bikarbona)

- Bělí, absorbuje, změkčuje vodu.
- Použijte na akutní havárie (víno, krev, nečistoty ve zvířecích pelích atd.). Lehce navlhčete a zasypte vrstvou sody.
- Lze ji použít jako čistící pískel, díky drsnosti dobře umyje koupelnu i kuchyň. Pozor, vysušuje ruce.
- V kombinaci s octem pění a při reakci vzniká oxid uhličitý, který má také čistící účinek. Toho lze využít např. na WC.
- Jde také o surovinu na výrobu kosmetiky. Použit se dá v deodorantu, zubní pastě, na výrobu šumivky atd.

Prací soda

- Tepelně upravená soda bikarbona – není požitelná. Na rozdíl od jemného prášku jedlé sody je to hrubší prášek s kuličkami.
- Surovina na výrobu pracího prášku, viz níže.

Mýdlo

- Existují různé druhy: Jádrové (lidově „jelen“) mýdlo z kombinace rostlinných a živočišných olejů. Olivové, které je mazlavé, skvělé na holení, ale nedoporučujeme ho na použití do pračky. Kokosové, které je velmi oblíbené a v kombinaci s citrátem změkčuje vodu. A v neposlední řadě mýdlo žlučové, které obsahuje enzym ze žaludku krav, který rozkládá tuky a další látky, díky čemuž dobře odstraňuje odolné skvrny.
- Strouhané mýdlo se dá použít jako surovina na výrobu pracího prášku.
- Lze ho použít i na nádobi – vlhkou houbičkou, hadříkem či kartáčkem napěňte kostku a skvěle tak odmastíte i pekáč. Dá se pohodlně používat například na cestách.



Proč prát ekologicky?

Běžné výrobky obsahují látky, které jsou často dráždivé a mohou způsobovat alergie např. parfémů a konzervantů. Dále obsahují fosfonáty, které mají za úkol udělat bílou bělejší či oživit barvy, ale jsou to pouze optické rozjasňovače (látky, které odráží více světla, nedochází tedy k dobarvení textilu), fosfonáty vypuštěné spolu s vodou způsobují přemnožení sinic ve vodách, protože je čistíčky vod neumi z vody odstranit. Takže ekologickým pracím prostředkem chráníte jak své zdraví, tak životní prostředí.

Perkarbonát sodný

- Dezinfikuje, čistí, bělí.
- Reaguje s teplou vodou nad 40 °C, pro reakci v nižších teplotách je nutné použít aktivátor TAED. (Pozor, ten už však nespĺňuje kritéria přírodní drogerie).
- Čím teplejší voda, tím bouřlivější reakce. Rozkládá se na sodu a kyslík.
- Použit ho lze na praní bílého a stálobarevného prádla, čistění odtoků a špatně přístupných míst, dezinfekci a bělení ponožek, úklidových hadříků, houbiček i věcí, co snesou vyšší teploty. Dá se použít také v myčce.

Prací prášek

30 g mýdlových vloček (kokosové s citrátem)
70 g prací sody

- Pro bělení přidejte 1 - 3 lžičky perkarbonátu sodného do bubnu pračky.
- Při teplotách 40 °C a méně přidejte k 1 polévkové lžici ¼ lžičky TAEDu (5 % hmotnosti perkarbonátu).

Máchání

Místo aviváže použijte roztok kyseliny citronové nebo octu. Pomáhají odstraňovat zásaditý prací prášek z textilií i z pračky.

Vůni (EO) můžete přidat do prášku i do máchadla, doporučujeme však vonět prádlo až ve skříní (pomocí voňavých mýdel, levandulových pytlíků, kartiček s EO atd.).

Prášek do myčky

30 g perkarbonátu sodného
20 g prací sody
10 g kyseliny citronové

Použijte „hrnečkovou metodu“. Suroviny mají stejný objem, proto stačí vzít kteroukoliv odměrku a smíchat 3 díly perkarbonátu, 2 díly prací sody a 1 díl kyseliny citronové.

Lze vynechat leštidlo. V případě zašednutí znovu spusťte a přidejte hrnek octa.

Údržba

- V myčce mějte vždy doplněnou sůl.
- V pračce se mohou z eko pracích prostředků tvořit usazeniny, když dlouhodobě perete na nízké stupně. Pračku čistíte pomocí octa. Lze ho do pračky nalít přes noc a pak vyprat se sodou na 90 °C.

POZOR

Nikdy nemíchejte perkarbonát sodný a ocet, reakce vytváří kyselinu peroctovou, která má silný oxidační potenciál a je silnou žíravinou.

Upcyclace



Podšálek z džín

Vystříhnete švy džínových kalhot - vnější, vnitřní, lem nohavice a pomocí tavné pistole je slepíte do kruhu. Tato podložka vydrží i vyšší teploty.

Obrázek z džín

Potřebujete: staré džíny, nůžky, obyčejné tuhé lepidlo na papír, šablona, podklad pro obrázek.

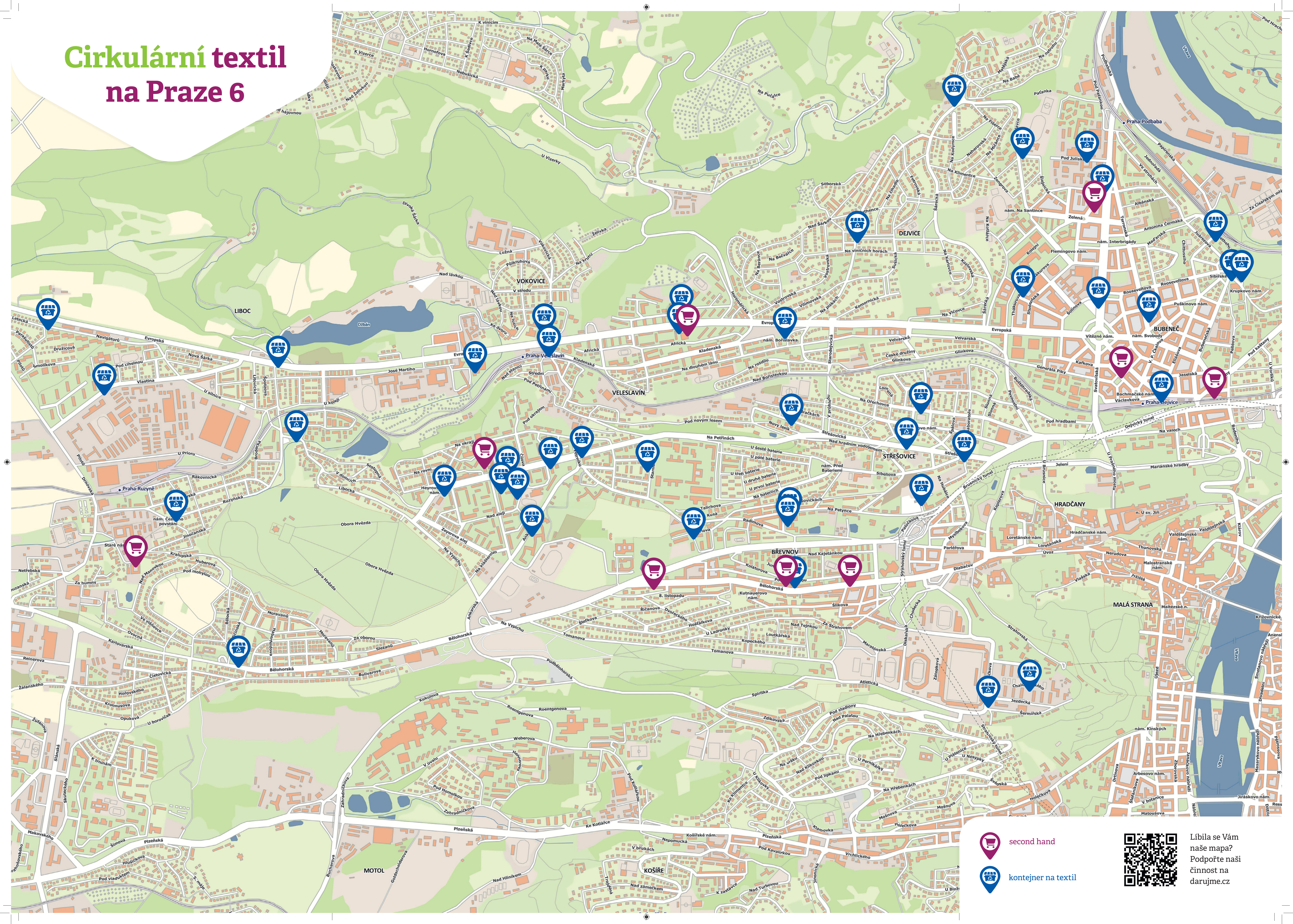
Postup: Obreslete dílčí kousky šablony na různé barvy, popřípadě různé strany džínové látky. Je žádoucí, aby vystřížené kousky měly různé barvy či odstíny. Jednotlivé díly lepíme na podkladový papír - vhodný je obrázek k vybarvení.

Taška z trička

Vemte si staré triko nebo tílko. Spodní lem trika nastříhejte cca na 2 cm široké pásky cca 5 cm dlouhé. Stříhejte obě vrstvy najednou. Vzniklé třísné svažte proti sobě. V případě, že máte triko a ne tílko, vystříhnete i kulatý výstřih a odstříhnete rukávy. A taška na nákup nebo na přezůvky je na světě.



Cirkulární textil na Praze 6



-  second hand
-  kontejner na textil



Libila se Vám
naše mapa?
Podpořte naši
činnost na
darujme.cz