



't Stad
is van
iedereen.

Proper Poetsen





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 Antwerpen heeft veel aandacht voor het thema ‘milieuvriendelijk leven in de stad’. Hoe we poetsen en welke producten we daarvoor gebruiken, is daar een zeer belangrijk onderdeel van.

De voorbije drie jaar werkte de stad met verschillende bewonersgroepen samen rond gezond poetsen. 364 Antwerpse gezinnen namen deel aan demonstratiesessies en testmaanden met gezonde poetsproducten. Het bleek meer dan een fijne kennismaking; voor velen was het de eerste stap om ‘anders te gaan poetsen’.

We danken graag de vrijwillige begeleiders en alle deelnemers die hun ervaringen met ons deelden. Het resultaat daarvan is deze praktische gids boordevol eenvoudige tips over goedkope ecologische poetsproducten.

Met dit boekje kunt u gemakkelijk zelf aan de slag met drie goedkope en gezonde schoonmaakmiddelen: soda, groene zeep en azijn. Een handige gids om deze drie producten efficiënt te gebruiken en uw huis gezond en milieuvriendelijk proper te houden.

We wensen u veel succes als u straks proper gaat poetsen!

Iedereen kan 'anders' poetsen?

Hebt u ook zo'n kast boordevol schoonmaakproducten? Flessen en bussen voor de vloer, de tafel, de tegels, de badkamer en natuurlijk nog een paar 'wondermiddeltjes' voor hardnekkig vuil. Al die producten kosten pakken geld en vaak zijn ze gewoon overbodig. Bovendien bevatten ze stoffen die zeer schadelijk zijn voor onze omgeving. 'Anders' poetsen is dus echt wel te overwegen.

Schoonmaak of 'vuilmaak'-producten?

Veel onderhoudsproducten zorgen voor een ernstige vervuiling van het drinkwater. De meeste mensen weten niet dat ook bij ons zuiver drinkwater een groeiend probleem is. Ons drinkwater wordt vooral gewonnen uit oppervlaktewater: dat is water uit rivieren, kanalen, meren, spaarbekkens of stuwmeren. De chemische middelen die we thuis gebruiken, komen in dat oppervlaktewater terecht en maken dat het water steeds moeilijker te zuiveren is. Vooral producten als ammoniak en javel zijn zeer slecht voor het milieu en de gebruiker. Onderhoudsproducten gemaakt uit plantaardige grondstoffen zijn veel minder belastend voor het milieu en het water.



Op grootmoeders wijze

Dat het "vroeger allemaal beter was", is niet altijd waar. Toch zit er een grond van waarheid in. Vroeger waren azijn, soda, bruine of groene zeep en zand de vier basisproducten voor de schoonmaak. We moeten niet terug gaan schoonmaken op grootmoeders wijze, toch kunnen we veel van de huidige schadelijke producten perfect vervangen door de oude middeltjes of door andere milieuvriendelijke producten. Zonder aan kwaliteit te verliezen.

Wat is "echt" proper?

Moet uw woning proper en schoon zijn of bacterievrij en steriel? Laat u niet leiden door reclame voor allerlei producten die ons overtuigt van het nut van desinfecterende middelen voor ons sanitair of om de keukenvloer mee te poetsen. Onzin, want steriel is niet properder dan proper. Wist u dat een kwartier na de schoonmaak de bacteriële toestand net dezelfde is 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 deze middelen niet nodig. Gebruik ze enkel als er bij u thuis een overdraagbare ziekte heerst, maar dat zijn dus uitzonderlijke gevallen.

Milieuvriendelijke producten

Een milieuvriendelijk product is herkenbaar aan de keurlabels. Sommige producten dragen geen keurlabel maar zijn wel milieuvriendelijk; dat kunt u afleiden 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 kunt u lezen of een product milieuvriendelijk is of niet. Omdat de informatie niet altijd even duidelijk is, zetten we enkele tips op een rijtje:

- Een etiket met weinig informatie is meestal een slecht teken. Volgens de wet moet het etiket volgende informatie bevatten: 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 scoren beter. De informatie op het etiket moet over de volledige afbreekbaarheid gaan en duidelijk zijn.
 - **Ingrediënten:** dit is de meest ingewikkelde informatie van het etiket. Grondstoffen, zepen, detergents en wasactieve stoffen van **plantaardige oorsprong** zijn milieuvriendelijk.
 - **Vermijd** producten die chloor (Cl), fosfor (P) of fosfaat (PO) bevatten.
 - **Dosering:** een milieuvriendelijk product bevat op het etiket duidelijke informatie over de dosis in functie van de vervuiling of de hardheid van het water. Deze producten hebben een doseersysteem zoals een dop als maatbeker of een knijpsysteem. Gebruik nooit meer dan de aangegeven dosis; meer product zorgt niet voor een beter resultaat.
 - **Verpakking:** milieuvriendelijke producten hechten ook belang aan de 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 geeft minder vervuiling dan twintig flesjes van 250 ml.



Aan de slag met milieuvriendelijke schoonmaakproducten

Soda

Soda was vroeger één van de vier basismiddelen voor de schoonmaak. Het 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

U kunt soda (natriumcarbonaat) in twee vormen kopen: schoonmaaksoda in korrels en baking soda (natriumbicarbonaat) of zuiveringszout. In de tips wordt er soms een verschil gemaakt tussen de twee soorten.

Enkele tips

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

Ontstopper: ontstop uw afvoerbuizen door een flinke schep schoonmaaksoda in de gootsteen te overgieten met heet water. Laat het een kwartiertje intrekken en spoel na met water.

Is de verstopping hardnekkig? Dan kunt u over een schep soda een flinke kop azijn en daarna heet water gieten. Dit laat u een nacht staan. Zet wel een emmer of pot over het afvoergat want door de chemische reactie ontstaan gassen. U kan deze mix ook gebruiken als alternatief voor wc-reinigers.

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.

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





Schuurmiddel: maak een aangekoekte pan of pot proper door hem te vullen 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: om zilverwerk te laten blinken, vult u een bakje met kokend water. Voeg er enkele scheppen schoonmaaksoda en daarna een paar proppen aluminiumfolie aan toe. Leg uw zilverwerk erin en wacht tot het stopt met bruisen. Spoel uw zilver achteraf met water.

Ontgeuren: Hebt u last van bezwete (sport)schoenen? Doe er een schep schoonmaaksoda in en laat een nacht staan. De volgende dag maakt u de schoenen leeg en gaat u er eventueel even met de stofzuiger door. Ook koelkasten en kasten raken zo hun nare geuren kwijt. Nadien kunt u de soda nog gebruiken om uw toilet schoon te maken.

Groene of bruine zeep

Groene (of bruine) zeep is een zeep gemaakt van plantaardige oliën zoals koolraapolie en sojaolie. De zeep werd vroeger gemaakt van groene hennepolie, vandaar de naam groene zeep. Groene zeep was een van de vier basisproducten in de huishoudelijke schoonmaak. Groene zeep is van plantaardige oorsprong, is zeer goed afbreekbaar in de natuur en dus zeer milieuvriendelijk.

Gebruik groene zeep als:

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

Voordelen van groene zeep:

- 😊 goede ontvetter
- 😊 goed afbreekbaar
- 😊 goedkoop

Enkele tips:

Ontvlekken: vlekken van vetten, olie, koffie, thee, schmink, melkproducten, sauzen of snoepgoed op een stoffen zetel of tapijt verwijdert u het best met een sopje van groene zeep. Verwijder de zeep nadien met afgekoeld gekookt water. Gebruik groene zeep best 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 met warm water en doe in één emmer groene zeep. Neem voor elke emmer een apart doekje dat niet pluist, eventueel een microvezeldoekje. Zeep uw raam in en neem het direct af met het propere doekje dat u goed uitwringt. De ramen drogen streeploos en blijven langer proper. Eventueel voegt u een scheut azijn bij het afspoelwater.

Ontspanning: leg in de zomer een groot plastieken zeil op het gras. Borstel het zeil in met groene zeep en giet er wat water over. Uw kinderen kunnen lopen tot voor het zeil en op hun buik voort schuiven over het zeil. Dolle pret verzekerd!

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, zoals bij wijnazijn. Azijn heeft heel veel toepassingen, veel meer dan enkel in de keuken. De bekendste schoonmaakeigenschap van azijn is dat het een goede ontkalker is.

Azijn is een goedkoop en milieuvriendelijk alternatief poetsproduct. Schoonmaakazijn koopt u in de supermarkt of bij de drogist. Het is wat zuurder dan gewone azijn en net daardoor efficiënter. 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 met onverdunde azijn. 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 zelfs zachter voor stoffen als wol en zijde. Doe een flinke scheut azijn in het wasverzachtervakje. Nooit in hetzelfde bakje als uw zeep want dan werkt de zeep niet.

Zeepoplossend: deze eigenschap van azijn kunnen we ook in ons voordeel gebruiken. U kunt de zeepresten uit tapijten of zetels die u net met zeep hebt behandeld, verwijderen door ze met koud water en azijn te deppen.

Ontstopper: zie combinatie met soda (pagina 6).

Huisstofmijt: huisstofmijten in uw matras houdt u onder controle door de matras regelmatig te deppen met een spons die u in een azijnwateroplossing drenkt.



Glansmiddel: tegels, spiegels en douche poetst u mooi glanzend op met een in azijn besprenkelde poetsdoek. Kalkaanslag op uw kranen laat u verdwijnen door er een doekje met azijn een nacht op te leggen. Bruismondstukken van kranen en douchekoppen legt u een nacht in een azijnbadje om de aanslag te doen verdwijnen.

Onkruidverdelger: ook in de tuin is azijn een milieuvriendelijk alternatief voor de vele bestrijdingsmiddelen. Gebruik een oplossing van vijf tot tien procent azijn in water als onkruidverdelger. Vooral distels zijn er, in de eerste twee weken, zeer gevoelig voor.



Microvezeldoekje

Microvezels zijn tien keer dunner dan een mensenhaar. Omdat ze zo dun zijn, heeft het doekje een groot oppervlak en een groot opzuigend vermogen. Vet hecht zich rechtstreeks aan de vezels, waardoor u geen schoonmaakmiddel moet 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, want dan wordt het broos en gaat de werking verloren.
- Uitspoelen heeft geen zin want het vuil hecht zich aan de vezels. U wast het op 40° of 60° C naargelang de vervuiling. Gebruik zeker geen wasverzachter of bleekmiddel, dit maakt het doekje stuk. Gebruik weinig wasmiddel.

Enkele tips



- Droog uw glazen af met een microvezeldoekje voor een mooi glans.
- Bind een microvezeldoekje rond uw schuurborstel of trekker om over de vloer te gaan.
- Maak uw computerscherm en toetsenbord proper door ze met een vochtig (niet nat) microvezeldoekje te poetsen. De dure producten 'speciaal voor de computer' kosten alleen maar veel geld.
- Veeg gewassen ramen even na met een proper microvezeldoek om strepen te vermijden.
- Neem keramische kookplaten direct na het koken even op 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:

- De dosis is zeer belangrijk. Gebruik nooit meer dan er op de verpakking staat aangegeven.
- 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 een zeer vuil oppervlak, zoals vloeren, wanden of kasten hebt u een allesreiniger nodig. U hebt niet voor elke ondergrond een ander product nodig. Met een allesreiniger wordt het afvalwater minder vervuild door verschillende bestanddelen en u bespaart op de aankoop van een groot assortiment 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

Gewone textielwasmiddelen bestaan voor een groot deel uit petrochemische grondstoffen, gebaseerd op aardolie waarvan de voorraad snel slinkt. Resten van deze grondstoffen zijn zeer slecht biologisch afbreekbaar en stapelen zich op in de natuur. Wasmiddelen op plantaardige basis zijn beter. Ze zijn zo goed als volledig afbreekbaar.

Enkele tips:

- Let op de dosering, 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 hoofdwas een uurtje 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.

Iris: "Vroeger gebruikte ik altijd het kookwasprogramma voor de witte was. Na deze test heb ik gemerkt dat het op 60° C ook kan. Dat scheelt wel wat op de elektriciteitsfactuur".



Aan de slag!

Werkt u zelf met de producten uit deze gids? Wilt u met enkele vrienden, buren of collega's ervaringen uitwisselen over gezond poetsen? Hebt u zelf nog vragen of durft u er alleen niet goed aan beginnen? Een demonstratie zal u ongetwijfeld inspireren. Boek een demonstratiesessie 'Proper Poetsen' bij u thuis, in een buurtlokaal of misschien 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 jullie sessie met een budget voor drankjes en versnaperingen. Doe mee en ga samen aan de slag!

Contact en info Ecohuis Antwerpen

Proper Poetsen

Brian Vervliet

Turnhoutsebaan 139, 2140 Borgerhout

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

Opsinjoren

Geert Vanrijckelen

tel. 03 339 39 99

opsinjoren@stad.antwerpen.be

Wettelijk depotnummer: D/2011/0306/172



STAD ANTWERPEN



Met steun van de
Vlaamse overheid



www.antwerpen.be/ecohuis

03 217 08 11