



5

Tipps

für den Frühjahrsputz

Aggressive Reinigungsmittel sind nicht nötig, um effektiv und sauber zu reinigen. Erfahren Sie mehr über gesundheits- und umweltfreundliche Produkte. Welche brauchen Sie wirklich? Wie wendet man sie an?



Großputz geht auch sanft: Mit der richtigen Ausrüstung schonen Sie Umwelt und Gesundheit.

Raus mit Staub und Schmutz vom Winter! So heißt auch dieses Frühjahr wieder in vielen Haushalten die Losung. Doch mit welchen Putzmitteln? Schließlich sind die Ansprüche an sie hoch: Sie sollen die Wohnung auf Hochglanz bringen und gleichzeitig Umwelt und Gesundheit so wenig wie möglich belasten. Hauswirtschaftsexpertin Barbara Schmidmeier vom VerbraucherService Bayern im KDFB (VSB) in Regensburg hat zusammen mit dem Umweltteam Tipps zusammengestellt, wie Ihnen dieser Spagat gelingt:

1 Umweltzeichen helfen bei der Auswahl

Orientieren Sie sich an Umweltzeichen: Das „EU-Ecolabel“ und der „Blaue Engel“ (siehe nächste Seite) kennzeichnen umwelt- und gesundheitsfreundliche Produkte. Sie finden sie im Internet unter www.eu-ecolabel.de und www.blauer-engel.de. Auf der Blaue-Engel-Webseite gibt es sogar die Möglichkeit, Mittel auf einen Merkzettel zu setzen, den Sie ausdrucken und zum Einkauf mitnehmen können. Abstriche in Sachen Sauberkeit brauchen Sie

übrigens nicht zu fürchten: Die Hersteller müssen nachweisen, dass die Reinigungsleistung mit der anderer Putzmittel vergleichbar ist.

2 Weniger ist mehr – vier Mittel reichen

Armaturen, Fensterrahmen oder Holzböden – für fast jedes Material gibt es Spezialreiniger. Vieles davon ist unnötig. Diese vier „Klassiker“ genügen:

- ein neutraler Allzweckreiniger für alle abwaschbaren Oberflächen einschließlich Fußböden,
- ein Handpülmittel zum Entfernen von Fett auf Geschirr, Spiegel- und Glasflächen,
- ein flüssiges Scheuermittel für hartnäckige und verkrustete Verschmutzungen auf kratzfesten Oberflächen und
- ein Reiniger auf der Basis von Zitronensäure gegen Kalkablagerungen in Küche, Bad und Toilette.

Verzichten Sie auf aggressive Mittel mit starken Säuren, Laugen, Chlor, Desinfektionsmittelzusätzen und organischen Lösemitteln! Desinfektionsmittel sind im Privathaushalt überflüssig. Sie können die Haut reizen und die Reinigungsleistung der Kläranlagen beeinträchtigen.

3 Weniger Chemie mit der richtigen Putzstrategie

Verabschieden Sie sich vom Mythos „Viel hilft viel“. Das Gegenteil ist der Fall. Befolgen Sie die Dosierungsanweisung. Zu viel Reinigungsmittel hinterlässt Schlieren und belastet nur die Umwelt.

Verinnerlichen Sie, dass Putzen ein Zusammenspiel von Chemie, Zeit, Mechanik und Temperatur ist. Wenn Sie also den Anteil von Chemie reduzieren wollen, müssen Sie an anderer Stelle mehr aufwenden – etwa mehr Zeit, weil ein WC-Reiniger auf der Basis von Zitronensäure länger einwirken muss als ein chlorhaltiges Produkt, oder mehr Kraft zum Schrubben.

Übrigens, oft können Sie auf Reinigungsmittel ganz verzichten, wenn Sie Mikrofasertücher verwenden. Diese haben eine große Oberfläche und nehmen den Schmutz besonders gut auf.

Und noch ein Tipp: Beugen Sie das ganze Jahr vor. „Wer Schmutz sofort entfernt und Kalk gar nicht erst entstehen lässt, weil er etwa regelmäßig nach dem Duschen das Wasser von den Fliesen abzieht, braucht beim Frühjahrsputz weniger Chemie“, weiß Barbara Schmidmeier.

4 Auch eine sparsame Verpackung ist wichtig

Achten Sie auf die Verpackung! Bei Produkten mit dem Blauen Engel oder dem EU-Ecolabel sind diese recycelbar und die Hersteller achten darauf, dass wenig Verpackungsabfall anfällt. Kaufen Sie Reinigungsmittel als Konzentrat, im Nachfüllpack oder zum Selbstabfüllen im Bio- oder Unverpackt-Laden. Wichtig für Selbstabfüller: Verwenden Sie nie Behältnisse, die für Lebensmittel genutzt werden (Verwechslungsgefahr!) und kennzeichnen Sie diese gut. Bewahren Sie sie sicher und unzugänglich für Kinder auf!

5 Vorsicht bei Hausrezepten für Putzmittel

Überschätzt wird aus Sicht von Barbara Schmidmeier die Wirksamkeit von selbst hergestellten Reinigern. „Diese Mittel sind schwierig zu dosieren und die Zutaten mitunter wenig gesundheits- und umweltfreundlich“, mahnt die Expertin. Ätherische Öle aus Zitronen- oder Orangenschalen sind zum Beispiel sehr giftig für Wasserorganismen und werden in Kläranlagen schlecht abgebaut. Bei der oft empfohlenen 25-prozentigen Essigsäure handelt es sich um eine als „ätzend“ eingestufte Substanz, welche die Atemwege reizt, Armaturen angreift und sich als giftiger Grünspan ablagern kann. „Das Umweltbundesamt rät von solchen Hausrezepten sogar gänzlich ab“, meint Schmidmeier.

Weitere praktische Anregungen zur nachhaltigen Reinigung bekommen Sie im „Haus-haltstraining“ des VerbraucherService. Informationen zu diesem Kursangebot erhalten Sie in den VSB-Beratungsstellen Augsburg und Regensburg.

Gerti Fluhr-Meyer



Der Blaue Engel und das EU-Ecolabel kennzeichnen umwelt- und gesundheitsfreundliche Produkte.

VS-Tipp: Eierkauf mit gutem Gewissen

Wann kann ich davon ausgehen, dass Eier von Hühnern stammen, die artgerecht gehalten werden?

Karlheinz M.

Wenn Sie Bio-Eier oder Freiland-Eier – am besten noch aus der Region – wählen, sind Sie auf der sicheren Seite. Für die Legehennen ist der Auslauf im Freien in beiden Fällen gleich groß. Am strengsten sind die Anforderungen bei Bio-Eiern. Hier haben die Tiere den meisten Platz im Stall und werden ökologisch gefüttert. Wenn Sie zusätzlich das Töten männlicher Legehennen-Küken verhindern wollen, müssen Sie Eier von Initiativen kaufen, die die Aufzucht von Bruderhähnen garantieren.

Orientierung bietet zudem das zweistufige Label „Für Mehr Tierschutz“ des Deutschen Tierschutzbundes. Es garantiert unter anderem, dass die Tiere Picksteine und Beschäftigungsmaterial, wie Strohhallen, haben. Bio-Qualität entspricht in etwa der Premiumstufe des Tierschutzlabels (zwei Sterne).



Erzeugercode auf dem Ei: eine 0 vor DE bedeutet Bio, eine 1 Freilandhaltung

Gisela Horlemann,

Leiterin Abteilung Ernährung im VerbraucherService Bayern

Kräutersuppe

So schmeckt der Frühling



Suppe mit neun verschiedenen Kräutern ist ein Traditionsgericht am Gründonnerstag.

Rest waschen und fein schneiden. Zwiebel in Butter glasig dünsten, mit Mehl anschwitzen, Kräuter einrühren, gut vermischen. Mit Wasser und Milch aufgießen, salzen, pfeffern und circa 1 Minute gut kochen lassen. Abschmecken und nach Belieben mit Rahm verfeinern. Mit Gänseblümchen und Veilchen dekorieren.

Lust auf mehr? Im „**VS**-Kalender 2019 – Heimische Superfoods“ gibt es elf weitere leckere Kochideen. Download unter www.verbraucherservice-bayern.de („Kalender 2019“ in die Suchfunktion eingeben.)

Zutaten (für 4 Personen):

4 Hände voll Kräuter, zum Beispiel Petersilie, Schnittlauch, Kerbel, Giersch, Rauke, Bärlauch, Löwenzahn, Kresse, Spinat, Brennnessel oder auch nur Ihr Lieblingskraut. Gänseblümchen und Veilchen zur Dekoration. 40 g Butter, 1 fein gewürfelte Zwiebel, 40 g Mehl, 1/2 l Wasser, 1/2 l Milch, Salz, Pfeffer, eventuell 100 g halbfest geschlagener Rahm

Zubereitung:

Von Kräutern welche Blätter entfernen,

Öffnungszeiten: Mo–Fr 9–12,
Mo, Di 14–16, Do 14–17 Uhr
(wenn nicht anders angegeben)
www.verbraucherservice-bayern.de

91522 **ANSBACH**

Kannenstr. 16, Tel. 09 81/97 78 97 93
Mo, Di 10–13, Do 10–17, Fr 10–14 Uhr
ansbach@verbraucherservice-bayern.de

63739 **ASCHAFFENBURG**

Dalbergstr. 15, Tel. 0 60 21/3 30 12 18
Mo, Di, Do 9–12, 14–16, Fr 9–12 Uhr

86152 **AUGSBURG**

Ottmarsgässchen 8, Tel. 08 21/15 70 31
Mo, Do 9–16, Di 9–17, Mi, Fr 9–12 Uhr
augsburg@verbraucherservice-bayern.de

96047 **BAMBERG**

Grüner Markt 14, Tel. 09 51/20 25 06
bamberg@verbraucherservice-bayern.de

93413 **CHAM**

Obere Regenstr. 15, Tel. 0 99 71/67 53
Mo 13–17, Di, Do, Fr 9–13 Uhr
cham@verbraucherservice-bayern.de

86609 **DONAUEWÖRTH**

Münsterplatz 4, Tel. 09 06/82 14
Beratung nur telefonisch oder persönlich
nach Terminvereinbarung

91301 **FORCHHEIM**

St.-Martin-Str. 8, Tel. 0 91 91/6 46 89
Di 14–17, Do 9–12 Uhr

85049 **INGOLSTADT**

Kupferstr. 24, Tel. 08 41/95 15 9 99-0
ingolstadt@verbraucherservice-bayern.de
Mo, Di, Do, 9–12 und 14–16, Mi 9–13, Fr 9–12 Uhr

80335 **MÜNCHEN** (Mi geschlossen)

Dachauer Str. 5, Tel. 0 89/51 51 87 43
Mo, Di, Do, Fr 9–12, Do 14–17 Uhr
muenchen@verbraucherservice-bayern.de

85375 **NEUFABRN**

Bahnhofstr. 32, Tel. 0 81 65/9 75 11 90
Mo, Di, Do 8.30–12, Mo 14–16, Do 15–17 Uhr
neufabrn@verbraucherservice-bayern.de

94032 **PASSAU**

Ludwigsplatz 4/l, Tel. 08 51/3 62 48
passau@verbraucherservice-bayern.de

93047 **REGENSBURG**

Frauenbergl 4, Tel. 09 41/5 16 04
regensburg@verbraucherservice-bayern.de

92421 **SCHWANDORF**

Spitalgarten 1 (Rathaus)
Tel. 0 94 31/4 52 90; Di 9–12.30 Uhr

83278 **TRAUNSTEIN**

Bahnhofstr. 1, Tel. 08 61/6 09 08
Di–Fr 8.30–12; Di, Mi 13–16, Do 14–18 Uhr
traunstein@verbraucherservice-bayern.de

97070 **WÜRZBURG**

Theaterstr. 23, Roter Bau, Tel. 09 31/30 50 80
wuerzburg@verbraucherservice-bayern.de