CLEAN:CLEAN:CLEAN:
bgin
MEIN EASY-GOING-HAUSHALT
Geniale Lifehacks, die den Alltag leichter machen
Einfach, effizient, natürlich!
CV

MEIN EASY-GOING-HAUSHALT

Für dich, Papa! Danke für alles!

MEIN EASY-GOING-HAUSHALT

Geniale Lifehacks, die den Alltag leichter machen

Einfach, effizient, natürlich!

INHALT

Jeden Tag
Ein Express-Frische-Kick ..... S. 16

Einmal pro Woche
Unverzichtbare Aktionen für Sauberkeit und Hygiene ..... S. 36

Einmal pro Monat
Für ein Plus an Grundsauberkeit ..... S. 82

Einmal pro Saison
Für einen einfacheren und flüssigeren Alltag ..... S. 102

Einmal pro Jahr
Für optimalen Komfort ..... S. 118

Weitere Tipps und Tricks
Für den Fall der Fälle ..... S. 134

EXTRA: Spezifische Fleckenarten entfernen und bestimmte Materialien schonend reinigen ..... S. 144

EINLEITUNG

Die Möglichkeit, dieses Buch zu schreiben, war eine schöne Überraschung, und ich bin sehr stolz darauf!

Um zu erklären, wie es dazu kam, muss ich ein wenig ausholen.

Meine Leidenschaft für die Oper wurde schon in jungen Jahren geweckt, und ich hatte das Glück, über zehn Jahre lang in diesem Bereich arbeiten zu können. In Paris, in zahlreichen anderen europäischen Städten und in New York konnte ich Projekte von erstklassigen Künstlern mitbegleiten.

Doch im Jahr 2020 zerstörte die Gesundheitskrise aufgrund der Corona-19-Pandemie buchstäblich meine beruflichen Pläne und stellte meine gesamte Karriere infrage.

Weit weg von Paris im Lockdown ausharrend, nutzte ich diese Wochen, in denen das öffentliche Leben wie eingefroren schien, um mein Elternhaus zu sortieren und aufzuräumen. Ordnung und Sauberkeit habe ich schon immer geliebt!

Vielleicht aus Spaß, und um meine Tage zu füllen, habe ich in dieser Zeit den Instagram-Account ***@bgin.clean*** eingerichtet. Als ich Fotos und Videos von den Dingen teilte, die ich in aller Einfachheit putzte, war ich überrascht, dass ich immer mehr Abonnenten gewann. Bald trudelten Dutzende von Nachfragen zum Thema Hausarbeit ein, und die Leute waren begeistert. Sie fanden es wie ich spannend, Sauberkeit durch natürliche Produkte und alte Hausmittel zu erzielen, die nicht nur unsere Gesundheit, sondern auch die Umwelt schonen.

Mir kam der Gedanke, dass meine Mission nun vielleicht einfach nicht mehr in der Welt der Oper lag und dass ich diese Gelegenheit ergreifen sollte, um einen neuen Weg einzuschlagen, nämlich den des Putzens!

Dieses Buch bot mir die unverhoffte Gelegenheit, Rezepturen und Techniken weiterzugeben, die mir persönlich sehr dabei helfen, meine Wohnung und meine Wäsche tipptopp in Schuss zu halten. Was für ein angenehmes und beruhigendes Gefühl!

Ich möchte diesbezüglich keine Lektionen erteilen, sondern lediglich Ratschläge geben. Ich hoffe von ganzem Herzen, dass du auf diesen Seiten Informationen findest, die deinen Alltag verschönern und erleichtern.

Nach dieser kurzen Vorstellung weiß ich nicht, wie es dir geht, aber ich bin … glücklich!

Glücklich, das fortsetzen zu können, was mich schon immer angetrieben hat und was sich wie ein roter Faden durch die letzten Jahre meines Lebens zieht: den Menschen in meiner Umgebung einen Gefallen zu tun!

Viel Spaß beim Lesen und Saubermachen!

bgin

Die richtige Ausrüstung

DIE BASIS

- Besen und Schaufel (1)
- Staubsauger (2)
- Mopp mit Mikrofasern (3)
- Bügeleisen (4)
- Wasserdichte Schutzhandschuhe (5)

FÜR DIE FLÄCHEN

- Wischtücher (6) und weiche Mikrofasertücher* (7) in verschiedenen Farben und Webarten (ich nutze besonders gerne solche mit einer feinen Waffelstruktur, für Glas und Edelstahl beispielsweise)
- Reinigungstuch mit Wabennetz (»Teigreinigungstuch«), um groben Schmutz zu entfernen (8)
- Duschabzieher (9)
- Spezieller Schwamm für das Arbeiten mit *Putzstein* (10)

** Das Wichtigste am Mikrofasermaterial ist seine Zusammensetzung! Ideal finde ich nach vielen Versuchen: 80 Prozent Polyester und 20 Prozent Polyamid.*

GEGEN DEN STAUB

- Staubwedel mit Teleskop-Stiel, um an hoch oben gelegene Staubkörner und Spinnweben zu gelangen (11)
- Herkömmlicher Staubwedel für empfindliche Oberflächen wie etwa Bilderrahmen oder Bücher (12)
- Staubtuch mit langen Mikrofasern, zum Aufnehmen von Staub (13)

Produkte, die man zu Hause haben sollte

EIN SET FÜR DEN ANFANG

- *Savon de Marseille extra pur* (helle Kernseife auf Pflanzenölbasis, ohne Farb- oder Duftzusätze, in Würfelform) zum Reinigen von Geschirr, Fenstern, Textilien, Turnschuhen … (1)
- Gallseife zum Anlösen von Flecken sogar auf den empfindlichsten Materialien (2)
- *Savon noir liquide* (flüssige schwarze Schmierseife) zum Reinigen von Oberflächen und Böden aller Art (3)
- Zitronensäurepulver zum Entfernen von Kalkablagerungen (4)
- Weißer Essig als Helfer im Alltag (5)
- Viruzid der DIN-Norm EN 14476, um effektiv schädliche Mikroorganismen zu eliminieren

ZUSATZPRODUKTE

Um noch etwas etwas weiter zu gehen und noch mehr der Reinigungsmethoden aus diesem Buch auszuprobieren:

Feste Produkte

Savon de Marseille olive (grüne Kernseife auf Olivenölbasis, in Würfelform, 6), *Savon noir en pâte* (schwarze Schmierseife in Pastenform, 7)

Flüssige Produkte

Ätherische Öle (8), 90-prozentiger Alkohol/Haushaltsalkohol (9), Wodka (10)

Produkte in Pulverform

Natriumbicarbonat (Natron, 11), Schlämmkreide (12), Sodakristalle (13), Natriumpercarbonat (14), Kieselgur (15), Pfeifenerde/weiße Tonerde (16)

Die richtigen Utensilien am richtigen Ort

SICHTBAR UND ZUGÄNGLICH PLATZIEREN

Nicht, damit sie uns ein schlechtes Gewissen machen, aber damit sie uns daran erinnern, dass sie da sind, um uns zu helfen.

Es ist ganz einfach: Ich baue diese Utensilien strategisch in die verschiedenen Wohnräume ein. So kann ich ganz entspannt vorgehen, denn nun muss ich meine Putzmaterialien nicht mehr durch die halbe Wohnung tragen oder minutenlang nach ihnen suchen!

Ein Staubtuch kann in der Schublade des Wohnzimmertischs aufbewahrt werden, ein Wischtuch diskret oder an einem hübschen Aufhänger befestigt an Orten, die durch die täglichen Aktivitäten schnell schmutzig werden (Küche, Badezimmer ...). Sprühflaschen mit selbst gemachtem *Universalreiniger* (Seite 71) können ebenfalls in verschiedenen Räumen aufbewahrt werden, sodass sie immer in Reichweite stehen. Kurz gesagt: Wenn Reinigungsprodukte und Putzmaterialien sichtbar und gut zugänglich sind, sind sie besonders nützlich!

Tipp

Wie wäre es mit einem Farbcode-Prinzip?

Abgesehen vom spielerischen Aspekt kann man es sich zur Gewohnheit machen, jedem Raum oder »Raumtyp« eine Farbe zuzuweisen. Das funktioniert, und es vereinfacht das tägliche Putzen! So vermeiden wir es, dasselbe Wischtuch für die Arbeitsflächen in der Küche zu verwenden, nachdem wir beispielsweise die Toilette damit gereinigt haben ... Lassen wir unserer Inspiration freien Lauf! Dabei gibt es keine rigiden Regeln, das Ganze macht sogar Spaß! Das breite Sortiment an Putzutensilien im Handel ermöglicht es uns, auszuwählen und uns ein Set zusammenzustellen, das uns gefällt!

Gefährliche Substanzen

SICH SCHÜTZEN

Auch wenn wir Naturprodukte verwenden, schließt das nicht aus, dass wir mit einigen sehr vorsichtig umgehen müssen. Beim Arbeiten mit bestimmten Substanzen wie etwa Zitronensäurepulver, Natriumpercarbonat, Sodakristallen usw. müssen Handschuhe getragen werden. Denn obwohl es sich um umweltfreundliche Produkte handelt, lösen auch sie chemische Reaktionen aus und können Haut sowie Atemwege reizen. Beim Herstellen von Mischungen achte ich daher darauf, die verwendeten Ingredienzien nicht mit bloßen Händen zu berühren und die Dämpfe oder Pulver nicht einzuatmen, und arbeite immer in einer gut belüfteten Umgebung.

ÄTHERISCHE ÖLE

Sie sind stark und sollten nur nach Rücksprache mit Fachleuten verwendet werden.

GUT BESCHRIFTEN

Jeder im Haushalt, sogar ein Gast, muss auf den ersten Blick erkennen können, was in diesem oder jenem Glas oder in dieser oder jener Sprühflasche enthalten ist.

GESICHERT AUFBEWAHREN

Reinigungsprodukte sollten an einem trockenen Ort außerhalb der Reichweite von Kindern oder Haustieren gelagert werden.

AUF CHLOR VERZICHTEN

Auf Chlor basierende Bleich- und Desinfektionsmittel sind nicht nur schädlich für den Menschen sowie die Umwelt, sondern können in Verbindung mit anderen Stoffen, wie etwa Zitronensäure, sehr gefährlich werden.

Chlorbleichmittel komplett aus dem Haushalt zu verbannen ist daher hervorragend! Aber wie desinfiziert man Oberflächen ohne sie richtig?

Auch auf die Gefahr hin, viele nun zu enttäuschen: Es ist ein Irrglaube, mit weißem Essig, Natriumbicarbonat etc. Viren und Co effektiv bekämpfen zu können. Um Bereiche wirksam zu desinfizieren, sollte ein Viruzid verwendet werden, das den Anforderungen der DIN-Norm EN 14476 entspricht (was auf der Verpackung angegeben sein muss). Ohne eine Reihe von sehr umfangreichen Tests in einem zertifizierten mikrobiologischen Labor durchlaufen zu haben, darf ein Mittel nicht als Viruzid in den Handel kommen. Die Sache ist in der Tat sehr streng geregelt, und das ist auch gut so! Zusätzlich zu dieser grundlegenden Norm bin ich begeistert von der Arbeit von Unternehmen, die ihre Produkte mithilfe von »grüner Chemie« entwickeln, und ich unterstütze diese nachdrücklich.

Was hat eine Rübe mit Desinfektionsmitteln zu tun?

Bei der »grünen Chemie«, die im Haushalt angewandt wird, geht es darum, Produkte zu entwickeln, die mit natürlichen sowie erneuerbaren Rohstoffen auskommen und die sowohl für den Menschen als auch für die Umwelt verträglich sind. Diese neue Art des Denkens und der Produktentwicklung verzichtet auf schädliche Konservierungsstoffe, Sulfate, synthetische Lösungsmittel auf Erdölbasis etc. In Sachen Desinfektion beispielsweise entstehen durch Fermentation von Rüben, Zuckerrohr oder Mais desinfizierende Wirkstoffe wie Alkohol oder Milchsäure.