



Leitfaden **Gesünderes Reinigen**

Reinigung





Leitfaden Reinigung

« Ein gesundes Gebäude steht
in unmittelbarer Wechselwirkung
mit der Pflege und Reinigung. »

Peter Bachmann, Geschäftsführer Sentinel Haus Institut

So wohnen Sie gesünder!

Reinigungsmittel können eine große Quelle für Schadstoffe sein.
Deshalb sollten Sie diese nach Verträglichkeit und Ökologie auswählen.

Allerdings sind ökologische Reinigungsmittel keine Gewähr
für eine individuelle Verträglichkeit, zum Beispiel bei Allergien.

Eine gute und gesundheitsfördernde Hygiene im Haushalt erreichen Sie wie folgt:

- Oft reicht warmes Wasser, ggf. kohlesäurehaltiges Mineralwasser
- Den häufigen Wechsel der Putzlappen
- Die regelmäßige Reinigung des Kühlschranks
- Eine oftmalige Leerung der Abfalleimer
- Das Trockenhalten von Bad, Küche und WC
- Häufiges und intensives Hände waschen!
- Desinfektionsmittel gehören nicht in den Haushalt!
Sie enthalten Stoffe, die für die Gesundheit und die Umwelt
gefährlich sein können. So können sie zum Beispiel Allergien und Ekzeme auslösen.

Nachhaltiges Reinigen

erreichen Sie durch eine sparsame Anwendung.
Dies ist für Sie gesünder und kostengünstiger.



Verbrauch in Deutschland pro Jahr*

260.000 t Geschirrspülmittel

220.000 t Haushaltsreiniger

*Quelle. Umweltbundesamt



Leitfaden Reinigung

**Studie zeigt*:
Putzen ist genauso schädlich
wie intensives Rauchen**

<https://www.eurekalert.org/news-releases/677509>
European Community Respiratory Health Survey

Praktische Tipps für den Alltag

www.sentinel-haus.de Wählen Sie ein gesünderes Produkt aus dem Sentinel Haus Portal.



Machen Sie es gleich:
Frischer Schmutz lässt sich leichter entfernen als eingetrockneter Schmutz.



Angebranntes, Saucenflecken und andere Verschmutzungen vor der nächsten Nutzung entfernen, damit diese nicht stärker einbrennen können.



Wassertropfen an Badewannenrand, Duschkabine und Armaturen nach der Benutzung entfernen. Verwenden Sie für große Flächen einen Abzieher und für kleine Flächen ein Tuch – das verhindert Kalkflecken und beugt Schimmel vor.



Bewahren Sie Reinigungsmittel außerhalb der Reichweite von Kindern auf.



Keine Sprühreiniger verwenden, denn die beim Sprühen entstehenden Aerosole werden besonders leicht eingeatmet und können die Lunge schädigen.



Duftstofffreie Putzmittel nutzen, denn Duftstoffe können Allergien auslösen.



Gute mechanische Hilfsmittel verwenden: Waschbare Lappen, Spülbürsten, und Metallschwämme helfen, Schmutz mit wenig Reinigungsmittel zu entfernen. Schwämme sind weniger empfehlenswert, da im Inneren eines Schwamms leichter Bakterien wachsen können als auf einem dünneren Lappen.



Feuchte Textilien sind Nährböden für Keime aller Art. Deshalb nach Gebrauch umgehend zum Trocknen aufhängen. Zusätzlich sollten Sie das Spül- und Trockentuch regelmäßig wechseln und bei 60 °C waschen.



In jedem Fall gilt: Nach dem Putzen ordentlich lüften.





Zertifizierte **Wohngesundheit**

Bewusste Entscheidung für gesünderes Wohnen
Gesundheit ist unser höchstes Gut.

Sie zu schützen, erfordert frische und saubere Luft.
Das ist nicht selbstverständlich, denn wir verbringen den größten Teil des Tages in geschlossenen Räumen. Um Energie zu sparen, dämmen wir unsere Gebäude umfassend und machen sie möglichst luftdicht. Dadurch reduziert sich der Luftaustausch erheblich.

Da meist auch nicht optimal gelüftet wird, kann die Schadstoffbelastung ansteigen. Deshalb kommt es heute mehr denn je auf die richtige Auswahl von Farbe, Tapeten, Kleber oder anderen Materialien an. Achten Sie darauf, dass deren Emissionen in die Raumluft so gering wie möglich sind.

Mit den Qualitätskriterien von Sentinel Haus sind Sie auf der sicheren Seite. Damit schützen Sie Ihre Gesundheit und die aller Bewohner.

Mehr erfahren!

www.sentinel-haus.de

