

## Umwelttipp

### Natürlich sauber

**Raus in den Garten und tief durchatmen. Herrlich, wie das duftet, wenn die Frühlingssonne alles wieder zum Leben erweckt! Nutzen Sie die Kraft der Natur, um sich diese Frische in die eigenen vier Wände zu holen – und um gleichzeitig Umwelt und Gesundheit zu schonen.**

Spätestens wenn draussen die Natur erwacht und den Duft des Neuen verströmt, ist auch Putzmuffeln klar: Zeit für den Frühlingsputz. Zum Glück gibt es für jede Art von Schmutz das perfekte Putzmittel, das auf jeder Oberfläche im Haus für neuen Glanz sorgt. Doch Vorsicht: Ob Antikalk mit Zitrusduft fürs Bad oder Hibiskusreiniger für die Küche – viele dieser vermeintlich nützlichen Helfer schaden nicht nur der Umwelt, sondern sind auch für uns gefährlich. Im Klartext: Wer viel und oft mit Putzmitteln hantiert, könnte genauso gut zwanzig Jahre lang jeden Tag ein Päckchen Zigaretten rauchen. Die Effekte der Konservierungs- und Duftstoffe, Tenside und Färbemittel auf die Lunge wären die gleichen, wie aus einer internationale Studie hervorgeht.

Was so herrlich schäumt und wunderbar duftet, ist also oft alles andere als eine saubere Sache. Zeit also für mehr Natur in den eigenen vier Wänden, denn sie hat einiges zu bieten. Zitronensäure oder Essig geben zum Beispiel nicht nur der Salatsauce die nötige Würze, sondern befreien auch Küche und Bad zuverlässig von Kalkablagerungen. Gegen Fettspritzer ist warmes Wasser die beste Wahl. Bei besonders hartnäckigen Schmutzflecken hilft ein wenig Kernseife – die besteht hauptsächlich aus pflanzlichen Ölen und Fetten. Fehlt noch der frische Duft? Dafür sorgen etwas Salbei, Rosmarin, Thymian oder Minze im Wasser, die sich zudem garantiert biologisch abbauen. So kann man auch beim Putzen bedenkenlos tief durchatmen – ohne Gefahr für die eigene Gesundheit.

Sie möchten mehr erfahren? Hier finden Sie weitere Informationen:

[Bewusst Wie: Umweltschutz zuhause](#)

[Bund Naturschutz in Bayern: Umweltfreundliche Putzmittel](#)

[Nachhaltig Leben: 7 natürliche Helfer, die chemische Putzmittel bestens ersetzen](#)

Zürich, 1. März 2022