

## Schöpfungsmonat September

### Tipps zum verantwortungsvollen Umgang mit der Schöpfung

1. EINKAUFSGEMEINSCHAFTEN bilden – somit Wege sparen, größere Mengen teilen, ...
2. EINKAUFLISTE schreiben und nur das einkaufen, was wirklich gebraucht wird
3. OBSTSÄCKCHEN zum Einkaufen mitnehmen
4. BIENENWACHSTÜCHER statt Frischhaltefolie verwenden
5. Produkte im GLAS den Vorzug geben (außer Einwegflaschen)
6. Selbst gemachtes GESCHIRRSPÜLMITTEL
  - 25 dag Natron
  - 25 dag Soda
  - 25 dag Zitronensäure
  - Alles mischen und ev. einige Tropfen äth. Öle dazu geben
  - 1 El pro Waschgang
7. Selbst gemachter KLARSPÜLER
  - Gleiche Teile Wasser und Spiritus, ½ Teil Zitronensäure, alles gut vermischen
8. Selbst gemachtes SPÜLMITTEL
  - 8 Kartoffelschalen in ein Glas geben und mit 750 ml kochendem Wasser aufgießen, fest verschließen, nach 45 min gut schütteln, dann immer wieder schütteln bis sich Schaum bildet, nach dem Abkühlen in den Kühlschrank geben und nach 12 Stunden abseihen, ca 1 Woche haltbar
  - Oder*
  - 1 TL Natron, 1 El Soda in ½ l Wasser auflösen und 20 Tropfen Zitronenöl beimengen
  - Oder*
  - 500 ml Wasser und 15 g geraspelte Olivenseife gemeinsam aufkochen, abkühlen lassen und 4 TL Natron darin auflösen.
9. NUDELKOCHWASSER
  - Als Putzmittel für Abwäsche, Waschbecken oder Badewanne
10. VERKRUSTUNGEN in Töpfen
  - 1 El Soda und 1l Wasser gemeinsam aufkochen, etwas einwirken lassen und dann abwaschen
11. Reinigen vom CERANFELD
  - Soda aufstreuen, mit feuchten Schwamm verteilen, dann gut abwischen – sauber!
12. Reinigen von ABFLÜSSEN
  - 4 El Soda direkt in den Abfluss streuen, ½ Tasse Essig dazu und 2-3 min einwirken lassen, mit sehr heißem Wasser nachspülen
13. Reinigen vom WC
  - 3 Teile Natron und 1 Teil Zitronensäure im WC verteilen, aufschäumen lassen und abbürsten
14. MÖBELPFLEGE
  - 10 dag Kokosöl und 2 dag Bienenwachs im Wasserbad schmelzen, auf ein weiches Tuch geben und die Holzmöbel einlassen
15. WASCHMASCHINE reinigen
  - 5 dag Natron in den Hauptwaschgangbehälter geben und 60° Wäsche-Programm durchwaschen

16. Reinigen des GESCHIRRSPÜLERS

1 – 2 Tl Natron im Geschirrspüler ausstreuen, 20 ml Zitronensäure ins Spülfach und bei hohem Temperaturprogramm durchlaufen lassen

17. ZITRUSREINIGER

von Zitronen oder Orangen klein schneiden und in ein Schraubglas geben, mit weißem Essig auffüllen, 1 Woche durchziehen lassen, abseihen – zum Reinigen von Küche und Bad

18. Reinigen von FLIESEN

6 El Natron mit 2 El Wasser und 2 Tl Essig vermengen, dann auf die Fliesen auftragen, 1-2 Stunden einwirken lassen, dann abwaschen

19. RASIERHOBEL statt Einwegrasierer

20. Alte MARMELADEGLÄSER eignen sich sehr gut zum Einfrieren von Speisen (nur zu  $\frac{3}{4}$  einfüllen)

21. TEE selber sammeln

Brennnessel, Lindenblüten, Hagebutten, Spitzwegerich, Walnussblätter, Hollerblüten, ...)

22. TEESÄCKCHEN weiter verwenden

23. Generell nur NATURKOSMETIK verwenden (enthält kein Mikroplastik und keine Erdölprodukte)

24. HAARWASSER

250 ml Wasser mit 5 El geschnittenen Birkenblätter aufkochen und 20 min ziehen lassen, abseihen und mit 250 ml Apfelessig mischen; nach der Haarwäsche einmassieren, nicht auswaschen; hält sich im Kühlschrank 2 Monate

25. ZITRONEN-BADESALZ

1 Bio-Zitronenschale, 1-2 Zweige Rosmarin – alles fein gehackt, 5 EL Meersalz und 1 Tl Honig, alles gut vermengen und dem Badewasser zugeben – genießen!

26. BACKOFENREINIGUNG

1 Pkg Backpulver und 3 El Wasser vermischen, auf die Verkrustungen im Backofen aufstreichen und 30 min einwirken lassen (oder länger), dann einfach abwischen!

27. ABFLUSS reinigen

Backpulver in den Abfluss streuen und Essig dazu, einwirken lassen und mit sehr heißem Wasser nachspülen

28. „Bitte keine Werbung“ beim Postkasten anbringen, spart sehr viel Altpapier

29. LUFTERFRISCHER

Ein kleines Glas zur Hälfte mit Natron füllen und ca 10 Tropfen ätherisches Öl zugeben (zB. Zitrone, Orange, Grapefruit, Bergamotte, ..), dann das Glas mit einem Stoffquadrat abdecken und fest zubinden, dann mit einem Zahnstocher kleine Löcher in den Stoff stechen – fertig (auch für den Kühlschrank geeignet), hin und wieder durchschütteln

30. DESINFEKTIONSMITTEL

800 ml Alkohol mit 200 ml abgekochtem Wasser und etwas Glycerin vermischen, in kleine Sprühflaschen abfüllen