



# Zero Waste im Haushalt mit 5 Zutaten

WIE DU DEINEN HAUSHALT MIT 5 ZUTATEN SCHMEISST



**Dein Problem:** Du willst nachhaltiger leben, die Umwelt schonen und deinen Müll reduzieren? Du weißt aber nicht wo du anfangen sollst?

Wie wäre es Zero Waste? Keine Angst, du darfst mehr Müll produzieren als den Inhalt eines Marmeladenglases im Jahr. Geisel dich nicht mit Perfektionismus, sondern nehme das Wissen aus dem Trend "Zero Waste", dass deinen Alltag effektiv nachhaltiger macht und dir keinen Mehraufwand schafft.

Zero Waste beschreibt eine Lebenseinstellung: Müll vermeiden und Materialien, die als Müll anfallen, weiterzunutzen.



**Deine Lösung:** Dein müllfreier Haushalt beginnt mit dem Aufbrauchen der Dinge, die du bereits hast.

Kauf (erstmal) keine neuen Gegenstände, Putzmittel und Co. für deinen Haushalt, sondern überlege dir was du wirklich brauchst (z.B. meine TOP 5 Hausmittel) und auf was du verzichten kannst.

Dabei helfe ich dir in diesem Freebie.



## **Warum ich finde, dass Nachhaltigkeit im eigenen Haushalt beginnt?**

Im Haushalt fällt besonders viel Müll an. Unnötige viele Putzmittel, deren Verpackungen und nicht zu vergessen die Chemiekeulen die z.B. übers Abwasser in unsere Umwelt gelangen.

Mein Ziel mit diesem Guide? **Ich zeige dir wie du mit 5 Hausmitteln alle Putzmittel ersetzen kannst.**



## TOP 5 Hausmittel für deinen Haushalt

**Essig:** Bekannt, beliebt und vielseitig einsetzbar. Ersetzt Reiniger, Weichspüler und Klarspüler, genauso wie Haarspülungen.

**Natron:** Bekannt als Backpulver. Das basische Natron ist auch desinfizierendes Reinigungsmittel, Wasserenthärter und Fettlöser. Aber Achtung: Nicht mit Soda verwechseln!

**Zitronensäure:** Perfekt zum Entkalken, wirkt Geschmackgebend und ist natürliches Konservierungsmittel. Aluminium-Gegenstände besser fernhalten.

**Kernseife:** Ein Tensid, das in Waschmittel, milden Fleckentfernern und selbstgemachten Pflegeprodukten vorkommt.

**Soda:** Ein einfaches, effektives Reinigungsmittel. Wirkt reizend, vermeidet also Einatmen und Hautkontakt.

**+ ätherische Öle:** Nicht notwendig - bringen aber Spaß und berauschende Düfte in deinen Haushalt.



Wie du mit diesen Hausmitteln deinen Haushalt schmeißt?

## Meine TOP 3 Haushalts-DIYs

**Waschmittel:** Soda (zwei Teile), geraspelte Kernseife (3 Teile), Natron (2 Teile) und ggf. ätherisches Öl (ein paar Tropfen für einen guten Duft) in einem großen Schraubglas vermengen. Dosierung wie bei normalem Waschmittel.

**Allzweckreiniger:** Wasser (4 Teile), Essigessenz (1 Teil) und ggf. ein paar Tropfen äth. Öl für den Duft in eine Spühflasche geben. Geeignet als Badreiniger, für Küchen- und Fensterflächen, usw.

**WC-Reiniger-Tabs:** 300g Natron, 100g Zitronensäure, 3 TL Wasser und ein paar Tropfen äth. Öl gut vermischen, in kleine Formen drücken und trocknen lassen. Trocken und luftdicht Verschluss aufbewahren.





**Du willst mehr erfahren über einen nachhaltigen, müllfreien Alltag und diesen mit einfachen DIYs erleichtern?**

Dann schau regelmäßig auf dem Blog vorbei [uponmylife.de](https://uponmylife.de) und folge mir und meinem Alltag auf Instagram [uponmylife.de](https://www.instagram.com/uponmylife.de) **Ich freue mich auf dich!**

Sei gespannt auf den nächsten Newsletter am kommenden Freitag - darin zeige ich dir noch mehr DIYs und Hintergrundinfos zu Nachhaltigkeit im Alltag.

Hast du Fragen? Dann schreib mir jederzeit eine Mail an [info@uponmylife.de](mailto:info@uponmylife.de)