

Ganz sachte dosieren!



Zum Schutz unserer Gewässer vor Mikroverunreinigungen

- Verwenden Sie umweltschonende Produkte
- Dosieren Sie äusserst sparsam
- Vermeiden Sie überflüssige Substanzen

Die meisten der im Alltag benutzten Produkte landen letztlich im Spülbecken, in der Badewanne oder im WC. Sie enthalten allerdings fast ausnahmslos synthetische Substanzen, die in den Abwasserreinigungsanlagen (ARA) nicht abgebaut werden können. Haushalt, Geschirrspüler, Waschmaschine, Körperpflege, Kosmetik, Basteln und Garten: hier fallen **Mikroverunreinigungen** an, welche Flüsse, Seen und das Grundwasser verschmutzen – aus denen wir den grössten Teil unseres Trinkwassers beziehen. Sie kommen zu den tausenden anderen Mikroverunreinigungen hinzu, die aus Landwirtschaft, Industrie, Gewerbe, Spitälern und dem Bausektor stammen. Ihre langfristigen Auswirkungen auf die Umwelt und auf unsere Gesundheit sind noch wenig bekannt. Aber dieser «Cocktail» sollte uns zu denken geben, da festgestellt wurde, dass er die Fortpflanzung von Fischen beeinträchtigen kann.



Wäsche

- Wählen Sie Waschmittel und Fleckenentferner, die mit einem der untenstehenden Ökolabel* ausgezeichnet sind (ohne: Phosphate, EDTA, Nitromoschusverbindungen, polyzyklische Moschusverbindungen) und im Idealfall auch ohne Perborate und ohne optische Aufheller.
- Versuchen Sie bei jedem Waschgang die Waschmittelmenge zu verringern.
- Nur stark verschmutzte Wäsche vorwaschen.
- Verzichten Sie bei Kunstfasern auf Weichspüler.
- Waschen Sie die Kleider weniger oft (eher auslüften).
- Lassen Sie die Maschine erst laufen, wenn sie voll ist.

Geschirr

- Von Hand:** Wählen Sie ein Spülmittel mit Ökolabel*, dessen gesamte Inhaltsstoffe biologisch abbaubar sind.
- Mit der Maschine:** Wählen Sie Geschirrspülmittel und falls nötig Klarspüler mit Ökolabel* (ohne: Phosphate, Perborate, Chlorverbindungen, EDTA, Nitromoschusverbindungen, polyzyklische Moschusverbindungen).
- Verteilen Sie das Geschirr optimal in den Körben und stellen Sie sicher, dass die Sprüharme frei drehen können und ihre Öffnungen nicht verstopft sind.
 - Stellen Sie den Regler der Klarspülerdosierung eine Stufe tiefer, wenn keine Kalkspuren auf dem Geschirr zurückbleiben, können Sie eine noch tiefere Dosierung einstellen. Vielleicht können Sie auch ganz auf den Klarspüler verzichten.
 - Verzichten Sie auf den Spülmaschinen-Deo, reinigen Sie dafür regelmässig den Filter und die Türdichtung.

Basteln

- Bevorzugen Sie wasserlösliche Farben und Produkte, die mit einem Ökolabel* ausgezeichnet oder auf natürlicher Basis hergestellt sind und wenig bis keine VOCs (flüchtige organische Verbindungen) enthalten.
- Farbreste, Lösungsmittel, Abbeizmittel, Öle, Benzin, Sprit und ähnliches nie ins WC oder in eine Dole leeren. Dies sind alles Sonderabfälle, die zur Verkaufsstelle zurückgebracht oder in einer Sammelstelle abgegeben werden müssen.

Kosmetik

- Wählen Sie so natürliche Produkte wie möglich und vermeiden Sie Substanzen, die der Gesundheit durch Einwirkung auf das Hormonsystem schaden könnten wie Parabene, Nitromoschusverbindungen, polyzyklische Moschusverbindungen und UV-Filter. Vorsichtshalber nur kleine Mengen auftragen.
- Verzichten Sie auf Schaumbäder.
- Benutzen Sie beim Duschen einen Schwamm oder eine Badequaste, man braucht so weniger Gel bzw. Seife.



Garten

- Verzichten Sie auf Herbizide, Unkrautvertilgungsmittel, selektive Dünger (mit Herbiziden), Fungizide, Insektizide... dies sind alles Pestizide, die nicht in die Gewässer gelangen dürfen.
- Entfernen Sie das Unkraut von Hand oder mit einem Abflamngerät.
- Verwenden Sie (falls nötig) Pflanzenschutzmittel auf natürlicher Basis und befolgen Sie die Packungshinweise.
- Pflanzen Sie einheimische Wildpflanzen an: sie begünstigen das Ökogleichgewicht im Garten.

W.C.

- Verzichten Sie auf WC-Duftsteine.
- Verwenden Sie ungefärbtes und unbedrucktes Toilettenpapier
- Um das WC zu entstopfen, versuchen Sie es erst mit der Saugglocke, einem Haken oder von Hand mit Plastikhandschuhen.
- Medikamente, feste Abfälle sowie Farb- und Bastelreste auf keinen Fall ins WC werfen, sondern in die Verkaufsstelle zurückbringen oder in einer Sammelstelle entsorgen.



Haushalt

- Einen Haushalt kann man mit nur drei Produkten sauberhalten: **flüssige Schmierseife** (Fett lösend), **Putzessig** (Kalk lösend) und **Putzalkohol** (Fleckenentferner). Wählen Sie auf natürlicher Basis hergestellte Produkte.
- Verwenden Sie kein Javelwasser und keine Desinfektionsmittel (Biozide). Vermeiden Sie auch Produkte mit solchen Inhaltsstoffen: Biozide dürfen nicht in die Gewässer gelangen.
- Reinigen Sie Möbel, Fenster und normal verschmutzte Böden mit einem guten Mikrofasertuch und Wasser.

Mehr dazu

Dieses Poster und weitere Informationsdokumente finden Sie unter www.energie-umwelt.ch



* www.labelinfo.ch

