Voorstel artikel maart 2019

Thema: Gezonde schoonmaak

**Kort versie**

**Een gezonde lenteschoonmaak: 5 tips om er in te vliegen!**

Heb je echt wel een speciaal product nodig om iets schoon te maken? Denk daar eens even na voordat je iets uit je kast of het winkelrek neemt. Als je producten te dikwijls of in verkeerde hoeveelheden gebruikt, dan kan dat slecht zijn voor je gezondheid. Denk eens over andere mogelijkheden: kan je het niet gewoon schoonmaken met een vochtige doek, een spons of microvezeldoek? Of kan je de simpele huishoudmiddelen gebruiken, zoals azijn, citroensap of sodakorrels?

Toch een schoonmaakmiddel nodig?

* Vermijd producten met gevaarsymbolen en kies liever voor een gewone fles met schroefdop dan voor een spuitbus.
* Gebruik producten altijd volgens de gebruiksaanwijzing. Gebruik je ze verkeerd, dan kan dat gevaarlijk zijn!
* Bewaar schoonmaakproducten waar kinderen er niet aan kunnen.
* Bescherm het milieu door producten met een ecologisch label te kopen.
* Ontsmettingsmiddelen zoals bleekwater (javel) of alcohol zijn geen schoonmaakmiddelen en heb je bijna nooit nodig. We raden aan om alleen te ontsmetten na advies van je huisarts.

Uitgebreide versie

**Een gezonde lenteschoonmaak: 10 tips om er in te vliegen!**

Doe allemaal een vreugdedansje, de lente komt eraan! Veel mensen voelen de lentekriebels al en beginnen dan ook vol goede moed aan de grote lenteschoonmaak. Tijd voor een legertje schoonmaakproducten om vuiltjes te verwijderen en bacteriën uit te schakelen? Maar wist je dat je met schoonmaken soms ook je gezondheid onder vuur neemt? Gebruik je huishoudproducten verkeerd, dan kunnen bijvoorbeeld schadelijke gassen vrijkomen. Volgens het antigifcentrum zijn huishoudproducten na geneesmiddelen de grootste oorzaak van vergiftiging.

Maar geen paniek: met deze tips kan je gezonder en veiliger aan de slag.

1. Lees het etiket van producten: zo kom je te weten of een product gevaarlijk is en hoe je jezelf en eventueel je kinderen kan beschermen.
2. Koop liever geen producten met een gevaarsymbool, er bestaan vaak minder gevaarlijke alternatieven.
3. Volg altijd de gebruiksaanwijzing en gebruik niet meer dan de aangegeven dosis! Het is goedkoper, gezonder én beter voor het milieu.
4. Bewaar je huishoudproducten waar kinderen er niet aan kunnen.
5. Ontsmettingsmiddelen zoals bleekwater (javel) of alcohol zijn geen schoonmaakproducten en zijn bijna nooit nodig. We raden aan om alleen te ontsmetten na advies van je huisarts. Reinig gewoon met een allesreiniger of met milieuvriendelijke producten zoals azijn, groene zeep of sodakorrels.
6. Bleekwater (javel) is geen schoonmaakmiddel: het verbleekt het vuil en kan ontsmetten, maar maakt eigenlijk niets schoon. Het is een gevaarlijk en ongezond product. Als je het ondanks de gezondheidsrisico’s toch wil gebruiken, gebruik het dan zeker nooit samen met of net na andere producten zoals ontkalker of ontstopper, anders komen er giftige chloordampen vrij!
7. Een herbruikbare vochtige microvezeldoek is een uitstekend hulpmiddel om schoon te maken: doeltreffend, effectief en milieuvriendelijk.
8. Verjaag vieze geurtjes door te verluchten! Vermijd spuitbussen en luchtverfrissers! Ze verstuiven de vloeistof in fijne druppeltjes die je gemakkelijk inademt en die zo gevaarlijk kunnen zijn voor je gezondheid.
9. Was de vaatdoek of schoteldoek op 60°C en gebruik dagelijks een verse, want na een dag een vaatdoek gebruiken zit hij vol bacteriën.
10. Bescherm het milieu door producten met een ecologisch label te kopen.