

Ratgeber

Nützliche Tipps für den Alltag.  
Heute: von unserer Online-Redaktion

- Mo Gesundheit
- Di Alltagslotse
- Mi Multimedia**
- Do Verbraucherrecht
- Fr Ernährung
- Sa Haustier

## Warnung vor Aldi-Gutschein

In wenigen Sekunden einen 100-Euro-Gutschein für einen Einkauf bei Aldi ab-schaffen? Das klingt zu schön, um wahr zu sein. Und diese Skepsis ist auch berechtigt, wie das Computermagazin „Chip“ auf seiner Internetseite berichtet. Nach Angaben von Mimikama, einem Verein zur Aufklärung über Internetmissbrauch, führt das aktuell auf Facebook kursierende Posting den Nutzer nämlich nicht zu dem Discounter, sondern auf eine ähnlich aufgemachte Betrugsseite. Aldi selbst hat mit der Aktion nichts zu tun. Die Hinter-männer der Fake-Seite nutzten lediglich den Namen des Discounters für ihre eigenen Zwecke aus, schreibt „Chip“.

Wer auf der Betrugsseite landet, wird zunächst aufgefordert, einige Fragen zu beantworten. Im Anschluss winkt das vermeintliche 100-Euro-Geschenk – der Nutzer müsse nur noch auf den „Teilen“-Button drücken und „Danke Aldi“ in das Kommentarfeld schreiben, um den Gutschein zu erhalten. Das alles ist kompletter Unsinn. Hinter dem vermeintlichen Gewinnspiel verbirgt sich eine reine (Daten-)Falle. Der angebliche Gutschein hat keinerlei Gültigkeit.

Wer auch immer hinter dem Fake-Gut-schein von Aldi steckt, bediente sich gleich mehrerer Tricks, die bei Internetbetrüg-ern beliebt sind. Man nutzt eine dem Original ähnliche Domain, baut die zugehörigen Logos ein und fordert die Verbreitung des Postings, um noch mehr User in die Falle zu locken. Alleine die Rechtschreib-fehler in dem Facebook-Posting sowie auf der Fake-Seite selbst sind klare Indizien für eine Betrugsmasche. Generell sollte man bei einer Webseite, die zum Teilen von Inhalten auffordert, höchst skeptisch sein, warnen die Computerexperten von „Chip“. Das gelte insbesondere dann, wenn die entsprechende Seite mit einem (Geld-)Geschenk lockt. (StN)

## Zahl des Tages

68

Prozent der Deutschen halten ihre Urlaubserinnerungen auf dem Smartphone fest. Nur noch 26 Prozent verreisen mit digitaler Kompaktkamera. Zwölf Prozent setzen auf eine Spiegelreflexkamera, elf Prozent auf eine digitale Systemkamera. Das ist das Ergebnis einer Umfrage des Branchenverbands Bitkom. „Aktuelle Smartphone-Modelle können bei der Bildqualität mit digitalen Kompaktkameras konkurrieren“, sagt Bitkom-Experte Timm Lutter. Zudem könnten per Smartphone Urlaubsergebnisse schnell und einfach per Messenger oder in sozialen Netzwerken geteilt werden. Viele wollen aber trotzdem Papierbilder. 61 Prozent der Befragten drucken ihre Urlaubsfotos selbst aus, 38 Prozent bestellen Abzüge im Laden, 23 Prozent bei Online-Druckereien. 17 Prozent stellen sich digital Fotobücher zusammen, die dann auch gedruckt werden. (cid)

## Kontakt



Melanie Maier



Regine Warth

Fragen, Anregungen, Kritik?  
Melden Sie sich bei uns.

E-Mail: [wissen@stzn.de](mailto:wissen@stzn.de)

Post: Stuttgarter Nachrichten  
Redaktion Wissenswert  
Plieninger Straße 150, 70 567 Stuttgart

[www.stuttgarter-nachrichten.de/wissen](http://www.stuttgarter-nachrichten.de/wissen)



Um Reiniger selbst zu mischen, braucht es nicht viele Zutaten. Zudem fallen weniger leere Plastikflaschen an als bei den Fertigprodukten aus dem Supermarkt.

Foto: Inés Hermann

# Erst mischen, dann wischen

Essig, Zitronensäure, Natron, Kernseife, ätherische Öle – viel mehr braucht es nicht für selbst gemachte Reiniger

In Putzmitteln stecken oft zahlreiche Chemikalien. Wer Fensterreiniger, Weichspüler und Allesreiniger selbst herstellt, vermeidet unnötige Schadstoffe – und spart dazu noch Geld.

VON MELANIE MAIER

STUTT GART. Es zischt und schäumt in der Schüssel, als das Natron mit der Essigessenz reagiert. Nur löffelweise darf man das weiße Pulver in die Flüssigkeit geben, sonst schäumt die Mischung über. Das ist die erste Erkenntnis am Tag eines Putzmarathons mit eigenhändig hergestellten Putzmitteln: Die Küche ist zum Minichemielabor geworden. Zumindest sieht es so aus wie eines. Dabei möchte wer selbst Fensterreiniger, Weichspüler und Allesreiniger anmischt, ja gerade eines: unnötige Schadstoffe vermeiden.

Putzmittel zu Hause herstellen – was in der heutigen Zeit eher seltsam klingt, war für unsere Großeltern Normalität. Natron, Backsoda, Essig, Zitronensäure und Kernseife hießen ihre stillen Helferlein. Auf diese Mittel greift auch die Autorin und Bloggerin Tatiana Warchola zurück. In ihrem Buch „DIY Putzmittel – natürlich sauber“ stellt sie Rezepte für verschiedene Reiniger vor; vom Waschmittel bis zur Möbelpolitur.

Was sie dazu gebracht hat? Die Geburt ihrer Tochter war für Tatiana Warchola so etwas wie ein Weckruf, wie sie auf ihrem Blog „Natürlich Mama“ schreibt: „Auf einmal war ich praktisch dazu gezwungen, mich mit meiner Ernährung und Gesundheit auseinanderzusetzen.“ Dazu gehörte auch das Thema Putzen.

Selbst gemachte Putzmittel kommen meist mit wenigen, unbedenklichen Zutaten aus. Vor allem für Menschen mit Hautkrankheiten wie etwa Neurodermitis, aber auch für Familien mit Kindern stellen sie daher eine sinnvolle Alternative zu aggressiven Produkten aus dem Supermarkt dar. „Das Wohnklima verbessert sich durch den Verzicht auf chemische Reinigungsmittel, allergische Reaktionen und Hautschädigungen beim Putzen werden gemildert“, sagt auch die Autorin Inés Hermann. In ihrem Buch „Grüner Putzen – natürliche Reinigungsmittel“ schreibt sie: „Selbst hergestellte Reiniger schonen nicht nur die Umwelt, sie sind auch preiswerter und reinigen zuverlässig.“

Für ihren Rhabarber-Fliesenreiniger zum Beispiel braucht man einige zerkleinerte Rhabarberblätter, einen Liter Wasser, zehn Gramm Ethanol, zehn Gramm Betain (ein aus Kokos- und Palmkernfettsäuren gewonnenes Tensid) und fünf Tropfen ätherisches Öl. Die Rhabarberblätter lässt man einen Tag lang stehen, kocht sie dann auf und lässt sie zehn Minuten köcheln. Den Sud sieht man durch ein Sieb ab, lässt ihn abkühlen. Anschließend füllt man ihn mit den übrigen Zutaten in eine Sprühflasche und schüttelt diese nochmals vor der Anwendung.

### In einer Salatschüssel gelingt das erste Rezept schnell – auch wenn es dabei heftig schäumt

Etwas unkomplizierter und deshalb auch für Einsteiger im Bereich Do it yourself (DIY, „Mach es selbst“) geeignet sind die Rezepte von Tatiana Warchola. Für sechs verschiedene Reiniger genügen eine 250-Gramm-Packung Natron und eine kleine Flasche Essigessenz aus dem Supermarkt sowie drei ätherische Öle (Limonen, Orange und Zitrone) aus dem Drogeriemarkt. Die Kosten für alle Zu-

## Hintergrund

### So schädlich sind herkömmliche Reiniger

- **Chemikalien** Herkömmliche Putzmittel enthalten oft eine ganze Reihe von Chemikalien. Mehr als 1,3 Millionen Tonnen Wasch- und Reinigungsmittel werden dem Umweltbundesamt (UBA) zufolge jedes Jahr in Deutschland verkauft. Sie enthalten etwa Tenside, Phosphate, Duftstoffe, Enzyme, Phosphonate, optische Aufheller, Silikone. Rund 630 000 Tonnen Chemikalien aus Wasch- und Reinigungsmitteln enden jährlich im Abwasser und belasten die Umwelt.
- **Keime** Beim Putzen kommt der Anwender direkt mit den Reinigern und den in ihnen enthaltenen Chemikalien in Kontakt. Die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen rät daher vom Hausgebrauch starker Desinfektionsmittel oder Anti-Keim-Putzmittel ab: „Beide bekämpfen nicht nur Keime, die krank machen, sondern auch gesundheitlich unbedenkliche. Letztere sind aber gut für den normal gesunden Menschen: Sie stärken die Abwehrkräfte.“ (mma)

### Abfluss-reiniger

**Zutaten:** 1 Tasse Natron, 2–4 Tropfen ätherisches Zitronenöl, 1 Tasse Essigessenz, 4 Tassen oder mehr heißes, abgekochtes Wasser.

**Zubereitung:** 1. Zitronenöl mit Natron mischen. 2. In den verstopften Abfluss geben, Essigessenz hinterher leeren. 3. Nach 30 Minuten das heiße Wasser nachschütten. Achtung: Nicht mit chemischen Produkten kombinieren!

**Bewertung:** Sehr gut. Die Wirkung ist mit herkömmlichen Produkten vergleichbar.

### Alles-reiniger

**Zutaten:** 1 Liter Wasser, ¼ Tasse Essigessenz, ¼ Tasse Natron, 8 Tropfen ätherisches Rosmarinöl (oder ein anderes ätherisches Öl).

**Zubereitung:** 1. Zutaten miteinander vermengen und in Sprühflaschen abfüllen. 2. Vor jedem Gebrauch gut schütteln (das Öl setzt sich ab).

**Bewertung:** In Ordnung. Auf dem Wohnzimmer hinterlässt die Mischung Schlieren, das Bad wird sauber. Die Mischung riecht angenehm und unaufdringlich.

### Mikro-wellen-Reiniger

**Zutaten:** 1 Tasse Essigessenz, 5 Tropfen ätherisches Öl (zum Beispiel Limone).

**Zubereitung:** 1. Alle Zutaten in eine mikrowellenfeste Schüssel geben. 2. In den Mikrowellenherd stellen und 1–2 Minuten laufen lassen. Es bildet sich ein Dampf. 3. Den Mikrowellenherd mit warmem Wasser auswischen.

**Bewertung:** In Ordnung. Nach kurzer Zeit riecht es in der Küche stark nach Essig. Der Mikrowellenherd lässt sich gut reinigen.

### Toiletten-Reiniger

**Zutaten:** ½ Tasse Natron, ¼ Tasse Essigessenz, 10 Tropfen ätherisches Teebaumöl.

**Zubereitung:** 1. Alles miteinander vermengen und in die Toilette geben. 2. Mit der Toilettenbürste scrubben.

**Bewertung:** Nicht zufriedenstellend. Das Wasser in der Schüssel wirkt trüb, hat einen ölig-schimmernden Geruch. Das Scrubben verbessert die Wirkung nicht. Hinweis: Im Test wurde Limonenöl eingesetzt.

### Natron-Weichspüler

**Zutaten:** 8 Tassen Wasser, 6 Tassen Essigessenz, 1 Tasse Natron, 20 Tropfen ätherisches Limonenöl. ½ Tasse pro Wäscheladung.

**Zubereitung:** 1. Alle Zutaten vermengen. 2. Das Natron wird mit dem Essig reagieren, also langsam hinzufügen. 3. In eine alte Flasche geben und vor jedem Gebrauch schütteln.

**Bewertung:** Gut. Die Kleidungsstücke sind nach dem Waschen schön weich und elastisch. Ihr Geruch ist neutral.

### Fenster-reiniger

**Zutaten:** 1 Tasse Wasser, 1 Tasse Essigessenz, 10 Tropfen ätherisches Zitronenöl.

**Zubereitung:** 1. Alle Zutaten in einer Sprühflasche vermengen. 2. Schütteln. 3. Auf die Oberfläche sprühen und mit einem Tuch oder mit zerkrümeltem Zeitungspapier trocken wischen.

**Bewertung:** In Ordnung. Mit einem Tuch werden die Fenster sauber. Mit Zeitungspapier hinterlässt die Mischung Schlieren. Der dezente Essiggeruch stört nicht.

Tropfen ätherischen Limonenöls riecht das Toilettenwasser muffig und schimmert ölig. Die persönliche Grenze ist erreicht, der herkömmliche Reiniger muss ran.

### Wer chemische Putzmittel gewohnt ist, wird sich schwertun

Das ist die zweite Erkenntnis des Tages: Wer herkömmliche chemische Putzmittel gewohnt ist, wird sich mit der Umstellung auf selbst hergestellte Reiniger aus natürlichen Bestandteilen zumindest anfangs schwertun. Die Mittel schäumen nicht beim Auftragen, sie riechen – wenn überhaupt – nur dezent nach ätherischen Ölen. Zudem können sie bei offenen Wunden auf der Haut trotz aller Natürlichkeit schmerzen: Essigessenz brennt an solchen Stellen.

Da Essigessenz und Natron die Atemwege reizen können, ist generell Vorsicht geboten. Eine Schutzbrille, Handschuhe und ein feuchtes Tuch um den Mund sowie Lüften können helfen. Darüber hinaus sollte man vor dem Putzen erst an einer unauffälligen Stelle testen, ob die Oberfläche den Reiniger verträgt. Lackierte Flächen, Kunststoffe und Naturstein reagieren oft empfindlich.

Nach auf dem Marmor-Fenstersims bleibt nach dem Fensterputzen an diesem Nachmittag ein kleiner, dunkler Fleck dort, wo die Mischung aus Wasser, Essigessenz und ätherischem Zitronenöl heruntergetropft ist. Insgesamt aber kann sich das Ergebnis nach drei Stunden Mischen, Zischen, Wischen durchaus sehen lassen.

