Curățarea ecologică a

CASEI

ECO FRIENDLY

rețete simpe

INGREDIENTE 100% NATURALE

HOME MADE

30 de pagini

Trăim într-o lume în care conștientizarea impactului pe care îl avem asupra mediului este din ce în ce mai importantă. Fiecare alegere zilnică – de la ceea ce mâncăm, până la cum ne curățăm casa – poate contribui la un stil de viață mai sănătos pentru noi și mai sustenabil pentru planetă. Curățarea ecologică a casei nu este doar o tendință, ci o alegere conștientă care vine cu multiple beneficii.

Ce înseamnă curățarea ecologică?

Curățarea ecologică presupune utilizarea unor produse sigure, biodegradabile, fără substanțe toxice, care nu afectează sănătatea oamenilor sau echilibrul natural al ecosistemelor. În loc să folosim detergenți agresivi, alegem soluții naturale, eficiente și prietenoase cu mediul.

Ce vei găsi în acest ghid

În paginile următoare, vei descoperi rețete testate pentru a-ți face singură soluții de curățare pentru întreaga casă: de la rufe și vase, până la baie, bucătărie și toaletă. Vei afla ce ingrediente sunt necesare, cum funcționează fiecare, și cum să le folosești în siguranță.

Acest eBook este o invitație la simplitate, responsabilitate și grijă – pentru tine, pentru cei dragi și pentru planetă.

De ce să alegem produse ecologice pentru curățenie?

Pentru sănătatea noastră:

- produsele convenționale conțin adesea substanțe sintetice cu potențial toxic ce pot cauza alergii, iritații respiratorii sau probleme hormonale, în special pentru copii, animale de companie sau persoane sensibile. Produsele ecologice reduc expunerea la acești compuși nocivi.

Pentru protejarea mediului:

- Substanțele toxice ajung în apele uzate, poluează solul și afectează fauna iar apoi ajung din nou in farfuria și in paharul nostru prin intermediul alimentelor și apei consumate. În schimb produsele de curățare eco sunt biodegradabile , se descompun rapid și nu lasă reziduuri periculoase.
- Reduci cantitatea de plastic utilizată prin refolosirea sticlelor și recipientelor.

Pentru o casă cu adevărat curată:

- Curățenia nu înseamnă doar un luciu cu miros sintetic – înseamnă un spațiu sănătos și cu un aer pur fără toxine ce se ascund în spatele unor parfumuri sintetice ..
- Un singur produs natural (ex: soluție cu oțet / bicarbonat) poate curăța oglinzile, blaturile, chiuveta, baia, podelele etc.
- Mai puțină dezordine sub chiuvetă – nu mai ai nevoie de câte un spray pentru fiecare tip de murdărie.

Control total asupra ingredientelor

- Știi exact ce pui în fiecare produs: fără „ingrediente misterioase” sau greu de pronunțat.
- Poți adapta rețeta în funcție de nevoi: mai blândă pentru suprafețe delicate, mai puternică pentru suprafețe murdare
- Poți parfuma natural cu uleiuri esențiale preferate (mentolate, florale, citrice).

Unde găsești ingredientele recomandate?

Majoritatea ingredientelor utilizate în rețetele ecologice de curățenie prezentate pot fi achiziționate direct din magazinul online BEWIT. În acest e-Book, fiecare cuvânt subliniat este un link activ, astfel că poți accesa ușor pagina produsului doar dând click pe denumirea sa.

Beneficiezi de prețuri preferențiale, reduceri și bonusuri prin înregistrarea gratuită pe site-ul BEWIT. Reducerile pot ajunge până la 30%, sunt valabile pe timp nedeterminat și nu implică comenzi recurente sau obligații suplimentare.

Dacă alegi să te înregistrezi prin linkul meu de afiliere, nu ai costuri suplimentare și vei beneficia automat de:

- **Suportul meu necondiționat , ghidare și recomandări personalizate;**
- **Asigurarea că vei cumpăra produsele la cele mai avantajoase prețuri disponibile;**
- **Acces la toate materialele mele gratuite și actualizate legate de utilizarea produselor Bewit sau cosmetică home-made**

înregistrează-te în site-ul Bewit aici

Și dacă îți dorești mai mult — poți colabora cu Bewit printr-un parteneriat sau poți avea propriul E-shop BEWIT, cu toate produsele disponibile, printr-o franciză gratuită, ușor de gestionat, ideală pentru oricine dorește să dezvolte o afacere online cu ingrediente și produse naturale de cea mai bună calitate la prețuri avantajoase.

Ingrediente de bază în curățenia ecologică

Curățenia ecologică începe cu ingrediente simple, sigure și eficiente, pe care le poți combina în diverse moduri pentru a obține produse naturale adaptate nevoilor casei tale.

Bicarbonat de sodiu -neutralizează mirosurile, degresează, curăță pete.

- curățarea chiuvetelor, a băii
- dezodorizarea frigiderului, covoarelor sau a încălțămintei.

! Alege variante fără aditivi (uneori se vinde sub formă de "bicarbonat tehnic" pentru uz casnic).

Oțet alb (de 10%) - dezinfectant natural, dizolvă calcarul, curăță grăsimi

! utilizeaza doar otet "alb", NU oțet balsamic sau de mere

- soluții pentru geamuri
- detartrare,dezinfectarea toaletei
- curățarea suprafețelor din bucătărie

Cocoat de potasiu (agent de curățare din ulei de cocos)-spumant natural, detergent blând și eficient.

- produse de curățare pentru rufe, vase, suprafețe, pardoseli

Ingrediente de bază în curățenia ecologică

Săpun de Castilia - un săpun lichid blând, vegetal, fără ingrediente sintetice

- detergenți de vase, soluții pentru suprafețe , spray-uri de curățare, geluri de duș naturale.

Săpun Aleppo - săpun solid tradițional . Conține ulei de dafin cu efect antibacterian.

- detergenți ecologici pentru haine, spălarea pardoselei și a covoarelor

Nuci de săpun sau **extract din nuci de săpun** -conțin saponine naturale care spumează și curăță delicat.

- spălarea rufelor, detergenți naturali, curățarea suprafețelor și a obiectelor delicate.

Acid citric -dizolvă calcarul, neutralizează mirosuri, acționează ca agent de înălbire .

- soluții anticalcar, curățarea mașinii de spălat, tablete de WC, curățat inox.

Carbonat de sodiu (soda de rufe / soda calcinată) - detergent puternic natural, degresant, înălbitor blând.

- detergenți , curățarea aragazului, curățarea băii.

Nu este potrivit pentru spălarea hainelor de mătase sau lână .

Oxigen Activ- detergent multifuncțional pentru curătare, spălarea rufelor și scoaterea petelor dificile și a murdăriei de pe diferite suprafețe

- detergenți , curățarea suprafețelor cu pete dificile.

Nu este potrivit pentru spălarea hainelor de mătase sau lână . Nu se utilizează pentru curățarea suprafețelor din aluminiu

Săpun de Neem -obținut din saponificarea uleiului din fructul arborelui tropical Azadirachta indica, care îngrijește pielea iritată, afectată sau cu sensibilitate excesivă, contribuind la refacerea echilibrului său natural.

- Vegan și 100% natural, fără aditivi sintetici
- Simplifică prepararea cosmeticelor naturale de casă.

- ingredient activ in soluții pentru curățarea suprafețelor
- compatibil in soluții cu conținut de acid acetic

Alcool etilic -dezinfectant puternic, degresant, solvent natural.

Inflamabil — păstrează departe de surse de căldură și flacără.

- spray-uri dezinfectante pentru suprafețe, curățarea suprafețelor de sticlă

Uleiuri esențiale (lavandă, lămâie, portocală, mentă, lemongras, litsea sau chiar mixuri special concepute cum este Laundry Citrus sau Clean Home)- antibacteriene, antifungice, aromaterapie naturală.

- spray-uri ambientale, detergenți, odorizante, soluții pentru baie.

utilizează doar **uleiuri pure, certificate (CTEO)**

Rețete

HOME MADE

Practice

Spălarea ecologică a hainelor

Detergent pudră

- 150g **săpun Aleppo 3%** ulei de dafin sau săpun de casa (răzuit)
- 200 g **carbonat de sodiu**
- 200 g **bicarbonat de sodiu**
- 20 picături **ulei esențial de lemongras**
- 55 g **Zeolit** (anti depuneri/anticalcar)
- (100 g Acid Citric -pentru haine albe)

Mod de preparare:

1. se răzuiește săpunul într-un castron
2. se amesteca toate ingrediente cu un tel
3. detergentul obținut se păstrează într-un recipient cu capac pentru a nu atrage umezeală
4. se utilizează 25-30 g la fiecare spălare, direct în cuva mașinii de spălat

Atenție !

-acest detergent pudră nu este potrivit pentru țesăturile din lână sau mătase !

Sfat!

Igienizează mașina de spălat la fiecare 3 luni. Utilizează pudra specială cu oxigen activ sau crează-ți chiar tu această pudră de igienizare si dezinfectare:

- 150 g peroxid de hidrogen
- 100 g carbonat de sodiu

-pune toată compoziția în cuva mașinii, selectează o temperatura mare, oprește programul de stoarcere și pornește mașina fără haine.

Detergent lichid

Detergent lichid de rufe cu săpun de Castilia

Ingrediente pentru ~2 litri:

- 150 ml săpun de Castilia lichid
- 1,8 litri apă caldă (Distilata sau fiartă și răcită)
- o lingură glicerina vegetală bio (protecția fibrelor și la senzația de netezime a hainelor)
- o Linguriță gumă Xanthan -vâscozitate
- 20 -30 picături ulei esențial (menta /portocală / lavandala / eucalipt la 100 ml sau blend: Laundry Citrus etc.)

Detergent lichid cu săpun de Castilia

Mod de preparare:

1. Într-un recipient toarnă apa călduță
2. Omogenizează guma Xanthan in glicerina
3. Încorporeaz-o încet in apa in timp ce amesteci cu un mixer mic
4. Adaugă săpunul de Castilia lichid și amestecă încet, fără a agita prea mult (evită formarea spumei)
3. Când lichidul s-a mai răcit, adaugă uleiurile esențiale.
4. Toarnă într-un recipient curat , preferabil cu capac dozator.

Utilizare:

80-100 ml / ciclu de spălare (pentru o mașină de 4–5 kg de rufe)

Detergent lichid de rufe cu Potassium Cocoate

Ingrediente pentru ~2 litri:

- 150 ml Potassium Cocoate
- 1,8 litri apă caldă
- o lingură Glicerină vegetală bio (protecția fibrelor și la senzația de netezime a hainelor)
- O linguriță gumă Xanthan-pentru un lichid mai vâscos
- 20-30 picături ulei esențial (mentă, portocală, lavandă)

Mod de preparare asemanator ca cel de mai sus

Utilizare : 80-100ml la fiecare spălare

Detergent lichid cu Potasium Cocoate

Detergent lichid de rufe cu săpun Aleppo 3% ulei de dafin potrivit pentru haine ușor murdare, spălări frecvente sau persoane cu piele sensibilă.

Ingrediente pentru ~2 litri:

- 100 g săpun de Aleppo 3% ulei de dafin
- 2 litri apă caldă
- 10-15 picături ulei esențial (citronela, litsea , lemongras)

Mod de preparare:

1. Fierbe 500 ml apă și dizolvă săpunul ras.
2. Completează cu restul de apă caldă și lasă să se răcească
3. Adaugă uleiurile esențiale și pune într-o sticlă cu capac.
4. Utilizeaza 150-200 ml la fiecare spălare

Detergent lichid cu Săpun Aleppo

Atentie !

-aceste rețete de detergent lichid NU conțin un agent de chelare, deci sunt potrivite doar dacă apa nu este dură !

Sau, utilizează o lingură de Zeolit direct în cuva mașinii, la fiecare spălare !

Spălarea hainelor cu nuci de săpun

– o soluție naturală, veche de secole

Nucile de săpun(Sapindus mukorossi)
- sunt fructe provenite din Asia de Sud, care conțin saponină, un agent natural de curățare care se activează în contact cu apa caldă.

Cum funcționează?
Saponina este un detergent natural: spumează ușor și dizolvă murdăria și grăsimea fără a afecta țesăturile sau pielea sensibilă

Pentru mașina de spălat:

- Pune 4–6 jumătăți de nuci într-un săculeț textil mic (inclus, de obicei, în pachet).
- Așază săculețul direct în cuva mașinii, printre haine.
- Spală la minimum 30°C (ideal: 40–60°C pentru o activare eficientă a saponinei).
- Nucile pot fi refolosite de 2–3 ori, până devin moi și decolorate.

Pentru spălare manuală:

- Fierbe 10–15 nuci timp de 10–15 minute în 1 litru de apă.
- Lasă la răcit, strecoară lichidul și folosește-l ca detergent lichid natural.

Sfat eco:
Pune nucile uzate în compost sau în grădină — se descompun natural și îmbogățesc solul.

Puterea verde a naturii –
Cum să Speli Hainele cu Decoct din Iederă

Iedera (Hedera helix) – o plantă agățătoare, adesea întâlnită în grădini sau pe fațadele clădirilor, dar puțin cunoscută pentru proprietățile sale de curățare.
Frunzele de iederă conțin **saponine**, compuși naturali cu proprietăți asemănătoare săpunului.Saponinele dizolvă murdăria, grăsimea și mirosurile neplăcute, lăsând țesăturile curate și proaspete.

Cum se prepară decoctul de iederă pentru spălat?

- culege 60 de frunze verzi de iederă (preferabil recoltate din zone nepoluate), clătește-le, taie-le mărunt și fierbe-le la foc mic timp de 20 minute . Lasă decoctul sa se răcească apoi filtrează compoziția. Toarnă lichidul într-un recipient curat, păstrându-l la frigider până la 5 zile, dacă nu îl conservi. Se poate conserva adăugând 10 ml alcool min.70 grade pentru fiecare 100 ml decoct.
- Pentru aromatizate poți picura câteva picături de ulei esențial de lemongras
- utilizează 100-150 ml pentru fiecare spălare

Balsam pentru rufe

Se utilizează împreună cu orice detergent ecologic home-made

- utilizează apă distilata sau apă fiartă și recită
- adaugă oțetul
- picură uleiul esențial preferat
- încorporează și 3 picături de glicerina vegetală (va face hainele moi)
- agită înainte de fiecare utilizare
- se folosește o cantitate de 50 ml la fiecare spălare , turnat in sertarul pentru balsam de rufe

Sfaturi pentru îndepărtarea petelor

Regula de aur:

–cu cât acționezi mai repede, cu atât pata se curăță mai ușor.

Pete de sânge (proaspete sau uscate):

- Clătește imediat cu apă rece, niciodată caldă (căldura fixează proteina în fibră).
- Aplică o pastă din bicarbonat de sodiu + apă, lasă 30 min, apoi spală normal.

Pete de cafea, ceai sau vin roșu:

- Presară bicarbonat peste pată, stropește cu puțin oțet alb, lasă să facă spumă, apoi clătește.
- Sau înmoaie pata în apă caldă cu sare și câteva picături de săpun.

Pete grase (ulei, unt, sos):

- Aplică amidon de porumb direct pe pată – absoarbe excesul.
- După 15 min, periază ușor, apoi aplică săpun de Castilia sau Potasium cocoat cu o pensulă
- Spală ca de obicei.

Pete de cerneală, markere sau pix:

- Tamponare cu alcool etilic sau oțet alb, apoi aplică bicarbonat + apă caldă.
- Evită frecarea intensă; repetă procesul dacă e nevoie.

Pete de fructe, legume sau iarbă:

- Înmoaie în apă cu sare timp de 1 oră.
- Freacă ușor cu oțet alb sau cu un amestec de bicarbonat + zeamă de lămâie.
- Clătește și spală normal.

Atenție întotdeauna la intensitatea culorii și sensibilitatea materialului. Pentru haine pătate utilizează câte o măsura de Oxygen Activ direct în cuva mașinii .

Spălarea ecologică a vaselor

Detergent lichid de vase

Ingrediente (pentru ~500 ml):

- 130 ml Potassium Cocoate (concentrat de săpun lichid)
- 350 ml apă distilată sau fiartă și răcită
- 1 lingură bicarbonat de sodiu
- 1 lingură glicerină vegetală (pentru protejarea pielii)
- 10–15 picături ulei esențial (ex: lămâie, tea tree, grapefruit)

Mod de preparare:

1. Încălzește ușor apa (călduță, nu fierbinte).
2. Dizolvă bicarbonatul de sodiu în apă.
3. Adaugă Potassium Cocoate și amestecă lent (evită formarea spumei).
4. Adaugă glicerina și uleiurile esențiale.
5. Toarnă într-un recipient cu pompă sau cu dozator.
6. Valabilitate : 2-3 săptămâni

->rețeta nu conține conservat, deci e nevoie de igienă la preparare si păstrate .

Dacă dorești stabilitate mai mare, include un conservant natural.

Beneficii:

- Fără surfactanți sintetici, coloranți sau conservanți iritanți
- Potrivit pentru piele sensibilă
- Biodegradabil și sigur pentru fose septice
- Personalizabil cu uleiuri esențiale

! acest detergent lichid este destul de fluid , dacă ți-l dorești mai dens e nevoie să gelifiezi inițial apa, omogenizând o linguriță de Xantan în cantitatea de glicerina iar apoi adaugă compoziția treptat in apă, amestecând continuu. Încorporează celelalte ingrediente.

Detergent pentru mașina de spălat vase

- Este ecologic, blând și eficient, fără reziduuri toxice
- Ideal pentru familii cu copii, persoane alergice sau case cu fose septice

Ingrediente: (Rețeta 1-mai blândă cu extract din nuci de săpun)

- 200 g de sodă/carbonat de sodiu – degresant
- 200 g acid citric pudră-împotriva calcarului și pentru luciu
- 200 g bicarbonat de sodiu-neutralizare mirosuri
- 100 g Zeolit-dedurizare apă
- 50 g extract din nuci de săpun-agent de curățare
- 15–20 picături ulei esențial citric-pentru miros plăcut și efect antibacterian

Mod de preparare:

1. Amestecă toate ingredientele într-un bol uscat, cu lingură de lemn sau plastic.
2. Dacă folosești ulei esențial, adaugă-l picătură cu picătură și amestecă bine.
3. Transferă amestecul într-un borcan de sticlă sau recipient ermetic, ferit de umezeală.
4. Etichetează borcanul cu numele produsului și ingredientele utilizate.

Utilizare

- 1 lingură (20 g) în compartimentul pentru detergent

Detergent pentru mașina de spălat vase

(Rețeta 2 cu efect degresant mai pronunțat)

- ecologic, fără reziduuri toxice,
- Ideal pentru familii cu copii, persoane alergice sau case cu fose septice

Ingrediente pentru 500 g detergent pudră

- 200 g sodă
- 150 g Oxigen Activ
- 70 g acid citric
- 50 g bicarbonat
- 30 g SCS (sodium coco sulfat-tensida pudră)

Amestecă aceste ingrediente și pune o lingură din detergentul pudră rezultat direct in compartimentul special al mașinii de spălat vase.
Când utilizezi o combinație ecologică pentru spălarea vaselor, nu uita să completezi mereu nivelul sării speciale deoarece apa se dedurizează prin intermediul acestei sări iar curățarea devine mai eficientă.
- pentru o mai buna degresare , dar și pentru aromă, utilizează la fiecare spălare 10 picături de ulei esențial de portocale sau lămâie

Soluție naturală pentru luciul vaselor

După fiecare spălare, vasele ar trebui să rămână nu doar curate, ci și strălucitoare. Chiar poți prepara o soluție simplă, eficientă și naturală pentru redarea luciului vaselor, fără detergenți agresivi sau substanțe chimice dăunătoare.

Chiar și cei mai buni detergenți pot lăsa urme pe pahare, farfurii sau inox, mai ales dacă apa este dură. Soluțiile pentru luciu ajută la:

- îndepărtarea petelor de calcar,
- eliminarea urmelor de apă și a petelor
- redarea strălucirii naturale a suprafețelor.

Ingrediente:

- 50 ml oțet alb 10%
- 100 ml alcool etilic 70°
- 50 ml apă distilată sau fiartă și răcită
- 1 lingură de acid citric (pentru apă dură)
- 10 ml glicerină vegetală (pentru luciu și protecție anti-pete)
- 10 picături ulei esențial de lămâie (pentru miros plăcut și efect degresant)

Mod de preparare:

1. Dizolvă acidul citric în apă distilată, încălzită ușor dacă e nevoie.
2. Adaugă oțetul și alcoolul, amestecând bine.
3. Încorporează glicerina vegetală și uleiul esențial.
4. Toarnă soluția într-o sticlă de sticlă sau plastic HDPE, cu capac etanș. Agită bine înainte de fiecare utilizare.

Toarnă acest lichid in compartimentul special al mașinii de spălat vase.

Curățarea bucătăriei

Spray degresant natural pentru suprafețe

- Fără chimicale toxice, pe suprafețele unde gătești
- Neutralizează mirosurile și lasă un parfum natural de citrice
- Prietenos cu pielea și mediul

Ingrediente:

- 150 ml apă distilată-bază lichidă
- 50 ml oțet alb 10%- dizolvă grăsimea, igienizează
- 40 ml alcool etilic 70% – solvent, dezinfectant, degresant
- 1 linguriță săpun lichid - agent de curățare
- 1 linguriță bicarbonat de sodiu - neutralizează mirosurile
- 15 picături ulei esențial de lămâie/ portocală -degresant, antibacterian, parfum natural
- Sticlă cu pulverizator de 250 ml

Mod de preparare:

1. Într-un recipient dizolvă bicarbonatul de sodiu în puțină apă caldă.
2. Amestecă oțetul cu alcoolul, săpunul lichid și apa.
3. Adaugă soluția de bicarbonat și picăturile de ulei esențial.
4. Toarnă amestecul într-o sticlă cu pulverizator
5. Agită ușor înainte de fiecare utilizare.

Utilizare:

- Pulverizează pe blat, aragaz, hotă, faianță, dulapuri sau alte suprafețe cu urme de grăsime.
- Lasă să acționeze 1–2 minute, apoi șterge cu o lavetă curată.

Curățarea bucătăriei

Spray degresant din coji de portocale

Ingrediente și mod de preparare:

- ai nevoie de coji proaspete de la 3-4 portocale dar și alte citrice
- rupe cojile in bucăți mici, pune-le într-un borcan si toarnă peste ele oțet alb 10% cât sa le acopere bine
- lasă-le la macerat 14 zile
- apoi strecoară compoziția și diluează 1:1 cu apă distilata
- toarnă soluția într-un recipient cu pulverizator de 250 ml și adaugă o linguriță de sapun lichid.

Utilizare:

- Pulverizează pe blaturi, aragaz, hotă, chiuvetă, suprafețe grase sau lipicioase.
- Lasă să acționeze 1–2 minute, apoi șterge cu o lavetă umedă.
- Agită sticla înainte de utilizare.

Curățarea bucătăriei

Spray degresant din coji de portocale

De ce este eficient maceratul din coji de citrice în oțet?
Cojile de citrice, în special cele de portocală, conțin în mod natural:

Limonen (d-limonene) – ingredientul activ principal

- Este un monoterpen prezent în uleiul esențial existent în cojii, în special în portocală, lămâie și grepfrut.
- Este un excelent solvent natural al grăsimilor, dizolvând uleiurile și murdăria de pe suprafețe.
- Are și proprietăți antibacteriene și deodorante.
- Limonenul este extras industrial chiar din cojile citricelor pentru detergenți ecologici – în cazul aceatei Soluții home-made, se extrage lent, prin macerare, în oțet.

Flavonoide și acizi naturali

- Cojile conțin și flavonoide, cu rol antioxidant și antimicrobian.
- Acești compuși pot contribui ușor la acțiunea de curățare și împrospătare.

Când cojile sunt macerate în oțet, se creează o combinație sinergică de acizi și compuși degresanți (limonen + acid citric), rezultând o soluție:

- cu pH scăzut – perfect pentru dizolvarea murdăriei și reducerea mirosurilor
- cu solvenți naturali – eficienți împotriva urmelor de grăsime
- cu capacitate antibacteriană blândă, potrivită pentru utilizare zilnică

Curățarea bucătăriei

Spray cu aromă de lămâie si lavandă pentru curățarea suprafețelor

Ingrediente

•30 picături de ulei esențial Lămâie
•20 picături de ulei esențial Lavandă
•50 ml de oțet 10 %
•180 ml apă distilată
•20 ml de alcool min. 40 %
-o linguriță de săpun lichid
•Flacon de sticlă de 250 ml cu pulverizator

Mod de preparare și utilizare

- In recipientul de 250 ml se toarnă oțetul , se picură uleiurile esențiale, se agită ușor sticla apoi se adaugă apa distilata, alcoolul și săpunul lichid
- Recipientul se agită mereu înainte de utilizare. Se pulverizează pe toate suprafețele pe care dorim să le curățăm și apoi se șterge cu o lavetă ușor umedă.
- Acum te poți bucura de o curățenie ecologică și non-toxică și pe deasupra ai parte și de aromaterapie .

⚠ Atenție! Nu folosi soluții cu oțet pe: marmură, granit, aluminiu, cupru, ecrane electronice, lemn netratat sau fontă. Testează întotdeauna pe o zonă mică, ascunsă, înainte de utilizare generală.

Pentru astfel de suprafețe rețetă in pagina următoare NEXT

Curățarea bucătăriei

Pastă de curățat multifuncțională – naturală și biodegradabilă

Ingrediente

- 50g Potassium cocoate-agent de curățare/degresare
- 35g Bicarbonat de sodiu -agent abraziv, deodorant
- 10g apă-ajustare textură
- 10 picături ulei esențial de arbore de ceai
- 15 picături ulei esențial mandarină verde antibacterian,aromatic
- 2g glicerină vegetală-emolient , previne uscarea rapidă

Mod de preparare și utilizare

1. Într-un bol amestecă bicarbonatul de sodiu cu apa (adaugă treptat).
2. Adaugă potassium cocoate și amestecă ușor până se formează o pastă cremoasă, omogenă.
3. Adaugă uleiurile esențiale și, dacă dorești, glicerina vegetală pentru cremozitate și hidratare suplimentară
4. Amestecă energic până la omogenizar

- Aplică o cantitate mică pe burete umed sau direct pe suprafață.
- Freacă ușor și clătește.
- Potrivit pentru: chiuvetă, faianță, aragaz, inox, robinete, căzi, obiecte din plastic.
- Evită suprafețele delicate care se pot zgâria (ex: lemn lăcuit, marmură, ecrane).

Curățarea frigiderului

Dezinfectează, elimină mirosurile și este sigură pentru alimente

Ingrediente (500 ml)

- 250 ml apă distilată sau fiartă și răcită
- 100 ml oțet alb 10%– antibacterian, dizolvă grăsimea și calcarul
- 50 ml alcool etilic alimentar (vodcă sau alcool min. 70°) – conservare și degresare
- 10 picături ulei esențial de lămâie sau lavandă (pentru efect antibacterian și prospețime)

Mod de preparare

1. Amestecă toate ingredientele într-un recipient curat.
2. Toarnă soluția într-o sticlă cu pulverizator.
3. Etichetează și păstrează la temperatura camerei, ferită de lumină.

Mod de utilizare

1. Pulverizează soluția pe toate suprafețele interioare (pereți, rafturi, tăvi).
2. Lasă să acționeze 2–3 minute.
3. Șterge cu o lavetă curată, umezită ușor în apă caldă.
4. Nu e nevoie să clătești – soluția e sigură pentru contact

Curățarea suprafetelor sensibile

Soluție universală de curățare ecologică potrivită pentru suprafețe sensibile

Ingrediente

- 200 ml apă distilată- bază lichidă
- o lingură săpun de Castilia/cocoat de potasiu-curățare ușoară și degresare
- 25 ml alcool 40-70 grade - solubilizant, antimicrobian
- 5 ml Glicerină vegetală- protecție, efect antistatic
- 10 picături ulei esențial (de exemplu Blendul Clean Home)

Mod de preparare

1. Într-un recipient curat adaugă: săpunul lichid, alcoolul și glicerina.
2. Încorporează uleiul esențial. Amestecă ușor.
3. Adaugă apa distilată și amestecă lent, ca să eviți spumarea.
4. Toarnă amestecul într-o sticlă cu pulverizator de 250 ml, preferabil din sticlă.
5. Agită ușor înainte de fiecare utilizare.

Utilizare:

• Ideal pentru: **marmură, granit, lemn natural, rame din aluminiu, suprafețe lucioase sensibile**.

• Pulverizează soluția , lasă câteva secunde, șterge cu o lavetă moale și uscată.

• Nu necesită clătire.

Curățarea ecologică a băii

Spray pentru faianță, chiuvetă și cadă

Ingrediente:

- 200 ml apă distilată sau fiartă și răcită
- 50 ml oțet alb 10%– degresează, igienizează, dizolvă calcarul
- 1 lingură (10–15 ml) alcool etilic 70% – dezinfectant, solvent pentru uleiurile esențiale
- 15 picături ulei esențial de tea tree – antibacterian, antifungic
- 10 picături ulei esențial de lavandă, mentă sau Clean Home – parfum natural, antimicrobian
- 1 linguriță acid citric (dizolvat) – pentru efect anticalcar mai puternic
- o linguriță săpun lichid -o mai buna curățare si aderență
- Sticlă cu pulverizator (300 ml)

Mod de preparare:

1. Într-un vas curat, amestecă apa cu acidul citric , încorporează apoi oțetul
2. Picura in alcool uleiurile esențiale și adaugă in compoziție
3. Toarnă amestecul într-un recipient cu pulverizator și agită bine.
4. Lipește o etichetă

Utilizare:

- Pulverizează direct pe faianță, chiuvetă, robinete, cadă sau pereți de duș., lasă să acționeze 1–2 minute, apoi șterge cu o lavetă curată sau burete.
- Nu necesită clătire.

Curățarea ecologică a băii

Pastile efervescente pentru Toaletă

Ingrediente:

- 150 g bicarbonat de sodiu-neutralizează mirosurile și curăță
- 70 g acid citric-creează efervescență și dizolvă calcarul
- 50 g Oxygen Activ -dezinfectează, albește, elimină petele organice
- o linguriță săpun Lichid -agent de curățare
- 10 picături ulei esențial cu proprietăți antimicrobiene
- o lingură amidon din porumb-stabilizează compoziția
- o forma de silicon pentru cuburi de gheața

Mod de preparare:

1. Într-un bol, amestecă bicarbonatul de sodiu, acidul citric și amidonul.
2. Adaugă uleiurile esențiale, amestecând rapid pentru a le distribui uniform.
3. Adaugă săpunul lichid și amesteca bine, dacă compoziția nu se lipește mai pulverizează un puf de apă
4. Pune amestecul în forme de silicon presând bine fiecare forma
5. Lasă la uscat 12–24h la temperatura camerei, până se întăresc complet.
6. Scoate pastilele cu grijă și păstrează-le într-un borcan de sticlă bine închis, ferit de umezeală.

Utilizare :

- Aruncă 1 tabletă în vasul de toaletă.
- Las-o să se dizolve și să acționeze 10–15 minute.
- Curăță cu peria și trage apa.

Pentru un efect mai puternic toarnă inițial apă fierbinte în toaletă apoi adaugă o pastilă efervescentă și lasă peste noapte. A doua zi, spală cu peria și trage apa.

Curățarea geamurilor

Soluție naturală pentru curățarea oglinzilor și a suprafețelor lucioase

- Dizolvă rapid depunerile de calcar și grăsime
- Natural, blând pentru piele și plămâni
- Poate fi folosit zilnic, chiar și pe sticlă, inox sau gresie lucioasă

Ingrediente:

- 100 ml apă distilată
- 100 ml oțet alb 10% – dizolvă calcarul și grăsimea
- 40 ml alcool etilic (vodcă sau etanol 70%) – ajută la evaporare rapidă și curățare fără urme
- 5–10 picături ulei esențial de mentă, lămâie sau lavandă (opțional, pentru prospețime)
- o linguriță săpun lichid - ajuta curățarea si aderența
- Sticlă cu pulverizator de 250 ml

Mod de preparare:

1. Amestecă toate ingredientele într-un recipient curat.
2. Toarnă soluția într-o sticlă cu pulverizator.
3. Agită bine înainte de fiecare utilizare.

Utilizare :

- Pulverizează direct pe oglindă, robinete sau alte suprafețe lucioase.
- Șterge cu o lavetă din microfibră curată sau hârtie reciclabilă.
- Pentru pete mai persistente, lasă 30 secunde înainte de ștergere.

Sfat eco:

Refolosește o sticlă cu pulverizator veche, bine curățată.

Kit de curățare ecologică a casei

Un kit bine gândit îți ușurează curățenia și reduce dependența de produse convenționale agresive. Iată ce ar trebui să includă:

- **Detergent multifuncțional cu oxigen activ – pentru baie, bucătărie, haine, pardoseli.**
- **Sodă de rufe-curățarea ecologică a hainelor**
- **Oțet alb 10% – degresant și anticalcar.**
- **Bicarbonat de sodiu – dezodorizant, antimicrobian lejer**
- **Săpun Aleppo 3% ulei de dafin si săpun lichid – curățare blândă.**
- **Spray dezinfectant pe bază de alcool + uleiuri esențiale (tea tree, lavandă, lămâie, mentă).**

Accesorii reutilizabile:

- **Lavete din material natural(culori diferite pentru fiecare zonă) plus lavete pentru luciu**
- **Perii moi pentru rosturi**
- **Sticle cu pulverizator**
- **Mănuși reutilizabile din cauciuc natural**

Ambalaje reutilizabile și etichetare:

Etichetează clar fiecare sticlă, menționând conținutul, proporțiile și data preparării

Truc eco: păstrează-ți kitul într-o cutie ușor de transportat

Fie că e un cufăr de lemn, o găleată sau o cutie de depozitare cu compartimente, important e să ai totul la îndemână. Asta îți va reduce efortul și timpul pierdut căutând produse prin casă.

Curățenia ecologică nu înseamnă doar un mediu mai curat, ci și un stil de viață mai conștient. Cu instrumentele potrivite și un strop de organizare, poți transforma fiecare gest de curățare într-un act de grijă față de tine, casa ta și planetă.

„Schimbarea începe cu lucrurile mici — iar curățenia e unul dintre ele. Alege conștient, curăță inteligent și fii parte din soluție, nu din problemă.”

Cu drag,
Adriana Cherar