

Bianka Bleier · Birgit Schilling

Besser **einfach** – **einfach** besser

Das Haushaltssurvival-Buch

SCM

Hänssler

SCM

Stiftung Christliche Medien

SCM Hänssler ist ein Imprint der SCM Verlagsgruppe, die zur Stiftung Christliche Medien gehört, einer gemeinnützigen Stiftung, die sich für die Förderung und Verbreitung christlicher Bücher, Zeitschriften, Filme und Musik einsetzt.

1. Auflage als Jubiläumsausgabe 2019 (16. Gesamtauflage)

Dieser Titel erschien zuvor unter der ISBN 978-3-7751-5204-4.

© 2019 SCM Hänssler in der SCM Verlagsgruppe GmbH · Max-Eyth-Straße 41 · 71088 Holzgerlingen
Internet: www.scm-haenssler.de · E-Mail: info@scm-haenssler.de

Umschlaggestaltung: Kathrin Spiegelberg, Weil im Schönbuch

Titelbild: Deidre Malfatto / stocksy.com

Autorenfotos: Bianka Bleier: Rahel Taeubert, Stuttgart; Birgit Schilling: Sebastian Mölleken, Oberhausen

Satz: Burkhard Lieverkus / www.lieverkus.de

Druck und Bindung: Druckerei Theiss GmbH, St. Stefan

Gedruckt in Österreich

ISBN 978-3-7751-5938-8

Inhalt

Vorwort	5
Survival-Haushalt – Was bedeutet das?	7
Kapitel 1 Zwei Wege, ein Ziel. Unterwegs zum Survival-Haushalt	9
Kapitel 2 Susanne ändert ihr Leben. Eine fast wahre Geschichte	15
Kapitel 3 Zeitplanung. Dem Geheimnis der verschwundenen Stunden auf die Spur kommen	33
Kapitel 4 Weniger ist mehr. Vom Segen des Wegwerfens ..	59
Kapitel 5 Familienmithilfe. Einer für alle – alle für einen ..	75
Kapitel 6 Putzen – (k)eine unendliche Geschichte	89
Kapitel 7 Großmutter's Washtag. Eine alte Erfindung, neu betrachtet	103
Kapitel 8 Der Wocheneinkauf. Einfacher einkaufen und gezielt einfrieren	109
Kapitel 9 Die Küche erobern. Vom Irrgarten zum Arbeitsplatz	117
Kapitel 10 Survival-Kochen. Die Rezepte	124
Noch ein Wort, bevor Sie loslegen	141

Kapitel 6

Putzen –

(k)eine unendliche Geschichte

In diesem Kapitel erfahren Sie...

- wie Sie Schmutz erst gar nicht in Ihr Haus lassen
- wie Sie mit möglichst wenig Putzmitteln auskommen
- wie Ihnen moderne Reinigungsgeräte viel Arbeit abnehmen
- wie Sie Ihre Fenster mit minimalem Aufwand sauber bekommen
- weshalb Sie nur 3 ½ Minuten für ein sauberes Bad brauchen

Eine gute und eine schlechte Nachricht

Zuerst die schlechte Nachricht: Putzen ist eine immerwährende Aufgabe, ein Fass ohne Boden, eine Sisyphusarbeit, die das Potenzial zum ewigen Frustmittel hat. Der Akt des Putzens eignet sich nicht dazu, etwas Dauerhaftes zu schaffen, ihm haftet ein Hauch von Vergänglichkeit an. Und da das Ergebnis nur kurzfristig sichtbar ist, ist die Versuchung groß, jeden Tag von Neuem den gewünschten Standard erkämpfen zu wollen.

Aber Vorsicht: Lassen Sie sich vom Schmutz nicht verplanen. Widmen Sie der Putzerei nur ein wohl überlegtes Zeitlimit, das Sie selbst bestimmen.

Seien Sie Ihre eigene Putzfrau – planen Sie einen Tag in der Woche dafür ein. Und wenn Sie schon vorher der Staub förmlich angrinst, grinsen Sie zurück und sagen: »Wir treffen uns am Donnerstag! Solange musst du dich noch gedulden.«

Versuchen Sie, die nötige Putzerei flott zu erledigen. Und dann entspannen Sie sich bei einer Tasse Tee und freuen sich daran, dass diese Arbeit wieder mal für eine Woche erledigt ist.

Wenn Sie berufstätig oder auf andere Weise sehr eingespannt sind, überlegen Sie, ob es nicht sinnvoll und bezahlbar ist, eine Putzhilfe einzustellen.

Eine Bekannte mit fünf kleinen Kindern und ohne Oma oder Tante in der Nähe zum Helfen kam mit ihrer Hausarbeit »total ins Rotieren«. Aber eine Putzfrau? »Wer bin ich denn?«, sagte sie immer. Als sie dann doch eine anstellte, kamen neue Freude und Entspannung in ihr Leben. Die Familie musste sich wegen der Putzfrau zwar an anderer Stelle einschränken, aber das war es ihr wert. Inzwischen sind die Kinder größer und meine Bekannte ist wieder geringfügig beschäftigt, was ihr unheimlichen Spaß macht. Ein Drittel ihres geringen Lohns geht an die Putzhilfe. Aber dafür genießt sie es, sich entspannter ihrer Familie zu widmen.

Birgit

Aber nun die gute Nachricht: Wenn Sie lernen, Schmutz bereits »prophylaktisch« zu bekämpfen, und zum Putzen professionelle Me-

Oft stellt sich heraus, dass das, was wir für einen Fleck hielten, eine saubere Stelle war. Der Fleck war der Rest.

Wieslaw Brudzinski

thoden anwenden, können Sie Ihre Putzarbeit auf ein Viertel des jetzigen Aufwandes verringern. Neugierig?

Wehret den Anfängen! Wie Sie den Dreckfeind draußen halten

Fragen Sie sich nicht manchmal frustriert: »Was putze ich da eigentlich immer von den Böden und Möbeln? Wo kommt diese Masse von Staub und Dreck nur her?«

Hier ist die Antwort: Fast hundert Prozent des Schmutzes stammt von draußen. Und wie kommt er ins Haus? Achtzig Prozent davon werden von uns von draußen hineingetragen! Ein Fünfpersonenhaus hält schleppt im Jahr etwa zwei bis drei Kilogramm Schmutz an; das meiste davon mit Füßen und Kleidern.

Und genau hier setzt der erste Schritt der Schmutzprophylaxe an: Wehren Sie den Anfängen – lassen Sie den Schmutz gar nicht erst herein!

Schmutzfangmatten

Eine gute Schmutzfangmatte ist die einfachste, intelligenteste und billigste Schmutzschleuse, die Ihre Putzzeiten verringert, indem sie den Schmutz gar nicht erst ins Haus kommen lässt. Krankenhäuser, Hotels und manche Geschäfte wissen das längst und haben sie an ihren Eingängen liegen.

Das ist das Geniale an professionellen Schmutzfangmatten:

- Sie wirken durch ihre statische Beschaffenheit schmutzanziehend und können viel Feuchtigkeit aufnehmen.
- Sie halten Ihr Haus automatisch sauberer, sparen Zeit und Geld.
- Ihre Reinigung ist denkbar einfach: In der Regel genügt es, sie abzusaugen, bei starker Verschmutzung können Sie die Matten in die Waschmaschine stecken, im Garten mit dem Schlauch abspritzen und aufhängen oder mit dem Hochdruckreiniger reinigen.

- Sie brauchen nur einen Gegenstand und ein paar Minuten, um den Schmutz aus dieser Matte zu entfernen. Aber Sie brauchen zehn Gegenstände und viele Stunden, um den Dreck aus Ihrem Heim zu bekommen!

Das größte Problem im Haushalt ist, dass 90 % der Hausarbeit von Männern und Kindern verursacht und 90 % von Frauen getan wird.

Don Aslett

Gute Schmutzfangmatten bestehen aus einem Gummirücken mit Beflockung.

Für draußen ist eine Matte mit rauer Oberfläche ideal. Sie nimmt den groben Dreck von Ihren Schuhen. Die Matte für innen hat eine feinere Oberfläche, sollte aber auch rutschfest und groß sein. Wie groß, das hängt davon ab, wie viel Platz Sie haben. Ideal wären 1,5 Meter, sodass die ersten vier Schritte im Innenbereich von der Matte abgefangen werden.

Investieren Sie in gute Qualität, der Unterschied ist mit bloßem Auge nicht sichtbar und hängt von der Beschaffenheit der verwendeten Mikrofaser ab. Schmutzfangmatten sind im Bürofachhandel oder bei Reinigungsunternehmen und in gut sortierten Baumärkten erhältlich.

Zugegeben: Diese großen Spezialmatten sehen nicht besonders schön aus, reduzieren aber den Schmutz, der in die Wohnung getragen wird, drastisch. Pro Jahr lassen sich dadurch bis zu 80 Stunden Putzarbeit einsparen. Mit einem Perser ist so eine Matte kaum zu verwechseln. Aber denken Sie an Ihre Werte: Kommt »Survival« vor »Schöner wohnen«?

Es hat mich schon Überwindung gekostet, meinen apricotfarbenen Webteppich auf meinen italienischen Cottofliesen gegen eine dunkelrote Schmutzmatte auszutauschen – aber nachdem ich mich dafür entschieden habe, freue ich mich über einen rutschfesten, unempfindlichen Bodenbelag, der leicht zu reinigen ist und mir viel Arbeit abnimmt.

Bianka

Mich haben die 80 % überzeugt. Immer wenn ich mir jetzt meine Schmutzmatten ansehe – eine vor der Tür (überdacht) und eine in der Diele –, dann freue ich mich darüber, dass mir dieses Teil so viel Putzerei abnimmt.

Birgit

Eine weitere Möglichkeit, Schmutz draußen zu lassen, besteht darin, vor der Haustür ein Schuhregal für verschmutzte Schuhe aufzustellen und dort auch eine grobe Bürste und einen Handfeger zu deponieren.

Wenn Sie Hunde oder Katzen haben, bürsten Sie diese regelmäßig. Beim Saugen können Sie auch noch schnell mit der Saugbürste über Sofa und Stuhlkissen fahren, wenn sich Ihre Haustiere gern dort niederlassen. Sie können Ihrem Hund auch einen Platz reservieren, über den Sie eine leicht waschbare Decke legen.

Reinigungsmittel: die Basisausstattung

Sie investieren regelmäßig viel Zeit in das Putzen, also lohnt es sich, Ihren »Putz-Arbeitsplatz« einmal unter dem Gesichtspunkt der Funktionalität unter die Lupe zu nehmen.

- Fragen Sie sich: Vor welcher Arbeit graut mir am meisten? Investieren Sie dort in das beste Werkzeug, das es auf dem Markt gibt. Keine wackligen Bügeleisen! Professionelle Fensterwischer! Ein Bodenputzgerät, das man im Stehen bedienen kann! Professionelles Werkzeug lohnt sich unbedingt!
- Wie aber können Sie professionelle Putzgeräte und Reinigungsmittel finden? Sehen Sie sich in den Gelben Seiten nach einem Reinigungsunternehmen um. Lassen Sie sich beraten und rüsten Sie Ihren Haushalt mit professionellen Reinigungsmitteln und -geräten aus.
- Benutzen Sie möglichst wenig verschiedene Putzmittel. Machen Sie kein hochgerüstetes Chemielabor aus Ihrem Haushalt. Das ist teuer, ungesund, unnötig und gefährlich für Kinder.
- Vermeiden Sie Sprays. (Sie bezahlen mehr für das Treibgas als für das Reinigungsmittel selbst.)
- Kaufen Sie Konzentrate in Kanistern. Sie sind 80 % billiger, platzsparend, abfallvermeidend und professionell reinigend.
- Besorgen Sie sich drei, vier wiederverwendbare Plastiksprühflaschen aus einem Gartencenter oder Baumarkt.
- Füllen Sie die verschiedenen Reiniger (nach Gebrauchsanleitung) mit Wasser verdünnt in die Sprühflaschen, beschriften Sie diese

mit einem wasserfesten Stift, und deponieren Sie sie dort, wo sie gebraucht werden.

- Mit diesen Sprühflaschen können Sie Oberflächen besprühen (Waschbecken, Armaturen, Böden, Möbel) und dann mit feuchten Mikrofasertüchern nachwischen.

Für 80 % Ihrer Putzarbeit genügen Ihnen folgende Dinge:

- ein Kanister Sanitärreiniger auf Säurebasis für den Nassbereich in Bad und WC
- ein Kanister Geschirr-/Neutralreiniger (für alle Oberflächen, Böden, Fenster, Spiegel)
- je eine Literflasche zum Nachfüllen
- eine Sprühflasche mit verdünnter Reinigungslösung

Entspannen und »arbeiten lassen«

Das Prinzip des Einweichens hilft nicht nur beim Waschen. Einweichen ist immer eine gute Vorbereitung zur Schmutzentfernung. Geben Sie der Lösung Zeit zu wirken: Sprayen Sie Armaturen, Becken und Boden Ihres Badezimmers mit einem Sanitärreiniger (bei hartem Wasser hin und wieder mit einem Säurereiniger) ein und legen Sie sich fünf Minuten aufs Sofa (oder falten Sie Ihre Trocknerwäsche). Anschließend lässt sich alles schneller und müheloser reinigen, und Sie holen die fünf Minuten problemlos wieder ein. Sprayen Sie die Lösung über den Fußboden und ziehen Sie ihn nach einigen Minuten mit einem feuchten Mopp nach. Lassen Sie Zeit, Wasser und ein Minimum an Chemie für sich arbeiten, statt mit einem Maximum an Muskelkraft und verkniffenem Gesichtsausdruck minutenlang zu scheuern.

Rasten Sie! Entspannen Sie sich. Machen Sie die Fünfminutepause.

Auch wenn Sie die fettige Oberseite Ihrer Küchenschränke, einen verschmutzten Mülleimer oder den stark verschmutzten Herd bearbeiten wollen, tränken Sie den Schmutz mit der Reinigungslösung und lassen Sie diese erst einmal arbeiten, anstatt sofort wild loszuschrubben.

Reinigungsgeräte: die Basisausstattung

1. Mikrofasertücher

Die berühmtesten Reinigungswerkzeuge des Haushaltes sind einfache, kleine Gegenstände, bekannt als »Lumpen«. Also Überreste von alten Unterhemden, ausrangierten T-Shirts und andere Fetzen. Einen solchen Lumpen zu benutzen, ist ungefähr so, als wollten Sie Ihre Haare mit einem Grasrechen kämmen: uneffektiv. Tun Sie es nicht!

Benutzen Sie Baumwolllumpen nur noch für absolute Drecksarbeiten, z. B. in der Werkstatt, und werfen Sie sie anschließend weg. Ansonsten benutzen Sie zum Reinigen von Oberflächen nur hochwertige Reinigungstücher aus Mikrofaser.

Mikrofasertücher gibt es in zwei Stärken, einer feinen und einer gröberen Qualität. Wie so oft macht sich der Preis beim Gebrauch und in der Lebensdauer bemerkbar. Hochwertige Tücher halten vielen Wäschen bei 95 Grad stand. Diese Tücher lassen sich überall gleich gut einsetzen: im Bad und in der Toilette, in der Küche und zum Abstauben der Möbel. Es gibt sie in verschiedenen Farben, sodass Sie jedem Bereich eine Farbe zuordnen können. Deponieren Sie solche Tücher im Bad und wischen Sie bei Bedarf mit dem feinen Tuch über Spiegel, Armaturen oder Kacheln und mit dem gröberen über Badewanne und Waschbecken, und Sie haben jeden Tag ein sauberes Bad. Ein leicht angefeuchtetes Tuch eignet sich zum Staubwischen besser als der klassische trockene Staublappen. Der Staub fliegt nicht herum, und Flecken werden gleich mit entfernt.

- reinigen durch das physikalische Prinzip der Anziehung zwischen verschieden geladenen Teilchen sehr schnell und sehr sauber. Außerdem trocknen sie schnell.
- reinigen Oberflächen nur mit Wasser und sparen Kraft und Reinigungsmittel.
- Nur bei sehr hartnäckigem Schmutz sollten Sie noch etwas Putzmittel zufügen.
- In Gegenden mit hartem Wasser brauchen Sie zusätzlich einen Essigreiniger.