

# POSTAVTE SE VÝZVĚ A PUŠŤTE SE DO 3R

Redukujte, znovu použijte, recyklujte.

Propagace životního stylu nulového odpadu mezi dospělými.

Podpora Evropské komise pro produkci této publikace nepředstavuje souhlas s obsahem, který odráží pouze názory autorů, a Komise nenese odpovědnost za jakékoli použití informací v ní obsažených.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union





# ČISTÍCÍ PROSTŘEDKY



## ÚVOD

Výrobci čisticích prostředků nás přesvědčili, že k praní nebo úklidu stačí koupit vhodný hotový prací prostředek, ale takové výrobky nebyly vždy k dispozici. Prostředky na praní nebo čištění různých povrchů si můžete stejně tak vyrobit sami a vůbec to není tak složité, jak se zdá. Lidé, kteří se pro tento krok rozhodnou, jsou často překvapeni, jak málo stačí k výrobě pracího prášku nebo mléka na čištění koupelny a jak dobré účinky má výrobek připravený z tak základních, přírodních surovin, jako je např:

Zdroj: <http://ekologiczni.com.pl/wplyw-detergentow-na-zdrowie-i-srodowisko/>

- jedlá soda nebo uhličitán sodný,
- lihový ocet,
- čajovníkový olej,
- peroxid vodíku,
- salicylový líh,
- borax,
- marseillské mýdlo,
- citronová šťáva.

Ekologické čisticí prostředky jsou nejlepším způsobem, jak se zbavit chemických přípravků, které mohou mít negativní dopad na naše zdraví. Pokud chceme o čistotu v domácnosti pečovat přírodním způsobem, můžeme si vybrat ze dvou typů přípravků. Domácí čisticí prostředky na bázi výše uvedených složek nebo ekologické čisticí prostředky z obchodu.

Ekologické čisticí prostředky lze rozdělit na dva typy:

- domácí kapaliny, čisticí spreje, pasty a prášky, které si připravujeme sami ze surovin, jako jsou jedlá soda, kyselina citronová, ocet, borax a esenciální oleje,
- hotové ekologické čisticí prostředky zakoupené v obchodě.

Který z těchto prostředků zvolíme, by mělo záviset na našich individuálních preferencích. Nejpřirozenější variantou budou samozřejmě domácí čisticí prostředky. Jejich příprava a používání bude také nejekologičtější a nejekonomičtější volbou. Výrobky tohoto typu neobsahují konzervační látky, jsou bezpečné pro zdraví i životní prostředí. Pokud budeme hovořit o přírodních čisticích prostředcích bez chemie, budou to právě domácí prostředky, které si připravíme sami. Ekologické čisticí prostředky zase budou lepší volbou pro lidi, kteří nemají čas nebo chuť na domácí výrobu, nejsou o nich přesvědčeni a rádi používají hotová řešení.

Čisticí prostředky, které známe z obchodů, mohou ve svém složení obsahovat mnoho škodlivých látek. Patří mezi ně:

- triclosan,
- reaktivní sloučeniny chlóru,
- amoniak,
- fosfáty,
- formaldehyd,
- MEA, DEA, TEA (pěnidla),
- laurylsíran sodný,
- silné konzervační látky,
- fenoly,
- syntetické vonné látky,
- optické zjasňovače.

A přestože se jedná o látky schválené pro použití v čisticích prostředcích, některé z nich mohou mít nepříznivé účinky na naše zdraví. Často jsou to právě přípravky, které používáme k čištění, které způsobují naše zdravotní problémy. Slabší imunita, kožní alergie, infekce horních cest dýchacích, podrážděné sliznice mohou být důsledkem toxických účinků námi užívaných čisticích prostředků. Chemické prostředky navíc poškozují životní prostředí. Pokud tedy máme možnost volby, vyplatí se nahradit oblíbené prostředky ekologickými. Jednou z nejdůležitějších výhod ekologických prostředků je, že známe jejich složení. Většina výrobců známých značek ekologických čisticích prostředků nás na etiketě

informuje, jaké látky jsou obsaženy v jejich tekutinách, prášcích a dalších výrobcích. U běžných čisticích prostředků tento typ informací bohužel stále chybí.

**Výhody ekologických čisticích prostředků:**

- složení založené na bezpečných složkách,
- neobsahují enzymy, formaldehyd, optické zjasňovače, fosfáty, petrochemikálie, toxické vonné látky, silné konzervační látky, syntetické parfémy, triklosan, dráždivá pěnidla,
- jsou biologicky odbouratelné a šetrné k životnímu prostředí,
- neobsahují suroviny z mrtvých zvířat,
- mají příjemné přírodní vůně,
- jsou šetrné k pokožce,
- nezpůsobují obtíže, jako je slzení očí, štípání v krku, dušnost,
- jsou bezpečné pro alergie a zdravotně nezávadné,
- jejich obaly jsou často skleněné nebo papírové a splňují požadavky koncepce nulového odpadu..

Jako uvědomělí spotřebitelé bychom si měli vybírat to, co je pro nás a naše zdraví nejlepší. Přírodní a ekologická kosmetika, zdravé, nezpracované potraviny a ekologické čisticí prostředky by proto měly být základními produkty, po kterých sáhneme při každodenním nakupování a používání.

Ekologické prostředky jsou stále oblíbenější, a tudíž i dostupnější. V současné době je lze koupit i v řetězcích drogerií a mnoho výrobců běžných čisticích prostředků se rozhodlo zařadit ekologické výrobky do své nabídky. To vše je pro nás, spotřebitele, dobré, protože máme na dosah ruky lepší výběr, nižší ceny a ekologické výrobky.

## DOPADY DETERGENTŮ ZA ZDRAVÍ A ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ

Detergenty - používáme je každý den. Přemýšlíme však o jejich vlivu na zdraví a životní prostředí? Ukazuje se, že tuto problematiku bychom neměli podceňovat a měli bychom se zamyslet nad tím, zda by se dosud používané chemické látky nedaly nahradit ekologičtějšími výrobky. Co jsou to detergenty? Jedná se o chemické sloučeniny, které jsou aktivní součástí různých typů pracích a čisticích prostředků. Tyto sloučeniny jsou obsaženy např. v pracích prášcích, tekutinách na mytí různých povrchů, přípravcích na čištění a dezinfekci sanitárních zařízení apod. Nejdůležitějším úkolem detergentů je čištění, ale starají se také o bělení, lesk nebo antistatické působení. Mezi nejnebezpečnější složky patří např. fosfáty, triklosan, chemické látky obsahující chlor nebo některé z vonných látek. Škodlivé látky mohou do lidského těla proniknout kontaktem s kůží, očima nebo dýchacími cestami. Týká se to zejména silně žíravých přípravků na čištění hygienických zařízení, ale i dalších mycích kapalin a aerosolů. Běžnými příznaky škodlivých účinků mycích prostředků jsou kašel, kýchání, kožní alergie a bolesti hlavy. Tyto příznaky mohou po přerušení používání přípravku vymizet. Toxické látky však při dlouhodobém působení mohou způsobit mimo jiné rakovinu, hormonální poruchy a problémy s plodností. Podle studie vědců z univerzity v Bergenu může být velmi časté používání chemických čisticích prostředků stejně škodlivé jako kouření 20 cigaret denně!

**Jaké je riziko vdechování čisticích prostředků?**

- Podráždění dýchacích cest, kůže a očí. K podráždění může dojít jak v důsledku expozice jednotlivým chemickým látkám, tak v souvislosti se vzájemným působením několika přípravků. Kombinace přípravků obsahujících chlor a amoniak vede ke vzniku vysoce dráždivých výparů, které způsobují nevolnost, kašel a oční problémy. Míchání chloru s kyselinami může rovněž vést k podráždění kůže nebo očí.

- **Snížení funkce plic.** Studie provedená profesorem Øisteinem Svanesem z Univerzity v Bergenu zjistila, že lidé živící se úklidem mají o 17 % nižší kapacitu plic než pracovníci jiných profesí. A to není všechno, protože 14% snížení kapacity plic bylo pozorováno také u účastníků studie, kteří se úklidu nevěnují profesionálně, ale provádějí běžný úklid domácnosti pomocí chemických čisticích prostředků.
- **Rakovina.** Některé chemické látky obsažené v domácích chemických prostředcích jsou prokazatelně karcinogenní. Nejlepším příkladem je formaldehyd, který se nachází mimo jiné v osvěžovačích vzduchu a přípravcích proti plísním. Vážnou hrozbou jsou také vonné přísady pocházející z petrochemických látek.

Zdroj: <http://ekologiczni.com.pl/wplyw-detergentow-na-zdrowie-i-srodowisko/>

## **VLIV DETERGENTŮ NA ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ**

Prací detergenty mohou mít také škodlivý vliv na životní prostředí. Především je třeba zmínit poměrně zřejmý problém - plastové obaly pracích prostředků. Při výběru pracích prostředků věnujte pozornost tomu, zda jsou obaly vyrobeny z co nejméně škodlivých materiálů a zda je lze recyklovat. Druhým problémem je znečištění životního prostředí toxickými látkami. Obzvláště problematické jsou fosfáty přidávané do výrobků. Proč? Protože se prostřednictvím odpadních vod dostávají do vod a způsobují jejich eutrofizaci („kvetení“ vody). Proto se vyplatí vybírat ekologicky šetrné výrobky, které umožňují stejně účinné čištění.

Použité čisticí prostředky pronikají do vodních toků, kde zhoršují kvalitu půdy a lesů a zabíjejí ryby, které v nich plavou. Téměř v každé domácnosti se nachází alespoň jeden chemický čisticí prostředek, ať už jde o úklid koupelny, leštění zrcadel nebo úklid kuchyně. Méně ekologické prostředky jsou nedílnou součástí každodenního života. Používáme je k mytí nádobí, praní prádla nebo je jednoduše užíváme ke koupání, čímž nevědomky přenášíme do životního prostředí spoustu negativních látek a ohrožujeme tak své zdraví i zdraví svých blízkých. Mějme na paměti koloběh vody v přírodě - znečištěním naší domácí vody znečišťujeme celé životní prostředí.



## **NÁSLEDKY ZNEUŽÍVÁNÍ CHEMICKÝCH LÁTEK:**

- **Eutrofizace vod** - vysvětluje se jako zvýšení plodnosti vody v důsledku vysoké koncentrace fosforu a dusíku, která se dostává do vodních zdrojů. Ačkoli se počáteční fáze tohoto procesu může zdát pro životní prostředí prospěšná, překročení určité hranice narušuje biologickou rovnováhu, což vede k intenzivnímu vodnímu květu, silnému růstu řas a planktonu a úbytku mnoha vodních druhů. Fytoplankton pokrývající celou vodní hladinu pohlcuje značné množství kyslíku a brání pronikání světla do hloubky, čímž zastavuje růst rostlin a život organismů.
- **Degradace půdy** je problém způsobený zejména znečištěním ovzduší, kyselými dešti přenášenými atmosférickými frontami a používáním umělých hnojiv. Samotné hnojení půdy proto může být nedostatečné. Důležité je používat ekologicky šetrné čisticí prostředky, které neovlivňují složení vody vypouštěné do oběhu.
- **Rostoucí množství plastového odpadu** - přírodní čisticí prostředky mají kromě ekologického obsahu ve většině případů biologicky rozložitelné obaly, které se rychle rozkládají. Většinu bioobalů lze také recyklovat a znovu použít, čímž se snižuje množství vyhazovaného odpadu.

Toxicita čisticích prostředků škodí celému světu a mezi nejnebezpečnější složky patří:

- **Benzeny, ftaláty, formaldehydy** - které mají silné karcinogenní účinky a zvyšují pravděpodobnost onemocnění jater. Tyto složky se nejčastěji vyskytují v osvěžovačích vzduchu. Umělé vonné látky - které jsou ve většině případů ropnými deriváty a způsobují silné alergie.
- **Sloučeniny chlóru** - nejvíce škodí dýchacímu systému.
- **Hydroxid sodný** - který ve velkém množství může způsobit popáleniny a poranění.
- **Optické zjasňovače** - nejčastější mezi pracími prášky a dalšími pracími prostředky. Jsou vysoce toxické a dráždí pokožku.

- **Změkčovadla** - vyskytují se hlavně v prostředcích na změkčování tkanin. Obsahují benzylacetát a pentan, které jsou považovány za jedny z nejnebezpečnějších chemikálií pro domácnost.

## JAK PROVÉST ZMĚNY NA OSOBNÍ ÚROVNI

---

Přemýšleli jste někdy o škodlivosti takových prostředků, jako je čistič podlah nebo obyčejné tekuté mýdlo? Výzkumy ukazují, že oblíbené chemické látky škodí nejen nám, ale i životnímu prostředí, a počet alergií, které způsobují, stále roste. O důsledcích používání netestovaných pracích prášků ví každá maminka, která někdy viděla znepokojující vyrážku na tváři svého dítěte. Takové výrobky nám škodí a jsou jednou z příčin zhoršování životního prostředí, znečišťování vody a půdy.

Zdroj: <http://ekologiczni.com.pl/wplyw-detergentow-na-zdrowie-i-srodowisko/>

Jak tomu čelit? Existují ekologické čisticí prostředky, které jsou bezpečné pro nás všechny? Odpověď na tuto otázku našťestí zní „ano“. Svůj domov můžete uklízet ekologicky už teď.

Aby byl úklid „příjemný“, potřebujeme kvalitní čisticí prostředky. „Kvalitními“ myslíme takové, které jsou účinné, ale zároveň bezpečné pro nás i všechny členy domácnosti (domácí zvířata, rostliny atd.). Bohužel naprostá většina dostupných prostředků obsahuje mnoho toxických látek, které dráždí naši pokožku a často způsobují alergie. Povědomí o používání tělové kosmetiky s přírodními složkami roste, ale čisticí prostředky jsou opomíjeny, a přitom se při úklidu uvolňuje mnoho látek, které vdechujeme a které zůstávají na povrchích, kde jíme nebo si hrají děti. Pro naše zdraví je velmi důležité, aby i čisticí prostředky obsahovaly složky, které jsou pro nás bezpečné.

Naštěstí již máme k dispozici výběr hotových přírodních čisticích prostředků, ale můžeme si je vyrobit i doma. Většinu bezodpadových čisticích prostředků lze připravit z jednoduchých a běžně dostupných surovin: jedlé sody, octa, domácího mýdla, citronů.

## Ekologický prostředek na mytí nádobí

Složení:

- 500 ml horké vody,
- 10 g mýdlových vloček (např. z marseillského nebo farmářského mýdla),
- lžíce octa, lžíce sody,
- 3-4 kapky esenciálního oleje (např. čajovníkový strom, máta peprná).

**Příprava:** vločky důkladně rozpustíte v horké vodě, nechte vychladnout a během toho několikrát promíchejte. Směs by měla mírně zhoustnout. Když tekutina vychladne, přidejte ocet, jedlou sodu a olej. Promíchejte a nalijte do láhve.

## Domácí čistič podlah

Stačí rozpustit 30-40 g nastrohaných mýdlových vloček ve 2-3 litrech vody a přidat 3 lžíce octa (posílí účinek tekutiny).

## Víceúčelová tekutina s nulovým odpadem

Složení pro přibližně 500 ml tekutiny:

- po 1 čajové lžičce jedlé sody a boraxu,
- 2 lžíce octa,
- 1 polévková lžíce tekutého domácího mýdla,
- 2 šálky horké vody,
- 10 kapek vašeho oblíbeného esenciálního oleje.

**Příprava:** smíchejte všechny ingredience a nalijte je do lahvičky s rozprašovačem.

## Ekologický způsob čištění koberců

Obyčejná kuchyňská soda může pomoci. Její množství závisí na velikosti koberce. Na koberec rozetřete tenkou vrstvu jedlé sody a nechte působit 30 minut (je lepší, aby v místnosti po tuto dobu nebyly malé děti ani domácí zvířata). Vysajte jako obvykle.

Zdroj: <http://ekologiczni.com.pl/wplyw-detergentow-na-zdrowie-i-srodowisko/>

## Přírodní produkt pro dřevěný nábytek

Pro přípravu smíchejte 2 lžičky citronové šťávy, 2 lžičky olivového oleje a 2 lžičky vody. Uvedené množství stačí na přípravu jedné dávky na jedno čištění. Citronová šťáva rychle ztrácí svou čerstvost, takže si ji nemůžete připravit do zásoby.

## Domácí čisticí prostředek na troubu

Chcete-li odstranit zbytky jídla a mastnoty z roštu a plechu, položte rošt na plech a zalijte je vroucí vodou. Do vody přidejte asi 25 g nastrouhaného domácího mýdla a 5 lžic jedlé sody. Nechte působit asi 2 hodiny. Po uplynutí této doby lze zaschlé zbytky snadno odstranit podložkou nebo kartáčem.

## Ekologický čistič skla

Jak vyrobit ekologický a účinný čistič skla? Není nic jednoduššího! Smíchejte ocet a vodu v poměru 1:1 a nalijte do lahve s rozprašovačem. Zápach octa rychle vyprchá.

Zdroj: <http://ekologiczni.com.pl/wplyw-detergentow-na-zdrowie-i-srodowisko/>

## Ekologický odvápnovač konvice

K odstranění vodního kamene z konvice nemusíte kupovat speciální přípravky. Stačí ocet smíchaný s vodou (1 sklenice octa a 1 sklenice vody). Směs nalijte do konvice, povařte, nechte 90 minut působit a popláchněte.

## Domácí sprej na lůžkoviny

Složení:

- 2 polévkové lžíce vodky,
- ¼ šálku vody,
- 10 kapek esenciálního oleje (např. levandule, grapefruit).

**Příprava:** smíchejte vodu a vodku, přidejte esenciální olej. Nalijte do lahvičky s rozprašovačem a protřepejte, aby se složky důkladně spojily.

## Prostředek na čištění potrubí

Důležitý přípravek při čištění v domácnosti. Potrubí lze našťestí čistit vysloveně přírodními prostředky. Nasypte do potrubí ¼ šálku jedlé sody a zalijte ji 1 šálkem octa. Tuto směs nechte v potrubí alespoň 20 minut, aby složky mohly reagovat a odstranit nečistoty. Poté směs v potrubí zalijte horkou vodou.

## Tekuté mýdlo

Složení:

- 30 g šedého mýdla,
- 500 ml vody.

**Příprava:** vodu převařte a mezitím nastrouhejte šedé mýdlo. Mýdlo vložte do mísy, zalijte vroucí vodou a míchejte metličkou, dokud se zcela nerozpustí. Nechte vychladnout a nalijte do lahvičky s dávkovačem. Pokud je mýdlo příliš husté, přidejte teplou vodu a promíchejte. Pokud je příliš řídké - přidejte více mýdla.

Domácí tekuté mýdlo i ostatní čisticí prostředky připravujte ve skleněných miskách, nikdy ne v plastových nádobách.

---

Zdroj: <http://ekologiczni.com.pl/wplyw-detergentow-na-zdrowie-i-srodowisko/>

Jak vidíte, k výrobě domácích čisticích prostředků potřebujeme jen několik jednoduchých ingrediencí. Díky tomu neničíme naši planetu, zdraví, ale ani peněženku.

Na trhu je stále více značek, které své výrobky vytvářejí v duchu udržitelnosti a péče o životní prostředí. Stačí se po nich poohlédnout. Věříme, že takových společností bude přibývat a že brzy vy-

hrají boj o přízeň zákazníků, díky čemuž se výrazně zpomalí tempo ničení životního prostředí.

Žijeme v době, která se zdá být zlomem v dějinách lidstva, a je na naší generaci, aby rozhodla, zda to bude období prosperity a všeobecného štěstí, nebo začátek úplného kolapsu.

Technologie a civilizace nicméně zůstanou faktory, které ničí životní prostředí a svým způsobem jsou jejich přirozenými protihráči. Proto se otázka znečištění pomalu stává předmětem zájmu stále více zemí.

## **DLOUHODOBÉ ÚČINKY ZAVÁDĚNÝCH ZMĚN**

Průmyslový rozvoj stále více mění naši planetu. Povětrnostní jevy jsou stále dynamičtější a stále více živočišných druhů vymírá. Máme nějaký vliv na to, co se kolem nás děje? Co můžeme dělat? Dejte šanci nové generaci, změnou našich návyků můžeme udělat hodně. Konečným cílem je vytvořit generaci, která se bude na životní prostředí dívat proaktivně. Místo demonizace a boje s obrovskými korporacemi bychom měli formovat své vědomí tak, aby se velké korporace musely přizpůsobit požadavkům spotřebitelů, protože legislativní boj jednotlivých zemí proti nim je předem prohraný.

V rámci 3R můžete zajistit, abyste v domácnosti používali co nejméně chemických látek. Vzdáte-li se nákupu chemikálií nebo jej alespoň výrazně omezíte, snížíte tím negativní dopad na životní prostředí. Stojí za to se nad tím zamyslet, zejména proto, že je lze snadno nahradit.

Zásady 3R nám neříkají jen to, jak nakupovat méně čisticích prostředků. Díky nim se naučíme využívat potenciál věcí, které vlastníme. Vyplatí se být vnímavý, kontrolovat složení výrobků, učit se, hledat nová řešení. Nemusíte se do toho hned pouštět. Malými krůčky můžete zavést významné změny. Důležité pro vás, pro životní prostředí, a především pro planetu. Jde o snahu snížit produkci odpadu, a tím neznečišťovat životní prostředí.

Alergiemi dnes trpí 30 % populace. Každý třetí člověk je tedy alergik

a výskyt alergií se zvyšuje spolu s množstvím chemických látek, které kupujeme. Přírodní čisticí prostředky jsou proto nejen vynikající alternativou k chemikáliím, ale také zdravým a pohodlným způsobem úklidu v domácnostech alergiků. Vždyť neustálé svědění kůže, kýchání nebo vyrážky jsou při každodenních činnostech velmi nepříjemné. Ekologické hypoalergenní čisticí prostředky splňují zvláštní požadavky alergiků s velmi citlivou pokožkou. Ne-dráždí, jsou bez parfemace a přitom stejně účinné. Výrobci ekologických čisticích prostředků nabízejí speciální řady bez parfemace, certifikované pro alergiky a novorozence, se bělicími prostředky výhradně na bázi aktivního kyslíku a bez bělidel nebo optických zjasňovačů. Každý alergik se tak může doma cítit bezpečně a svěže bez náhlých záchvatů dušnosti nebo narušení hydrolipidového filmu pokožky.

Vliv čisticích prostředků na životní prostředí je dobře prozkoumán, ale přesto se s tímto tématem stále poji mnoho mýtů. Nejčastějším z nich je, že jediné „zelené“ přípravky jsou čisticí prostředky „bez chemie“. Druhý - že „zelené“ přípravky jsou neúčinné. Třetí - že čisticí prostředky, které používáme v domácnosti, se „likvidují“ v čistírnách odpadních vod.

Ve většině oblíbených přípravků je mnoho detergentů, které jsou nebezpečné pro životní prostředí - na ekologické „černé listině“ jsou zejména přípravky určené k čištění potrubí, různé druhy odstraňovačů skvrn a bělidla. Obsahují žíravé a dráždivé látky, jako je hydroxid sodný, peroxid vodíku, uhličitán sodný nebo chlornan sodný. Jsou mimořádně účinné při odstraňování nečistot a leštění povrchů, ale mají jednu zásadní nevýhodu - velmi dlouho se rozkládají a jsou - doslova - smrtící.

Syntetické čisticí prostředky, které jsou součástí komunálních odpadních vod, nejsou v čističkách plně odstraněny, a proto znečišťují vodní zdroje - v extrémních případech to může vést ke zničení místní flóry a fauny. Nejčastějším jevem spojeným s vypouštěním neúplně vyčištěných odpadních vod je eutrofizace (tzv. kvetení vody spojené s vysokou koncentrací fosfátů a dusíku) a také degradace půdy. Důsledkem je kontaminace vody, která se stává nepoužitelnou nejen pro živočichy, ale i pro nás - čistí naše domovy, ale znečišťuje vše ostatní.

Co můžete udělat pro „zdravější“ úklid?

- Nezapomeňte, že přírodní čisticí prostředky mohou být někdy stejně účinné jako syntetické alternativy.
- Pokud používáte běžné prostředky z regálu v obchodě: používejte osobní ochranné prostředky. Ochranné rukavice jsou přijatelné, ale maska a ochranné brýle se vám zdají přehnané? Vyhledejte si informace o důsledcích pobytu v blízkosti výparů amoniaku, chlóru, kvartérních amonných solí a formaldehydu - všechny tyto látky se nacházejí ve většině běžných čisticích prostředků.
- Čtete etikety čisticích prostředků - na nich se přesně dozvíte, jaká nebezpečí jsou spojena s používáním daného prostředku.
- Experimentujte - zamyslete se nad tím, zda potřebujete průmyslově vyráběné prostředky a je pro vás těžké se jich vzdát (např. prací prášek) a kde můžete uvolnit místo přírodním produktům. Nejenže to prospěje vašemu zdraví, ale také vyprodukuje méně odpadu a pravděpodobně ušetříte spoustu peněz.
- Nenechte se odradit - každý dříve či později narazí na „ekologický šmejd“, který mu nebude vyhovovat. Dobrým příkladem jsou prací ořechy, které mnoho lidí označuje za zcela neúčinné při čištění oděvů. To však neznamená, že všechny „ekologické“ výrobky jsou neúčinné.
- Recyklujte - „profesionální chemikálie“ nebo syntetické čisticí prostředky předních firem jsou obvykle baleny v lahvích, které jsou dokonale recyklovatelné. Můžete je také znovu použít tak, že je naplníte domácími bio čisticími prostředky.
- Používejte čisticí prostředky netestované na zvířatech.

Hygienická hypotéza, teorie, která se objevila koncem 19. století, tvrdí, že lidské tělo potřebuje být vystaveno různým typům mikroorganismů. Tím stimuluje lidský imunitní systém již v kojeneckém a dětském věku.

Příliš intenzivní úklid domácnosti, zejména silnými přípravky s germicidními účinky, může vést ke zhoršení imunity, rozvoji alergií, astmatu nebo jiných onemocnění.



# PŘÍPADOVÁ STUDIE

## GOLD DROP (ZLATÁ KAPKA)

Gold drop je polský výrobce ekologických čisticích prostředků, který získal nejdůležitější certifikáty kvality. Na polském trhu působí od roku 1991. V současné době sortiment zahrnuje sedm ekologických přípravků z řady Eco Line. V roce 2009 společnost vyrobila svůj první ekologický výrobek a byl to průlom v dlouholeté činnosti společnosti a začátek velkého rozvoje v oblasti péče o životní prostředí.

### Společnost Gold drop

- Vždy zajišťuje, aby výrobky byly bezpečné pro uživatele i okolní prostředí.
- Rozumně využívá přírodní zdroje, včetně solární energie. K jejímu získávání používá solární kolektory.
- Neustále modernizuje své technologie a vybavení.
- Snaží se předcházet znečištění, snižovat dopad na životní prostředí a minimalizovat množství odpadu.
- Při výrobě uplatňuje zásady správné výrobní praxe.
- Nese veškeré náklady na hospodárné využívání životního prostředí.

### Během let získala společnost následující certifikáty

- ECOLABEL,
- SWAN,
- Asthma Allegy,
- Blue Angel.

**Ekologické čisticí prostředky pro domácnost od společnosti Gold Drop**

Produktová série Eco Line je řada sedmi výrobků. Čisticí prostředky a tekutiny pro domácnost mají složení z 95 až 98 % přírodního původu. Navíc se jedná o prostředky bez alergenů a parabenů. To je nepochybně velkou výhodou pro osoby se sklonek k alergiím. Slo-

žení bylo podřízeno velmi přísným požadavkům, aby byl výrobek bezpečný pro uživatele i životní prostředí. Přírodní ekologické prostředky pro domácnost jsou vhodné i pro vegany. Neobsahují žádné suroviny živočišného původu a nejsou testovány na zvířatech. Ve složení jsou obsaženy mírné konzervační látky, které výrobek chrání.

## **ZNAČKA ZIELKO – PŘÍRODNÍ ČISTÍCÍ PROSTŘEDKY OD SPOLEČNOSTI SYLVECO**

V portfoliu společnosti Sylveco, která je dosud známá svou přírodní kosmetikou, se objevila nová značka „ZIELKO“. Jedná se o čisticí prostředky se složením obsahujícím 99,9 % složek přírodního původu. Všechny složky jsou navíc biologicky odbouratelné a obaly recyklovatelné.

V současné době je v nabídce šest produktů se svěžími ovocnými vůněmi a širokou škálou použití. Účinnými čisticími látkami v nich jsou kyselina citronová nebo jedlá soda, tedy sloučeniny, které běžně používaly k úklidu naše maminky, babičky nebo prababičky a které se před několika lety vrátily do oběhu díky trendu ekologických čisticích přípravků.

Všechny výrobky ZIELKO si dokonale poradí s typickými nečistotami v domácnosti. Jsou velmi účinné, rychle čistí různé druhy povrchů a dokonale odmašťují. Velmi příjemně voní a nejsou příliš intenzivní ani dráždivé.

Kompletní nabídka značky ZIELKO je následující:

- Čisticí prostředek do kuchyně s vůní manga a broskve
- Čisticí prostředek do koupelny s vůní melounu
- Čisticí prostředek na sklo a zrcadla s vůní exotického ovoce
- Universální čisticí prostředek s vůní lesních plodů
- Toaletní gel s příchutí jasmínu a pomerančového květu
- Čisticí pasta s příchutí karambola a kaki

## ZDROJE

---

<https://homespot.pl/blog/dbamy-o-powietrze/toksyny-w-srodkach-czystosci>

„Zero waste lifestyle. Garbage less, live better“; Amy Korst; Vivante Publishing, Białystok 2017.

<https://pandawanda.pl/pl/n/Wiosenne-porzadki%2C-czyli-7-przepisow-na-domowe%2C-ekologiczne-i-bezpieczne-srodki-czystosci/94>

<http://ekologiczni.com.pl/wplyw-detergentow-na-zdrowie-i-srodowisko/>

<https://odplastikowani.pl/>

<https://stojo.pl/zero-waste>

<https://triny.pl/blog/ekologiczne-srodki-czystosci-dobry-wybor-dla-twojego-domu-i-zdrowia/>

<https://www.ekomaluch.pl/Ekologiczne-srodki-jak-dbac-o-dom-i-nie-szkodzic-srodowisku-blog-zul-1533717149.html>

[http://yadda.icm.edu.pl/yadda/element/bwmeta1.element.baztech-825d4172-9b61-4a9a-be09-303363e168f7/c/Nowak\\_R\\_Ryzyko\\_1\\_2015.pdf](http://yadda.icm.edu.pl/yadda/element/bwmeta1.element.baztech-825d4172-9b61-4a9a-be09-303363e168f7/c/Nowak_R_Ryzyko_1_2015.pdf)

<https://www.zdrowezdrowie.pl/2018/05/30/dom-bez-chemii-przepisy-na-domowe-srodki-czyszczace/>

<https://www.mjakmama24.pl/dom/porzadki/jak-zrobic-domowe-srodki-czystosci-10-sprawdzonych-przepisow-aa-WYHu-3sJE-JVXR.html>

<https://www.mykitchenlife.pl/5-przepisow-na-domowe-srodki-czystosci/>

<https://karrinatura.pl/ekologiczne-sprzatanie-jak-sprzatac-i-nie-zwariowac/>

<https://panato.org/arttykul/zero-waste-teoria-i-praktyka>

<https://higieniczny.pl/ekologiczne-srodki-czystosci-sposob-na-zachowanie-rownowagi-w-srodowisku.html>

<https://wrzucnaluz.com/naturalne-i-tanie-sprzatanie-9-pomyslow-na-porzadki-zero-waste/>

<http://www.kupujepolskieprodukty.pl/2019/07/marka-zielko-naturalne-srodki-czystosci.html>

<https://www.golddrop.eu/pl/tps/ekologiczne-srodki-czystosci-do-domu>