



Nachhaltig LEBEN MIT STIL

Über 200 originelle Projekte für ein nachhaltiges Zuhause – Bastelprojekte, Nähideen, Rezepte und Garten-DIYs füllen dieses außergewöhnliche Kreativbuch.

Vom Raum zu Raum: Angefangen im Garten über das Badezimmer bis zum Wohn- und Schlafbereich – die Seiten platzen nahezu vor kreativen Tipps und Tricks.

Wegwerfen ist keine Option! Die Autorin zeigt in ihren originellen Anleitungen mit Stil, wie Upcycling richtig geht.

Die Möglichkeiten, das eigene Zuhause kreativ zu verwandeln, aufzuwerten, neu zu erfinden und nachhaltig zu verzaubern, sind endlos!

Mein Handbuch für ein nachhaltiges Zuhause –
200 kreative Ideen
224 Seiten; ca. 140 Abbildungen;
19,0 x 25,5 cm; Klappenbroschur
€ [D] 24,99 | € [A] 25,70 | sFr 34,90
ISBN 978-3-8388-3810-6
WG 411; ET: Februar 2022

Lisa Le Phu

FÜR EIN NACHHALTIGES
ZUHAUSE

MEIN
Handbuch

CV

Lisa Le Phu

MEIN Handbuch FÜR EIN NACHHALTIGES ZUHAUSE

200 kreative Ideen

WEGWERFEN IST
KEINE OPTION



CV



Inhalt

Ratschläge für DIY-Fans und
Null-Abfall-Enthusiasten S. 8
Werkzeuge, Utensilien und
Materialien S. 10

Garten S. 12

Küche S. 44

Vorratskammer S. 82

Wohnzimmer S. 96

Schlafzimmer S. 150

Badezimmer S. 174

Anhang S. 198

Regen – ein kostbares Nass!

In Frankreich liegt der durchschnittliche Pro-Kopf-Verbrauch an Trinkwasser immer noch bei 143 l pro Tag. Das ist eine ganze Menge. Und es stellt einen echten Kostenfaktor dar, während Regenwasser eine kostenlose Ressource ist, die leicht zu sammeln ist und perfekt für die Bewässerung des Gartens. Also nichts wie ran an die Regenrinnen!



GARTEN

Regenrinnen-Wassersammler

Materialien

- 3 kleine Regenrinnen
- 6 Regenrinnenstützen
- 1 Zinkwanne

Utensilien und Werkzeuge

- Bleistift
- Bohrmaschine
- Dübel
- Schrauben
- Schraubenzieher

Man kann sein Regenwassersammelsystem an einem beliebigen Ort installieren, vorzugsweise jedoch in der Nähe eines Daches oder einer Dachrinne an einer Hauswand. Die Regenrinnenabschnitte von der Zinkwanne ausgehend von unten nach oben ausrichten und darauf achten, dass sie ausreichend überlappen. Auf diese Weise wird mehr Wasser aufgefangen. Durch die Rinnenstützen mit Bleistiftmarkierungen an die Mauer pausen, um die Löcher zu bohren. Die Löcher mit einem für die Wand geeigneten Bohrer anbringen und mit passenden Dübeln versehen. Dann die Rinnenstützen anschrauben und die Rinnen in die Halterungen schieben.

REGENWASSER

Seine Verwendung hat nur Vorteile! Das sehr sparsame Regenwasser ist arm an Mineralsalzen und enthält weder Chlor noch Fluorid. Außerdem ist es weich (sein pH-Wert beträgt 6), während Leitungswasser oft hart und gechlort ist, was die meisten Pflanzen nicht mögen. Und last, but not least, hat es Zimmertemperatur, ideal für Pflanzen!

Gut zu wissen

Wenn man in Küstennähe wohnt, enthält das Regenwasser oft zu viel Meersalz, um es als Gießwasser zu verwenden.



Natürliche Färbemittel kurz erklärt

Die Textilindustrie ist die am zweitstärksten verschmutzende Industrie der Welt, vor allem wegen der verwendeten Farbstoffe, die eine Menge nicht sehr umweltfreundlicher Chemikalien enthalten!

Das Pflanzenfärben ist eine echte ökologische und natürliche Lösung: Sie geben Ihrer alten Kleidung eine zweite Jugend, indem Sie Ihre pflanzlichen Abfälle verwenden. Welche Vorteile!

Es gibt jedoch eine Bedingung für die Verwendung von Pflanzenfarben: Der zu färbende Stoff muss aus einem natürlichen Material wie Baumwolle, Leinen oder Wolle bestehen.

BEIZ- UND FIXIERMITTEL

Fixiermittel sind Mineralsalze, die dem Farbstoff zugesetzt werden, um die Farben zu fixieren und/oder zu verändern. Dies kann vor, während oder nach dem Färben geschehen. Dieser Schritt verändert oft den Farbton.

VERSCHIEDENE MITTEL FÜR UNTERSCHIEDLICHE ERGEBNISSE

Kaliumalaun

Alaun ist in Apotheken erhältlich und sieht aus wie Salzkristalle. Es fixiert die Farben und intensiviert Gelbtöne. Da es die Farbe verändert, sollte der Stoff vor dem Färben behandelt werden, um Überraschungen zu vermeiden. Dazu bringt man Wasser und Beize (100 g Textil auf 10 g Alaun) zum Kochen und kocht 45 Minuten bis 1 Stunde lang. Nehmen Sie den Stoff heraus und spülen Sie ihn vor dem Färben aus.

Eisensulfat

Es ist in Gartencentern erhältlich und sieht aus wie blassgrüne Salzkristalle. Am häufigsten wird es zur Bekämpfung von Schnecken eingesetzt. Dieses Mittel wird in der Regel am Ende des Färbevorgangs verwendet (Nachbeize). Es bewirkt eine sehr schnelle Farbumwandlung und ermöglicht die Erzielung dunklerer Farbtöne (Grautöne, Khaki usw.). Es ist unbedingt erforderlich, das Textil nach dem Beizen mit viel Wasser auszuspülen.



WOHNZIMMER

Schalen aus Pappmaschee

Materialien

Eierkartons

Utensilien und Werkzeuge

Rührschüssel

Wasserkocher

Kochlöffel

1 Packung

Tapetenkleister

Salatschüssel

Pürrierstab

Sieb

Löffel

Frischhaltefolie oder
Bienenwachstuch

Die Eierkartons in kleine Stücke reißen und sie in eine Rührschüssel geben. Mit heißem Wasser bedecken und einweichen lassen. Sobald die Pappe aufgeweicht ist, umrühren und durch ein Sieb abgießen, damit das überschüssige Wasser abfließen kann. Zurück in die Schüssel geben und das Kleisterpulver unterrühren. Die Salatschüssel auf den Kopf stellen und mit Frischhaltefolie abdecken (man kann auch Bienenwachstücher verwenden, falls Frischhaltefolie aus der Küche verbannt wurde!) Die Pappmascheemasse darauf verteilen, mit den Händen flachdrücken und an einem warmen, gut belüfteten Ort trocknen lassen. Wenn sich das Pappmaschee trocken anfühlt, es vorsichtig von der Form lösen. Wenn die Innenseite noch etwas feucht ist, sie trocknen lassen. Dann nach Lust und Laune bemalen!

Tipp

Wenn Sie keinen Kleister hat, können ihn selbst herstellen. Hierfür 5 Tassen Wasser in einem Kochtopf zum Kochen bringen. 1 Tasse Mehl hinzufügen und mit einem Schneebesen rühren, um Klumpenbildung zu vermeiden. Bei schwacher Temperatur weiterrühren, bis die Mischung glatt ist. Abkühlen lassen und in ein Glas füllen. Dieser Kleister lässt sich mehrere Tage aufbewahren.

Reinigungsmittel fürs Badezimmer

Raumspray⁽¹⁾

Zutaten

6 Tropfen Eukalyptusöl
6 Tropfen Lavendelöl
6 Tropfen Orangenöl
2 Tropfen Teebaumöl
125 ml destilliertes Wasser

Zubehör

1 kleine Sprühflasche

Eine Sprühflasche mit dem destillierten Wasser befüllen und die ätherischen Öle hinzufügen. Vor Gebrauch gut schütteln. Das Raumspray kann bis zu 1 Monat aufbewahrt werden.

Allzweckreiniger⁽²⁾

Zutaten

1 TL flüssige Marseille Seife
1 EL Wasserstoffperoxid
5 Tropfen Eukalyptusöl
5 Tropfen Zitronenöl
10 Tropfen Pfefferminzöl

Zubehör

1 kleine Sprühflasche

Die Flüssigseife, das Wasserstoffperoxid und 40 ml Wasser in eine kleine Sprühflasche geben. Die ätherischen Öle hinzufügen und alles gut schütteln. Der Reiniger kann bis zu 2 Wochen aufbewahrt werden.

WC-Tabs⁽³⁾

Zutaten

75 g Zitronensäure, 225 g Natron, Schale von 1 Orange, 25 Tropfen ätherisches Öl von Orangen oder Zitronen, 24 Tropfen ätherisches Öl von Lavendel

Zubehör

Salatschüssel
Sprühflasche
Silikonform mit runden Mulden
luftdichte Dose

Bikarbonat, Zitronensäure und Schale in einer Schüssel mischen. Die ätherischen Öle hinzufügen und gut untermischen. Mit einer Sprühflasche das Äquivalent von 1 bis 2 TL Wasser in einem feinen Nebel hinzufügen, jeweils einen 1/2 TL. So lange mischen, bis sich die Masse zusammenfügt, aber kaum mehr feucht ist. In die Silikonform füllen und die Luft herausdrücken. Über Nacht trocknen lassen, dann aus der Form lösen. 1 oder 2 Tabletten 5 Minuten lang in der Toilettenschüssel einwirken lassen, dann die Schüssel abschrubben. Luftdicht in einer Dose verpackt können die Tabs bis zu 3 Monate aufbewahrt werden.

Glasreiniger⁽⁴⁾

Zutaten

120 ml weißer Essig
Saft von ½ Zitrone
1 EL Speisestärke

Zubehör

Schüssel
Schneebeesen
Sprühflasche

Zitronensaft, Essig und Speisestärke in einer Schüssel verquirlen. 120 ml Wasser einrühren. In eine Glassprühflasche umfüllen. Zum Reinigen von Fenstern oder Spiegeln verwenden Sie einfach zerknüllte Zeitungsblätter, die mit der Mischung getränkt sind, und machen dabei kreisende Bewegungen, wie es unsere Großmütter taten. Magie!



1



2



3



4