### Schoonmaken? Hou het gezond!

Wist je dat je met schoonmaken soms ook je gezondheid onder vuur neemt? Gebruik je huishoudproducten verkeerd, dan kunnen bijvoorbeeld schadelijke gassen vrijkomen. Volgens het antigifcentrum zijn huishoudproducten na geneesmiddelen de grootste oorzaak van vergiftiging.

Maar geen paniek. Met deze tips kan je gezonder en veiliger aan de slag:

* Lees het etiket van producten: zo kom je te weten of een product gevaarlijk is en hoe je jezelf en eventueel je kinderen kan beschermen.
* Koop liever geen producten met een gevaarsymbool. Er bestaan vaak minder gevaarlijke alternatieven.
* Volg altijd de gebruiksaanwijzing en gebruik niet meer dan de aangegeven dosis. Het is goedkoper, gezonder én beter voor het milieu.
* Bewaar je huishoudproducten waar kinderen er niet aan kunnen.
* Ontsmettingsmiddelen zoals bleekwater (javel) of alcohol zijn geen schoonmaakproducten en zijn bijna nooit nodig. We raden aan om alleen te ontsmetten na advies van je huisarts. Reinig gewoon met een allesreiniger of met milieuvriendelijke producten zoals azijn, groene zeep of sodakorrels.
* Bleekwater (javel) is een gevaarlijk en ongezond product. Als je het ondanks de gezondheidsrisico’s toch wil gebruiken, gebruik het dan zeker nooit samen met of net na andere producten zoals ontkalker of ontstopper, anders komen er giftige chloordampen vrij!
* Een herbruikbare vochtige microvezeldoek is een uitstekend hulpmiddel om schoon te maken: doeltreffend, effectief en milieuvriendelijk.
* Verjaag vieze geurtjes door te verluchten. Vermijd spuitbussen en luchtverfrissers. Ze verstuiven de vloeistof in fijne druppeltjes die je gemakkelijk inademt en die zo gevaarlijk kunnen zijn voor je gezondheid.
* Was de vaatdoek of schoteldoek op 60°C en gebruik dagelijks een verse, want na een dag zit hij vol bacteriën.
* Bescherm het milieu door producten met een ecologisch label te kopen.

Door deze eenvoudige richtlijnen te volgen, kan je een gezondere leefomgeving creëren voor jezelf en je medebewoners.

**Meer informatie over productgebruik?** [www.gezondbinnen.be](http://www.gezondbinnen.be)