

www.readup.de/on/haushalt



E-BOOK
RATGEBER

HAUSHALTSTIPPS

1	Herausforderung Haushalt.....	4
2	Allgemeines	4
2.1	Haushaltsplanung: Checklisten und Gewohnheiten	4
2.2	Haushaltsbuch führen	5
2.3	Geld einteilen	5
2.4	Papierkram/Unterlagen sortieren	6
3	Putzen.....	7
3.1	Ein Putzplan muss her!	7
3.2	Bad	8
3.3	Küche	8
3.4	Böden.....	9
3.5	Möbel.....	10
3.5.1	Fernseher, Stereoanlage und Co.	10
3.5.2	Regale und Schränke	10
3.6	Fenster putzen	10
4	Kochen & Backen	11
4.1	Einkaufen auf Vorrat/Geplant einkaufen	11
4.2	Kochen leicht gemacht	12
4.3	Backen leicht gemacht.....	13
5	Reparaturen im Haushalt.....	13
5.1	Bohren & nageln	13
5.2	Malern	14
5.3	Tipps für Küchen- und Badreparaturen.....	15
5.3.1	Wasserhahn austauschen.....	15
5.3.2	Siphon reinigen.....	15
5.4	Werkzeuge	15
6	Waschen & Bügeln	16
6.1	Was, wann & wie?	17
6.2	Handwäsche	17
6.3	Maschinenwäsche	17
6.4	Bügeln	18
6.5	Schuhe pflegen	18
6.5.1	Pflege von Glattlederschuhen	19
6.5.2	Pflege von Raulederschuhen	19
6.6	Fleckentfernung.....	19

7	Sparen	20
7.1	Strom sparen	21
7.2	Wasser sparen	21
7.3	Heizkosten sparen	22
7.4	Sparen beim Einkaufen.....	22
8	Fazit.....	23

1 Herausforderung Haushalt

Haushaltsführung will gelernt sein. Denn nicht jeder ist im Haushalt so gut organisiert, wie beispielsweise in der Arbeit. Oftmals kommt man abends nach einem anstrengenden Arbeitstag völlig erschöpft nach Hause und verspürt verschwindend wenig Lust, sich noch um den Haushalt zu kümmern. Doch schmutziges Geschirr oder meterhohe Wäscheberge verschwinden nicht einfach mit einem Fingerschnipsen. Auch die Fenster putzen sich nicht von alleine. An den Wochenenden hat man ebenfalls wenig Lust sich um den Haushalt zu kümmern, schließlich sind diese beiden Tage häufig die einzigen freien Tage in der Woche. Hier möchte man sich mit Freunden treffen, etwas mit der Familie unternehmen oder sich gemütlich auf die Couch lümmeln und einen Film ansehen.

Ein Lied von Johanna von Koczian mit dem Titel: "Das bisschen Haushalt macht sich von allein..." trifft es leider nicht auf den Punkt. Denn der Haushalt macht sich nicht von allein. Er kann aber schnell und gründlich erledigt werden, wenn er gut durchdacht und organisiert ist. Mit einigen Haushaltstipps kann die Arbeit sogar Spaß machen und muss nur wenig Zeit in Anspruch nehmen.

2 Allgemeines

Zunächst ist es wichtig einen Plan aufzustellen. Ist man berufstätig, muss das Waschen, Fenster putzen und Bügeln nicht zwangsläufig am Wochenende stattfinden. Arbeitsteilung und eine sinnvolle Einteilung der einzelnen Arbeiten kann das Leben erleichtern und den Haushalt nebenbei ablaufen lassen. Gehen Sie Schritt für Schritt vor und Ihre eigene Haushaltsführung wird Ihnen wie ein Kinderspiel vorkommen.

2.1 Haushaltsplanung: Checklisten und Gewohnheiten

Ist man frustriert, wenn man von allen Aufgaben am lang ersehnten Wochenende erschlagen wird? Wäscheberge wollen gewaschen werden, der Staub auf den Schränken erreicht bald die erste Zentimetermarke und Staubflusen vermehren sich in den Zimmerecken. Wer wäre bei einem solchen Anblick nicht frustriert? Dazu muss es jedoch gar nicht erst kommen. Sie wollen den Wochenputz nicht an einem Tag erledigen, dann verteilen Sie die einzelnen Tätigkeiten auf mehrere Tage. Niemand verlangt von Ihnen alles an einem Tag zu erledigen. Sie selbst setzen sich damit unter Druck und nur Sie selbst können diesen Druck wieder von sich nehmen. Legen Sie eine Gewohnheits- und Checkliste an. Müssen Sie montags nach oder vor der Arbeit immer zu einer wichtigen Verpflichtung, können Sie an diesem Tag keinen Haushaltspunkt abarbeiten. Sollte am Dienstag nichts weiter anliegen, so tragen Sie den Punkt "Wäsche" für den Dienstag ein. Mittwoch und

Donnerstag könnten die Tage sein, an denen Sie Staub wischen und saugen. Notieren Sie sich Schritt für Schritt jeden einzelnen Arbeitsprozess und gleichen Sie diesen mit ihren Gewohnheiten ab. Nur so finden Sie ein gutes Timing alle anfallenden Arbeiten erledigen zu können und am Ende nicht frustriert zu sein.

Sind Sie der Typ Mensch, der alle Haushaltsaufgaben an einem Tag am Wochenende abarbeiten möchte, ist es ebenfalls ratsam eine Checkliste aufzustellen. Der Vorteil hiervon ist, dass Sie vorher notieren, was Sie unbedingt erledigen müssen und hinterher sicher gehen können, nichts vergessen zu haben. Während der einzelnen Prozesse haken Sie immer wieder ab und sehen erfreut, dass Ihre Liste immer kleiner wird.

Holen Sie sich Hilfe. Leben Sie nicht allein in Ihrer Wohnung, so teilen Sie einzelne Arbeiten auf. Sie sind nicht der Sklave Ihrer Familie oder Ihrer Mitbewohner. Leben mehrere Personen in einem Haushalt, so können sich auch mehrere Personen daran beteiligen.

In einer WG, wie in einer Familie ist es wichtig einen Haushalts- oder Putzplan aufzustellen. Damit auch jeder seinen Aufgabenbereich kennt und diesen zuordnen kann, sollte ein Plan für das Geschirr spülen, die Wäsche waschen und zusammen legen und das Müll rausbringen aufgestellt werden. Nach diesem kann man sich richten und notfalls darauf hinweisen, dass eine Arbeit nicht erledigt wurde, obwohl Sie für einen bestimmten Tag geplant war. Kinder kann man übrigens wunderbar in kleine Hausarbeiten mit einbeziehen. Sie können bereits den Müll rausbringen und die Wäsche von der Leine nehmen. Sie schaden Ihren lieben Kleinen damit nicht, im Gegenteil. So erkennen Kinder bereits frühzeitig, dass eine gute Haushaltsplanung zum Leben dazugehört und dieses ungemein erleichtern kann.

2.2 Haushaltsbuch führen

Das A und O in der Haushaltsführung ist das Haushaltsbuch. Führen Sie ein Haushaltsbuch, können Sie besser abwägen wie viel Ihrer schwerverdienenden Euros Sie ausgeben. Verzeichnen Sie am Ende des Monats ein dickes Minus, müssen Sie dringend etwas an Ihrem Lebensstil ändern. Mithilfe eines übersichtlichen Haushaltsbuches kann man Ordnung und Übersicht in sein Finanzleben bringen. Im Internet gibt es spezielle Vordrucke, im Schreibwarenhandel findet man ebenfalls vorgefertigte Bücher. Wichtig ist, dass man sich in einem solchen Buch gut zurecht findet. Denn von nun an wird man jeden Tag Einträge in diesem Buch vornehmen. Eine angenehme Strukturierung und einfache Handhabung ist durchaus von Vorteil.

2.3 Geld einteilen

Zunächst werden sämtliche Monatseinnahmen im Haushaltsbuch aufgeführt. Mit welchen Einnahmen kann man monatlich rechnen? Vergessen Sie nicht nur Ihr Nettoeinkommen zu notieren, sondern auch Kindergeld, Weihnachts- und Urlaubsgeld, sowie Einnahmen aus

Vermietungen, Verpachtungen oder Steuerrückzahlungen. So manche Einnahmequelle wird gern vergessen. Sichten Sie dazu auch unbedingt Ihre Kontoauszüge der vergangenen sechs Monate. Dann zählen Sie alles zusammen und schon wissen Sie, wie viel Geld Ihnen monatlich zur Verfügung steht.

Nun stellen Sie Ihre monatlichen Ausgaben zusammen. Notieren Sie in einer extra Spalte Ihre Ausgaben für Miete, Strom, Wasser, Gas und sonstigen Kosten. Hier werden Sie höchstwahrscheinlich auf Posten stoßen, die Sie nur viertel- oder halbjährig entrichten müssen. Rechnen Sie diese Summen auf einen Monat um und addieren Sie schließlich Ihre gesamten Ausgaben.

Bilden Sie nun die Differenz zwischen Einnahmen und Ausgaben, haben Sie Gewissheit über das Ihnen zur Verfügung stehendes monatliche Budget. Von diesem Budget müssen Sie Ihren Lebensunterhalt bestreiten, also sollten Sie Spalten für veränderliche Ausgaben schaffen. Veränderliche Ausgaben sind Ausgaben für Haustiere, Kosmetik, Bücher, Lebensmittel oder Kleidung. Sie sollten sich angewöhnen alle Quittungen und Rechnungen aufzuheben, nicht nur um etwaige Garantieansprüche geltend machen zu können.

Über den Tag verteilt, kommen Sie nicht dazu etwas in Ihr Haushaltsbuch zu schreiben. Sie nehmen sich in den Abendstunden einige Minuten Zeit und können anhand der aufgehobenen Rechnungen sehen, wie viel Geld Sie an diesem Tag ausgegeben haben und wie viel Ihnen vom monatlichen Budget noch bleibt.

2.4 Papierkram/Unterlagen sortieren

Man kennt es: jeden Tag flattern neue Briefe von der Versicherung, von Kreditinstituten oder anderen wichtigen Institutionen ins Haus und eigentlich müsste man diese Post sofort sortieren und abheften. Eigentlich. Man tut es nämlich nicht, sondern sammelt die Post. Nach Monaten erinnert man sich, weil man ein wichtiges Schriftstück sucht und für einen Termin in der Behörde benötigt. Doch wo ist das Schriftstück?

Ein ziemlich einfacher und leicht zu beherzigender Haushaltstipp ist folgender: Schaffen Sie eine Postablage. Suchen Sie sich einen geeigneten Platz für diese Ablage und werfen Sie jeden einzelnen Brief dort hinein. Nach einer oder zwei Wochen machen Sie sich daran Ihre Briefe zu sortieren. So kann nichts verloren gehen und Sie sparen sich im Notfall das lästige Suchen. Leben Sie zu zweit oder zu dritt zusammen, bitten Sie Ihre Mitbewohner sich ebenfalls solche Postablagen anzuschaffen. Somit kommt nichts durcheinander und derjenige, welcher die Post holt, kann diese sogleich in die entsprechende Ablage sortieren.

3 Putzen

Putzen ist für viele Menschen ein lästiges Übel. Doch es gibt einige wenige, denen Putzen Freude bereitet. Für manchen Putzfeind ist diese Freude kaum nachvollziehbar, das muss sie auch gar nicht sein. Wichtig ist, dass der Hausputz eine notwendige und wichtige Angelegenheit ist. Mal davon abgesehen, dass sich Menschen wohler in einer sauberen Umgebung fühlen, kann Putzen durchaus vom lästigen zum erträglichen Übel werden. Wie genau das funktionieren soll, wird im Folgenden genauer erläutert.

Zunächst einmal ist es ratsam einige notwendige Putzutensilien im Haushalt zu haben. Dazu gehören unter anderem:

- Besen
- Kehrblech
- Schwämme und Lappen
- Eimer und Bürste
- Lederlappen
- Staubsauger und Staubtücher
- WC- Reiniger
- Alte Zahnbürsten
- Essigreiniger
- Abzieher für die Scheiben, zum Fenster putzen
- Aceton
- Allzweckreiniger, Badreiniger
- Scheuermilch, Möbelpolitur, Bleichmittel, Glasreiniger

3.1 Ein Putzplan muss her!

Manche Menschen behaupten, dass es sinnvoll ist einmal am Tag zu Putzen. Andere wiederum begnügen sich damit einmal die Woche den Hausputz in Angriff zu nehmen. Wie bereits erwähnt, kennen nur Sie Ihre Gewohnheiten und nur Sie wissen, wann Ihnen eine "Putzattacke" am ehesten in den Plan passt.

Die meisten Menschen erledigen ihren Hausputz am Wochenende, weil sie hier ausreichend Zeit haben. Natürlich geht der Hausputz auf Kosten der wertvollen Freizeit, doch es nützt nichts: er muss erledigt werden. Es folgen einige Haushaltstipps, wie Sie mit einem Lächeln den Staubwedel schwingen könnten!

Musik: Drehen Sie die Stereoanlage auf. Mit Musik lässt sich vieles einfach angenehmer gestalten. Sie können mitsingen und nebenbei die Fenster putzen oder Ihre Schränke von Staub befreien.

Pausen: Kein Mensch verlangt von Ihnen die komplette Wohnung in einem Wisch zu putzen. Gönnen Sie sich hin und wieder eine kurze Auszeit, trinken Sie einen Schluck Kaffee und

gehen Sie energiegeladener wieder an die Arbeit. Vorsicht: Dehnen Sie die Pausen nicht allzu sehr aus. Sie könnten Gefahr laufen, dann keine Energie und Lust mehr zum Putzen zu haben.

Holen Sie sich Hilfe: Teilen Sie die Arbeiten in Ihrem gemeinsamen Haushalt ein. Kinder können kleinere Aufgaben, wie Staub wischen oder den Müll rausbringen, ohne Probleme erledigen. Ihr Partner kann Ihnen dabei helfen das Bad, oder die Küche zu putzen. Beziehen Sie alle mit ein, der Hausputz kann durchaus zu einer Familienangelegenheit werden.

Bleiben Sie am Ball: Halten Sie an Ihrem Putzplan fest und putzen Sie immer am selben Tag in der Woche. Sie selbst haben damit ein Gefühl von Beständigkeit und Ihre Familie ebenfalls. Ein weiterer Vorteil ist, dass der Hausputz schneller erledigt ist, wenn Sie dabei bleiben. Sie werden von Mal zu Mal weniger Zeit beanspruchen, weil alles Hand in Hand läuft. Jeder kennt seine Aufgaben, jeder weiß, was zu tun ist. Sollten Sie allein putzen, verhält es sich genauso, die Arbeitsschritte verlaufen routinierter.

3.2 Bad

Die Badreinigung ist sehr wichtig, da die sanitären Anlagen täglich und oft in Gebrauch sind. Niemand möchte sich auf eine schmutzige Toilette setzen, niemand wäscht sich gern seine Hände in einem verkalkten Waschbecken. Von Vorteil ist, wenn man gleich nach dem Benutzen "die Spuren beseitigt", so entsteht weniger Arbeit beim Hausputz.

Benutzen Sie gegen den Kalk ein Mikrofasertuch. Am besten gleich, nachdem Wasserflecken auf den Armaturen des Waschbeckens oder der Dusche zu sehen sind. Das beugt vor und lässt den Kalk gar nicht erst aufkommen.

Nach dem Duschen sollten Dusche, Fliesen und Duschtüren mit einem Abzieher getrocknet werden, ähnlich wie beim Fenster putzen. Auch das verhindert die Ansammlung von Wasserflecken und sieht zudem sauber aus.

Giftige und aggressive Putzmittel sollten in einem verschließbaren Schrank aufbewahrt werden. Nicht auszudenken was passieren kann, wenn Kinder mit diesen gefährlichen Chemikalien in Berührung kommen.

Essigessenz eignet sich hervorragend um das WC und die Fliesen zu putzen, ebenso lassen sich damit Armaturen wunderbar von Kalk befreien.

3.3 Küche

Ebenso wie im Bad steht Hygiene und Sauberkeit in der Küche an oberster Stelle. Schließlich verursachen Kochen und Backen Schmutz an Schränken und Fliesen. Da in der Küche das Essen zubereitet wird, sollte dieser Raum einer der saubersten im ganzen Haus sein.

Am einfachsten ist es natürlich, das Geschirr sofort nach der Benutzung zu spülen und Fettspritzer mit etwas Zitrus und warmem Wasser so schnell wie möglich zu beseitigen. Versuchen Sie tatsächlich daran festzuhalten: Räumen Sie das Geschirr zeitnah in die Spülmaschine, so verschwindet es von der Bildfläche und ist für die nächste Benutzung im Handumdrehen einsatzbereit. Denken Sie auch daran, dass Sie garantiert genervt sind, sollten Töpfe oder Pfannen ausgerechnet dann schmutzig sein, wenn Sie etwas Leckeres kochen möchten.

3.4 Böden

Badfliesen: Für saubere und glänzende Badfliesen geben Sie einfach einen Spritzer Essigessenz in das Putzwasser. Für die Fugen benutzen Sie eine Mischung aus Backpulver und Wasser. Lassen Sie diese kurz einwirken und wischen Sie anschließend noch einmal darüber. Mit einer alten Zahnbürste lassen sich auch hartnäckige Verschmutzungen einfach und nachhaltig entfernen.

Teppich: Sind Ihre Kinder mit ihren schmutzigen Schuhen über den teuren Teppich gerannt, gibt es für die Schmutzflecken einen einfachen Trick: einfach auf die schmutzigen Stellen Salz geben und einige Minuten einwirken lassen. Dann absaugen und die Flecken sind verschwunden. Den Teppich einmal von Grund auf zu reinigen, empfiehlt sich einmal im Jahr. Ob Sie Sommer oder Winter wählen, ist Ihre Entscheidung. Beides hat seine Vorteile. Im Winter können Sie den Teppich mit der Oberfläche nach unten in den Schnee legen und ausklopfen. Hängen Sie das gute Stück anschließend über einen Zaun, damit es gut trocknen kann. Im Sommer können Sie denselben Effekt erzielen, wenn Sie den Teppich auf einen taufeuchten Rasen legen. Der Teppich ist nun von Grund auf gereinigt, ohne dass Sie teure Putzmittel oder Shampoos kaufen mussten.

Laminat: Laminat ist ein sehr pflegeleichter Bodenbelag. Er kann problemlos gesaugt oder einfach nur abgefegt werden. Mit Wasser sollte man bei einem Laminatboden sparsam sein. Denn zu viel Wasser verursacht unangenehme Flecken, die sich unter Umständen nicht mehr entfernen lassen. Weniger ist mehr! Einfach mit einem feuchten Tuch über den Boden wischen und so grobe Verschmutzungen entfernen. Den Wischmopp lassen Sie Ihrem Laminat zuliebe bitte stehen.

Parkett: Parkett wird ähnlich gepflegt, wie Laminat. Allerdings sollte nach dem feuchten Wischen das Parkett sofort wieder trocken gerieben werden. Denn zu viel Feuchtigkeit ist Gift für einen Parkettboden. Sollten Sie also aus Versehen Ihren Kaffee, oder Tee auf dem Parkett verschütten, sollten Sie diese Flüssigkeiten zeitnah beseitigen.

3.5 Möbel

Einige Menschen lieben es, ihr Wohnzimmer immer wieder neu umzugestalten. Dazu zählen auch abnehmbare Sofabezüge. Diese sind in der Tat praktisch, da sie sich leicht reinigen lassen. Einfach in die Waschmaschine stecken und lupenrein waschen lassen. Ist der Bezug zu groß und passt nicht in die Maschine, waschen Sie ihn in der Badewanne.

Haben Sie keine abnehmbaren Sofabezüge, so dürfen Sie Ihr geliebtes Polstermöbel ausklopfen. Hierfür gibt es einen altbewährten Haushaltstrick: Benetzen Sie ein Laken mit Essig und legen Sie dieses auf das Sofa. Nun können Sie das Sofa nach Herzenslust ausklopfen. Denken Sie daran, dass Laken immer wieder zu befeuchten und mit Essig zu benetzen, so verfängt sich der Staub in den Fasern des Lakens. Sie entgehen damit einer riesigen Staubwolke und tun Ihrer Couch gleichzeitig etwas Gutes.

3.5.1 Fernseher, Stereoanlage und Co.

Ein imprägniertes Staubtuch, oder ein feuchtes Tuch lässt den Staub auf den Außenflächen Ihrer Elektrogeräte verschwinden. Der Bildschirm von Fernseher oder Computer sollte lediglich mit einem trockenen Tuch vorsichtig abgewischt werden. Die Saugkraft eines Staubsaugers können Sie hervorragend bei Lautsprecherboxen anwenden. Verwenden Sie hierfür den runden Bürstenaufsatz Ihres Staubsaugers.

3.5.2 Regale und Schränke

Regale und Schränke bestehen aus den unterschiedlichsten Materialien, häufig jedoch aus Holz. Natürlich bedürfen diese Möbelstücke einer entsprechenden Pflege, damit sie möglichst lang halten. Sie können spezielle Pflegeprodukte im Handel erwerben, oder Sie mischen sich Ihre eigene Politur zusammen. Nehmen Sie dazu sechs Esslöffel Olivenöl und ein Glas schwarzen Tee. Denken Sie daran die Politur in Richtung der Maserung einzuarbeiten.

Sollten Sie übrigens alte, dafür schöne und rustikale Schränke geerbt haben, an dessen Geruch Sie sich stören, gibt es dafür ebenfalls ein geeignetes Hausmittel. Kochen Sie einen Topf mit heißer Milch auf und stellen Sie diesen in den Schrank, bzw. Gläser mit der Milch in die Schubladen. Schließen Sie sämtliche Schranktüren und lassen Sie die Milch erkalten. Lassen Sie im Anschluss die Möbel gut austrocknen, so verlieren sie ihren alten, abgestandenen Geruch wie von selbst.

3.6 Fenster putzen

Im Folgenden werden nun einige Haushaltstipps aufgezeigt, die Ihnen das Fenster putzen erleichtern:

Sie sollten vermeiden Ihre Fenster zu putzen, wenn die Sonne geradewegs auf die Scheiben scheint. So entgehen Sie dem lästigen Entstehen von Schlieren. Beim Fenster putzen ist zu beachten, dass Sie zunächst den Fensterrahmen von außen, dann von innen reinigen. Für gewöhnlich ist dieser schmutziger als das Fenster selbst. Reinigen Sie die Fenster stets mit einem Lappen, oder einem Schwamm, benutzen Sie lauwarmes Wasser mit etwas Spülmittel.

Nun benutzen Sie den Abzieher, feuchten diesen leicht an und ziehen ihn von links nach rechts über die Scheibe. Achten Sie beim Fenster putzen darauf, dass Sie den Abzieher nur an einer Stelle fest aufsetzen, sonst läuft das Wasser über die gesamte Scheibe. Am besten ist es, wenn Sie den Abzieher nach jeder Reihe abwischen und die Wischreihen sich überlappen. So erreichen Sie das bestmögliche Ergebnis und Ihre Fenster strahlen und blitzen wieder. Im Anschluss an das Fenster putzen, wischen Sie mit einem Stück Küchenrolle über das Fenster und trocknen so die letzten Reste.

4 Kochen & Backen

Menschen brauchen Nahrung, um überleben zu können. Um überleben zu können, bedarf es allerdings keiner Kochkunst in Zeiten von Fast- Food- Restaurants und Schnellimbissen. Selbstverständlich kann man genauso gut auf eben diese verzichten und sich einen Stammpfad in einem Gourmetrestaurant reservieren. All diese Möglichkeiten nicht zu verhungern, haben natürlich einen entscheidenden Nachteil: sie gehen gehörig ins Geld. Selber kochen, frische und gesunde Zutaten einkaufen, ist nicht schwer und macht sogar richtig viel Spaß. Manche Menschen verdienen mit ihrer Kreativität und ihrem nie endenden Ideenreichtum in Sachen Kochen eine Menge Geld. Dank Kochsendungen im Fernsehen lassen die Kochfanatiker Leihen und Kochbegeisterte an ihrem Talent und Ihren neuesten Kreationen teilhaben. Da ist es ein Klacks im Supermarkt nach den erforderlichen Zutaten zu stöbern und diese dank simpler Anleitung zu einem leckeren Menü zu verkochen.

4.1 Einkaufen auf Vorrat/Geplant einkaufen

Ziellos und ohne einen Einkaufszettel in der Hand sollten Sie niemals einkaufen gehen. Der Grund: Sie haben keine Ahnung, was Sie eigentlich kaufen wollen und packen viel zu viel in den Wagen. Der Schock folgt dann an der Kasse, wenn Ihre Waren zusammengezählt werden. Zu Hause angekommen stellen Sie enttäuscht fest, dass Sie nur Dinge gekauft haben, aus denen Sie nichts Anständiges kochen können.

Stöbern Sie in Ihrem Rezeptbuch oder, falls Sie so etwas noch nicht besitzen, im Internet nach leckeren Rezepten und schreiben Sie sich die Zutaten auf einen Zettel. Dann gehen Sie systematisch durch, welche Dinge Sie zu Hause haben und was genau Sie noch benötigen.

Dann schreiben Sie einen Einkaufszettel. Zunächst notieren Sie die Zutaten, die Sie für Ihre Gerichte benötigen, dann gehen Sie Punkt für Punkt durch, was ebenfalls gekauft werden muss. Sind genügend Getränke da? Ist das Klopapier zur Neige gegangen? Reicht die Zahnpasta noch bis zum nächsten Einkauf? Kämpfen Sie sich durch Bad und Küche und notieren Sie, was Ihnen noch fehlt. Konservendosen lassen sich immer gut auf Vorrat kaufen. Ist mal wieder Not am Mann, so können Sie aus einer Dose Mischgemüse und einigen Kartoffeln ein wahrhaft leckeres Menü zaubern.

Halten Sie sich beim Einkauf genau an Ihre Liste. Manchmal kommt es vor, dass Ihnen im Supermarkt noch die eine oder andere Sache einfällt, die Sie nicht auf Ihrem Einkaufszettel notiert haben.

4.2 Kochen leicht gemacht

Kochen macht Spaß und wenn Sie in der Küche kleine Helferlinge verteilen, kann fast nichts mehr schiefgehen. Sie benötigen in jedem Fall einen Kurzzeitwecker, damit das Essen nicht anbrennt oder der Kuchen gar verbrennt. Scharfe Messer, beschichtete Pfannen, Töpfe, in verschiedenen Größen und mindestens eine Auflaufform sollten sich ebenfalls in Ihrer Küche befinden. Gewürze wie Salz und Pfeffer geben Ihren Mahlzeiten das gewisse Etwas und werden mit der Zeit durch andere Kräuter ergänzt. Kaufen Sie sich ein schönes und vielseitiges Kochbuch und legen Sie selbst auch eins an. So sammeln und archivieren Sie Ihre liebsten Kochrezepte und können Freunde und Familie ebenfalls daran teilhaben lassen.

Milch: H-Milch ist bis zu acht Wochen haltbar, öffnen Sie die Packung, sollten Sie H- Milch innerhalb von drei Tagen verbrauchen. Bei Frischmilch verhält es sich ein wenig anders: diese ist ungeöffnet sechs Tage haltbar, einmal geöffnet, sollten Sie Frischmilch innerhalb von zwei Tagen aufbrauchen. Gegen Hautbildung auf der Milch helfen Eiswürfel. Einfach vor dem Kochen die Milch mit Eiswürfeln abschrecken, schon bildet sich keine Haut. Wenn Sie einen silbernen Löffel über den Topf legen, kocht die Milch nicht über.

Zu viel Würze: Ist zu wenig Salz an einem Gericht, so können Sie bei Tisch selbst nachwürzen, was aber, wenn das Essen versalzen ist? Haben Sie einen Braten versalzen, reiben Sie diesen mit Honig ein. Honig mildert das Salz und schmeckt auf einem Braten sehr lecker. Ist Ihnen zu viel Salz in eine Suppe oder eine Sauce gefallen, erhöhen Sie den Flüssigkeitsgehalt. Strecken Sie die Suppe/ Sauce mit mehr Sahne oder mehr Brühe. Sahne und Creme Fraiche wirken Wunder, wenn Ihnen ein wenig zu viel Salz in die Speisen geraten ist.

Zu dünne Sauce: Ist Ihnen die Sauce zu dünn geraten, greifen Sie entweder zum Saucenbinder, oder warten Sie einfach zehn Minuten. Die Flüssigkeit wird sich von ganz allein binden, da das Wasser verkocht. Was übrig bleibt, ist schließlich eine sämige Sauce.

4.3 Backen leicht gemacht

Ein selbstgebackener Kuchen, der herrlich frisch duftet und das ganze Haus mit diesem Duft erfüllt, ist ein wahrhaftiger Gaumenschmaus. Wie Sie Ihren Lieblingskuchen mit wenigen Haushaltstricks und Kniffen spielend leicht selber backen, erfahren Sie im Folgenden.

Verwenden Sie in jedem Fall Margarine und keine Halbfettmargarine. Margarine löst sich, ähnlich wie Butter, beim Erhitzen auf. Sie wird gern zum Backen genommen, weil sie nur halb so wenige Kalorien wie Butter beinhaltet. Halbfettmargarine flockt beim Erhitzen, sie ist zum Backen und Kochen nur bedingt zu empfehlen. Als Brotaufstrich eignet sie sich jedoch hervorragend.

Der Geschmack von frischen Brötchen ist einmalig. Am zweiten Tag schmecken sie leider nicht mehr so lecker. Dagegen können Sie jedoch etwas tun: Reiben Sie die Brötchen vom Vortag mit etwas Wasser ein und legen Sie sie für 7-10 Minuten in den Backofen. Dieser sollte bei 200°Celsius vorgeheizt sein. Nach Ablauf der Backzeit sind die Brötchen wieder frisch und knusprig.

Manchmal fällt der Lieblingskuchen im Ofen einfach zusammen und schaut nun kaum mehr ansehnlich aus. Das passiert aber nur dann, wenn Sie in Ihrem Kuchen Backpulver verwendet haben. Der Teig, welcher Backpulver beinhaltet, darf nicht durch kalte Luftveränderungen gestört werden. Öffnen Sie also die Backofentür, um nachzuschauen, wie es Ihrem Kuchen geht, so dringt kalte Luft ins Innere des Ofens. Schauen Sie von nun an durch die geschlossene Ofenscheibe und begutachten Sie Ihren Kuchen aus sicherer Entfernung.

5 Reparaturen im Haushalt

Manchmal tropft der Wasserhahn, der Abfluss ist verstopft, oder der schicke Wohnzimmerteppich wird von einem unansehnlichen Brandloch verziert. Diese kleinen Dinge des Haushalts erfordern ein wenig Geschick und die richtige Herangehensweise. Durch eben dieses können Sie sich im besten Fall viel Geld sparen, denn Sie benötigen keinen teuren Handwerker. Ein paar gekonnte Handgriffe und der tropfende Wasserhahn ist Geschichte. Lesen Sie die folgenden Haushaltstipps, die Ihnen kleine Reparaturen erleichtern werden. Eventuell finden Sie sogar Spaß am Heimwerken und suchen sich fortan eigene "Projekte".

5.1 Bohren & nageln

Nageln: Sie sind in eine neue Wohnung gezogen und wollen herausfinden, ob sich Nägel in den geweißten Wänden befinden. Oftmals sieht man diese nicht mehr, da die Nägel übergestrichen oder überstrapaziert wurden. Nehmen Sie einen Magneten zu Hilfe, dieser

findet jeden noch so kleinen Nagel. Kleben Sie zwei durchsichtige Klebestreifen über Kreuz auf die Stelle, an der Sie Bohren oder Nageln wollen. Das verhindert, dass der Putz abbröckelt. Effektives Nageln ist nicht schwer: Setzen Sie den Nagel richtig an und treiben Sie ihn mit abwechselnder Rechts- und Linksschräglage in die Wand, oder ins Holz. Um Ziernägel zu schützen, kleben Sie ein wenig Kreppband auf den Kopf des Hammers. So wird der dekorative Ziernagel nicht zerstört.

Bohren: Beim Bohren kann man sich leicht verschätzen, was die Tiefe der Löcher angeht. Buntes Klebeband, welches Sie um den Bohrer wickeln, hilft beim Bohren. Wenn Sie durch Fliesen bohren, sollten Sie zunächst sanft Ankörnen, vorsichtig durchbohren bei möglichst niedriger Drehzahl und schließlich schnellbohren. Damit Sie nicht abrutschen, heften Sie ein Krepp- Klebeband an die zu bohrende Stelle. Gegen lästigen Bohrstaub kann der Staubsauger Abhilfe schaffen. Wenn möglich bohren Sie also zu Zweit, einer betätigt den Bohrer, der andere den Staubsauger. Sollten Sie allein bohren, bringen Sie eine kleine Tüte mithilfe eines Klebestreifens unter dem Bohrloch an. So fällt der Staub geradewegs dort hinein und nicht auf den Boden. Sie sollten vor dem Bohren stets überprüfen, wo sich Stahlträger oder elektrische Leitungen befinden. Benutzen Sie dafür einen Metallsucher. Wird dieser fündig, leuchtet ein Lämpchen auf und so wissen Sie, dass Sie an dieser Stelle nicht bohren sollten.

5.2 Malern

Die Wände sind das Kleid eines jeden Raumes. Manch einer mag sie in reinem Weiß getunkt, ein anderer schwört auf satte, strahlende Farben. Wie auch immer, die Wände müssen gemalert werden und der Umgang mit Farbe und Pinsel will gelernt sein.

Tapete entfernen: Streichen Sie nicht einfach so über Ihre Raufasertapete. Sie wissen nicht, wie lange diese Tapete bereits an den Wänden haftet. Am besten entfernen Sie diese Tapete mit einem Spachtel. Vorher sollten Sie sie mit einem Zerstäuber mit Wasser benetzen, so löst sie sich einfacher.

Auf den Untergrund kommt es an: Löcher, Risse und andere Beschädigungen in der Wand sollten mit Spachtelmasse oder Gips aufgefüllt werden. Zur besonderen Verstärkung legen Sie ein Fugenband über die aufgefüllte Stelle, tragen Sie nun noch einmal eine dünne Schicht der Spachtelmasse auf. Nach dem Trocknen wird die Stelle mit Schleifpapier geschliffen und schließlich grundiert.

Gibt es einen unschönen Abstand zwischen Wand und Türrahmen: Schließen Sie diesen unbedingt mit Acryl und nicht mit Silikon. Letzteres lässt sich nämlich nicht mit Farbe überstreichen.

Zunächst die Ecken und Kanten zuerst malern: Die Malerrolle dringt nicht in Ecken und Kanten, also sollten Sie diese mit einem dünnen Pinsel vorstreichen. Drei Zentimeter in die Decke, sowie ins Rauminnere genügen bereits.

Malern Sie anschließend die Decke: Streichen Sie entgegen der Fenster, damit das Licht die Farbe nicht zu schnell trocknet.

Streichen Sie nun die Wände, beginnen Sie am Fenster. Arbeiten Sie rasch, so dass die Farbe nicht zu schnell trocknen kann. Rollen Sie mit der Farbrolle von unten nach oben, so verhindern Sie unangenehme Farbspritzer. Achten Sie auf eine gleichmäßige Farbschicht, sie darf nicht zu dick sein, andernfalls entstehen unansehnliche Nasen.

5.3 Tipps für Küchen- und Badreparaturen

Die nun folgenden Haushaltstipps sind Beispiele für kleinere und schnell zu erledigende Badreparaturen. Sie benötigen dazu kein spezielles, sondern einfaches Werkzeug, welches Sie für ein paar Euro im Baumarkt Ihres Vertrauens erstehen können.

5.3.1 Wasserhahn austauschen

Zunächst schließen Sie die Wasserzufuhr am Eckventil und ziehen dann den Griff des Wasserhahns ab. Mit einem passenden Schraubenschlüssel lösen Sie das Ventil. Eine Dichtung, auch Hahnscheibe genannt, ist häufig für das Tropfen Ihres Wasserhahnes verantwortlich. Gesichert wird die Dichtung mit einer Mutter, diese lösen Sie ebenfalls mit dem Schraubenschlüssel. Tauschen Sie nun die Dichtung aus und bauen Sie den Wasserhahn wieder zusammen.

5.3.2 Siphon reinigen

Nehmen Sie eine Rohrzange zu Hilfe und lösen Sie den U-förmigen Bogen unterhalb Ihres Waschbeckens. Stellen Sie vorher einen Eimer unter den Bogen, es kann passieren, dass Wasser austritt. Nehmen Sie den Bogen ab, rinnt das Wasser in den Eimer. Nehmen Sie eine Flaschenbürste zu Hilfe und entfernen Sie die Verschmutzungen aus dem U-Bogen. Auch das Rohrende, welches aus der Wand ragt, sollte gereinigt werden. Reinigen Sie am Ende auch den Stutzen, welcher sich unter dem Abfluss befindet. Drehen Sie dazu den Wasserhahn auf, vergessen Sie jedoch nicht, einen Eimer unterzustellen. Verschrauben Sie den Siphon nun wieder fachgerecht und vergessen Sie nicht, eine Dichtung zwischen jede einzelne Schraubverbindung zu legen.

5.4 Werkzeuge

Werkzeuge benötigt man im Haushalt, ohne geht es nicht. Und sei es nur um ein hübsches Bild an der Wand aufzuhängen, oder den verstopften Abfluss zu reinigen. Dann kaufen Sie sich ein neues Regal und können es nicht zusammenschrauben, weil Sie keinen passenden Schraubendreher parat haben. Was Sie beim Kauf von Werkzeugen beachten sollten, wird im Folgenden erläutert.

Elektrische Geräte sollten mit einem VDE- Zeichen ausgestattet und schutzisoliert sein. Erkennen Sie ein GS- Zeichen, ist das Gerät ebenfalls in Ordnung. Testen Sie nun, ob das Werkzeug gut in der Hand liegt. Machen Sie von Ihrem Beratungsanspruch Gebrauch und lassen Sie sich alles Wissenswerte zu diesem Gerät erzählen und fragen Sie anschließend, ob Sie einen Test durchführen dürfen. Niemand kauft heutzutage mehr die Katze im Sack. Überprüfen Sie, ob alle Teile sicher befestigt sind.

Auch bei Werkzeugen und Baumaschinen bewahrheitet sich der Spruch: "Wer billig kauft, kauft zweimal." Achten Sie auf Qualität, denn diese macht sich bezahlt und spricht außerdem für Ihre Sicherheit. Wägen Sie ab, wie oft Sie ein Werkzeug tatsächlich gebrauchen. Benutzen Sie die Bohrmaschine nahezu täglich, sollte sie von hochwertigem Material und ausgezeichneter Qualität sein.

Lesen Sie nach dem Kauf Ihres Werkzeuges sorgfältig die Bedienungsanleitung durch. Hier finden Sie nicht nur Tipps zum sicheren Arbeiten, sondern auch Tipps zum effizienten Arbeiten.

6 Waschen & Bügeln

Wäsche waschen ist heutzutage keine große Herausforderung mehr. Es gibt mittlerweile vollautomatische Waschmaschinen, die jeder Hausfrau/ jedem Hausmann das Leben erleichtern. Die Zeiten der Waschbretter und Schleudern sind endgültig vorbei. Dennoch sollte man nicht alles wild durcheinander waschen, es gibt bestimmte Regeln. Wer einige der nun folgenden Haushaltstipps beherzigt, wird eine Weile Freude an seinen liebsten Kleidungsstücken haben.

Sammeln Sie die Wäsche und lüften Sie Hemden und Blusen, die nicht schmutzig sind gut durch. Manchmal genügt es ein Hemd, ein sauberes, aber getragenes Kleid oder eine Bluse über Nacht an die frische Luft zu hängen. Am nächsten Tag riechen die Sachen wie frisch gewaschen und können noch einmal angezogen werden.

Waschen Sie nicht bei 90 Grad. Das hält die Kleidung von heute kaum mehr aus. 30 Grad, hin und wieder 40 Grad und einmal im Monat 60 Grad, das sind die Temperaturen, die Sie Ihrer Wäsche zumuten können.

Erkundigen Sie sich wie hoch der Wasserhärtegrad in Ihrer Umgebung ist. Ist das Wasser bei Ihnen sehr hart, sollten Sie einen Kalklösertab zu jeder Wäsche hinzu geben.

Sind Sie im Besitz eines Wäschetrockners, brauchen Sie keinen Weichspüler beim Waschen zu verwenden. Der Trockner sorgt dafür, dass Ihre Wäsche kuschlig weich wird.

Waschen Sie Ihre Bettwäsche immer in Sets. Die Ausnahme bilden andersfarbige Bettlaken. Diese sollten dann separat gewaschen werden.

Soll Ihre nicht mehr ganz weiße Wäsche wieder weiß werden? Dann geben Sie einen Spritzer Natron in die Waschmaschine. Sie werden sich wundern, in welchem reinen Weiß Ihre Wäsche schließlich wieder erstrahlt.

Für Flecken ganz besonderer Art gibt es im Handel entsprechende Fleckenmittel. Bei richtiger Anwendung sind nicht einmal Rotweinflecken schlimm.

6.1 Was, wann & wie?

Wann Sie Ihre Wäsche waschen, bleibt Ihnen überlassen. In manchen Familien gibt es Waschtage, andere waschen nach Lust und Laune oder Wetterlage. In Großfamilien muss jeden Tag gewaschen werden, dort steht die Waschmaschine gar nicht still. Grundsätzlich hat jeder seine eigenen Marotten und Angewohnheiten, was das Waschen angeht. Nur auf die lange Bank sollten Sie es nicht schieben, ansonsten stehen Sie einmal ohne Kleidung da.

6.2 Handwäsche

In Wollpullovern steht im Etikett geschrieben: "Handwäsche". Daran sollten Sie sich halten. Generell sollten Sie reine Wolle nie in der Waschmaschine quälen. Sie verliert ihre Form und ist schließlich nur noch schlabbig und unansehnlich. Nehmen Sie für die Handwäsche jedoch nicht zu viel Waschmittel. Der viele Schaum erschwert die Handwäsche nämlich enorm.

Ist Ihnen dennoch etwas zu viel Waschmittel in die Handwäsche geraten, streuen Sie einfach ein wenig Talkumpuder auf den Schaum. Dieser bildet sich zurück und die Handwäsche kann getrost weitergehen. Sie müssen kein neues Wasser einlassen, sparen sich Wasser, Zeit und Nerven.

6.3 Maschinenwäsche

Waschen Sie weiße Wäsche tatsächlich nur mit weißer Wäsche und Vollwaschmittel. Ebenso sollten Sie farbige Kleidung nur mit farbiger Kleidung waschen. Unterscheiden Sie hier zwischen dunkler und heller Wäsche. Benutzen Sie zum Waschen von farbiger Wäsche auf jeden Fall Colorwaschmittel.

Waschen Sie Jeans, Hemden und Pullover niemals bei 60 Grad. 30 oder 40 Grad genügen völlig, um die Kleidung sauber und rein zu bekommen. Passiert Ihnen dennoch ein Ungeschick und Sie waschen die Hosen oder Pullover bei 60 Grad, kann es sein, dass sie fortan ein wenig zu klein sind und kaum mehr passen werden.

6.4 Bügeln

Bügeln ist eine Kunst, die gelernt sein will. Damit Sie diese hohe Kunst besser verstehen können und gegebenenfalls richtig anwenden können, folgen nun einige wertvolle Haushaltstipps in Sachen bügeln.

Lassen Sie vor dem Bügeln einige Male den Dampf aus dem Bügeleisen. Das ist wichtig, um das Dampfbügeleisen zu entkalken. Vergessen Sie diesen Vorgang, wird der Kalk geradewegs auf Ihre Kleidung rieseln.

Legen Sie über ein Bügelbrett eine Moltonwindel. Dadurch wird die Hitze beim Bügeln stärker zurückgegeben und Sie sparen dabei Strom.

Der richtige Druck macht's. Ist das Bügeleisen schwerer, übt es mehr Druck auf die zu bügelnde Kleidung aus. Somit geht das Bügeln schneller.

Auf dem Etikett von Hemden und Kleidungsstücken finden Sie die entsprechende Bügeltemperatur.

Stellen Sie sich Ihr Bügelbrett so ein, dass Sie nicht die ganze Zeit in gebückter Haltung bügeln müssen. Das schont den Rücken.

Wichtig ist, die Wäsche vor dem Bügeln zu sortieren. Bügeln Sie empfindliche Textilien zuerst, denn das Bügeleisen ist zu Beginn des Vorgangs noch nicht sehr heiß. Hat das Bügeleisen seine volle Temperatur entfaltet, bügeln Sie Leinenkleidung und Baumwollwäsche. Andere kleinere Textilien können Sie mit der Restwärme des Bügeleisens bügeln, nachdem Sie das Eisen vom Strom genommen haben.

Haben Sie plötzlich keine Zeit mehr zum Bügeln, so legen Sie die feuchten Kleider in die Gefriertruhe oder in den Tiefkühlschrank. Am nächsten Tag tauen Sie die Wäsche auf und können mit dem Bügeln fortfahren.

Geben Sie ein wenig Herrenparfum in die Sprühflasche, wenn Sie vorhaben die Hemden Ihres Mannes zu bügeln. Das Parfum lässt die Hemden leichter bügeln und hinterlässt einen angenehmen Duft. Alternativ können Sie auch einen Spritzer Weichspüler in die Sprühflasche geben, das erleichtert das Bügeln ebenfalls um ein Vielfaches.

6.5 Schuhe pflegen

Schuhe werden von uns Menschen am intensivsten genutzt. Wir tragen kein anderes Kleidungsstück so häufig wie Schuhe. Da ist es verständlich, dass die Treter entsprechend gepflegt werden müssen. Sie erwarten viel von Ihren Schuhen: sie sollen bequem sein, schick aussehen, im Winter sollen sie Ihre Füße warm halten, sie sollen keinen Schweißgeruch

fördern, und, und, und. Doch wie kann man seinen Schuhen etwas Gutes tun, ihnen das Leben verlängern?

6.5.1 Pflege von Glattlederschuhen

Trocknen Sie Ihre Glattlederschuhe nach dem Tragen auf einem Schuhspanner. Somit kann sichergestellt werden, dass Reste von Fußschweiß ihren Weg aus dem Schuh finden. Stellen Sie den Schuhspanner möglichst nicht in Nähe einer Heizung auf, da Hitze das Leder brüchig werden lässt.

Reinigen Sie Ihre Schuhe mittels einer weichen Bürste oder einem Haushaltstuch, welches mit warmem Wasser angefeuchtet ist. Cremen Sie die Schuhe nun mit einer Schuhcreme ein. Kenner schwören auf eine Palmwachscreme, denn diese bietet den Glattlederschuhen einen stärkeren Schutz gegen äußere Einwirkungen wie Nässe und Kälte. Tragen Sie die Creme mit einem Baumwolltuch auf, da Baumwolle keine Fusseln auf Ihrem Schuh hinterlässt. Sind die Schuhe getrocknet, werden sie mit einem Stofflappen poliert. Nun erstrahlen die Schuhe wieder in neuem Glanz und sind gegen Schmutz, Wind und Wetter optimal gewappnet.

6.5.2 Pflege von Raulederschuhen

Bei einem Raulederschuh verwenden Sie für die Pflege natürlich keine Schuhcreme, sondern ein Imprägnierspray. Eine Imprägnierung bietet optimalen Schutz gegen äußere Einflüsse wie Nässe, sorgt allerdings nicht dafür, dass die Schuhe plötzlich wasserfest sind. Generell gilt: Raulederschuhe sollten Sie nur bei trockenem Wetter tragen. Imprägnieren Sie den ganzen Schuh, samt Sohle und sprühen Sie am besten, wenn der Schuh leicht feucht ist.

6.6 Fleckentfernung

Natürlich können Sie chemische Fleckenmittel aus dem Supermarkt benutzen, doch oftmals haben Sie diese nicht im Haus, wenn sie gebraucht werden. Glücklicherweise können Sie hier auf die altbewährten Hausmittel aus Großmutter's Zeiten zurückgreifen.

Wein und Blut: Streuen Sie etwas Salz auf die Flecken und lassen Sie das Salz eine Weile arbeiten. Es entzieht den Stoffen nämlich Feuchtigkeit und ist somit der Fleckenkiller Nummer eins. In besonders hartnäckigen Fällen eignet sich auch Alkohol, um Blutflecken zu entfernen. Behutsam den Fleck mit Alkohol betupfen und schließlich in der Waschmaschine waschen.

Ölflecken: Das Zauberwort lautet Butter. Reiben Sie in den Ölfleck Butter und waschen Sie anschließend die Kleidung wie gewohnt in der Waschmaschine. Für ganz spezielle Ölflecken verwenden Sie bitte ein wenig Waschbenzin, achten Sie aber auf die Dosierung, denn Waschbenzin kann sehr aggressiv sein.

Grasflecken: Geben Sie ein wenig Essigessenz, Spiritus oder Zitronensaft auf die zu behandelnde Stelle und waschen Sie die Kleidung anschließend in der Waschmaschine, bei der höchstmöglich angegebenen Temperatur.

Kaugummi entfernen: Legen Sie die Kleidung mit dem hartgewordenen Kaugummi ins Tiefkühlfach. Nach einem Tag können Sie den Kaugummi ganz leicht abkratzen. Sollten dennoch Rückstände auf der Kleidung bleiben, hilft ein wenig Spiritus, welchen man vorsichtig in die Stelle einreibt.

Deoflecken: Weichen Sie die Stellen, die von gelben oder weißen Deoflecken betroffen sind, in Zitronensaft ein. Alternativ können Sie auch Gebissreiniger benutzen. Hemdkragen, die nicht mehr weiß sind, bekommen Sie mit diesen Mittel ebenfalls wieder strahlend rein.

Schweißflecken: Streuen Sie etwas Backpulver auf die Stellen Ihrer Kleidung, an denen sich Schweißränder breit gemacht haben und lassen Sie das Pulver eine Nacht lang einwirken. Eine andere Möglichkeit besteht darin die Schweißflecke in einem Mix aus warmem Wasser und Essigessenz einzuweichen. Am nächsten Tagen waschen Sie die Kleidung in der Waschmaschine und werden vom Ergebnis überrascht sein.

7 Sparen

Irgendwo gibt es immer Potential zum Sparen. Sicherlich findet man auch bei Ihnen einen Verschwender, ist er auch noch so winzig.

Beschaffen Sie sich einen Überblick über Ihre Versicherungen. Heutzutage ist die Angebotsvielfalt vieler Versicherungen enorm und Sie können manchmal hunderte von Euros sparen, wenn Sie Ihre Versicherung wechseln. Nutzen Sie dazu Vergleichsportale im Internet, diese bieten einen kostenlosen Versicherungsrechner an, mit welchem Sie innerhalb weniger Minuten herausfinden, ob und wie viele Euros Sie sparen können.

Vergleichen Sie auch die Banken untereinander. Wir leben mittlerweile im 21. Jahrhundert und es gibt mehr als nur zwei Banken. Heutzutage regeln viele Menschen ihre Bankgeschäfte über das Internet. Man spricht hierbei von Online- Banking. Diese Online- Banken verzichten auf überteuerte Kontoführungsgebühren und bieten dennoch einen guten Service an. Machen Sie auch hier einen Vergleichstest und lassen Sie sich überraschen, wie viel Geld Ihnen letztlich bleiben könnte.

Entrichten Sie Ihre Versicherungsbeiträge jährlich. Sie können damit über 35% sparen, gegenüber einer viertel-, oder halbjährlichen Zahlweise. Sollten Sie bis dato noch kein Haushaltsbuch führen, sollten Sie schleunigst damit anfangen. Sie erhalten nicht nur einen Überblick über Ihre Finanzen, sondern auch ein gutes Gefühl im Umgang mit Ihrem Geld. Am

Ende des Monats müssen Sie sich nicht fragen, wohin Ihr schwerverdientes Geld hin verschwunden ist. Ihr Haushaltsbuch wird es Ihnen zeigen.

Sie mögen Filme? Dann leihen Sie sich diese in der Videothek aus, anstatt sie im Fachhandel zu kaufen. Mittlerweile gibt es unzählige Videotheken, so dass man sich beinahe jeden Film ausleihen kann. Auch Gartengeräte und schwere Werkzeuge können Sie ausleihen, wenn Sie wissen, Sie werden die Geräte ohnehin nur ein- bis zweimal beanspruchen.

Medikamente sind teuer. Greifen Sie auf die altbewährten Hausmittelchen, wie Wadenwickel, Kräuterbad und Salbeitee zurück, anstatt viel Geld für Chemie über die Ladentheke zu blättern.

Brauchen Sie neue Möbel, weil die alten bald auseinanderfallen? Dann handeln Sie mit den Warenhäusern. Lassen Sie sich nicht auf eine überteuerte Ratenzahlung mit unverschämten hohen Zinsen ein. Die meisten Möbelhäuser werden Ihnen entgegenkommen, weil sie ebenfalls an Ihrem Kauf profitieren werden. So, oder so.

7.1 Strom sparen

Schaffen Sie sich Energiesparlampen an, Ihre Stromrechnung wird sich erkenntlich zeigen. In Räumen, in denen Sie sich für gewöhnlich nicht sehr lang oder nicht so häufig aushalten, lohnen sich Energiesparlampen nicht. Leuchtstoffröhren sind ebenfalls zu empfehlen, wenn Sie Strom sparen wollen. Das Licht ist gewöhnungsbedürftig, spart dafür aber bares Geld. Nutzen Sie Edelstahlöpfe beim Kochen. Diese speichern die Hitze länger und verbrauchen somit weniger Energie. Bedecken Sie die Töpfe auch stets mit Deckeln, somit wird die Hitze nicht einfach abgegeben und Energie nicht verschwendet. Stellen Sie heißes Essen in den Kühlschrank, so muss dieser viel Energie aufwenden, um die Temperaturen im Inneren auszugleichen. Also: Lassen Sie das Essen abkühlen und stellen Sie es danach in den Kühlschrank. Benutzen Sie die Waschmaschine und den Geschirrspüler nur in voll ausgelastetem Zustand. Egal wie viel Geschirr/ Wäsche Sie in der Maschine haben, die Wassermenge, die bereitgestellt wird, ist dieselbe.

7.2 Wasser sparen

Ersetzen Sie Ihren alten Durchlauferhitzer durch einen neuen. Natürlich müssen Sie dafür zunächst selbst tief in die Tasche greifen, doch diese Ausgabe macht sich bezahlt. Das Wasser wird schneller erhitzt, sie verschwenden viel weniger als vorher und haben schneller warmes Wasser. Duschen Sie häufiger, ein Wannenbad verbraucht Unmengen von Wasser. Lassen Sie das Wasser während des Zähneputzens nicht laufen. Gießen Sie vorher etwas Wasser in einen Becher und spülen Sie anschließend damit den Mund aus. Spülstopper im WC-Kasten sparen ebenfalls Wasser, da man den Spülvorgang damit maßgeblich beeinflussen kann. Benutzen Sie das Wasser, welches Sie zum Kochen von Eiern und Gemüse

benutzt haben, zum Blumengießen. Voraussetzung ist natürlich, dass das Wasser frei von Salz ist. Über Regenwasser, welches in Tonnen oder Eimern aufgefangen wird, freuen sich Ihre Blumen auch. Wasser muss nicht zwangsläufig aus dem Wasserhahn kommen.

7.3 Heizkosten sparen

Bevor Sie duschen gehen, öffnen Sie die Fenster. So kann die Feuchtigkeit nach draußen gelangen und das Bad kühlt nicht so schnell aus, als wenn Sie das Fenster nach dem Duschen ewig offen lassen. Eine gute Temperatur in Wohn- und Arbeitsräumen liegt bei 20 Grad. Lüften Sie nur kurz, wenn es draußen regnet. Dringt die feuchte Luft von draußen in Ihren Wohnraum, wird mehr Energie benötigt um diese zu erwärmen. Vergewissern Sie sich, ob die Dichtungen an Ihren Fenstern in Ordnung sind. Bares Geld fliegt Ihnen zum Fenster hinaus, wenn diese undicht sind. Reduzieren Sie die Temperaturen in Küche und Schlafraum auf 18 Grad. Vermeiden Sie gekippte Fenster während des Heizvorgangs. Stellen Sie stattdessen mehrmals am Tag die Heizung für maximal zehn Minuten ab und lüften Sie in dieser Zeit einmal kurz und effektiv. Lassen Sie der Heizung Platz zum Atmen. Legen Sie keine Gegenstände oder Dekorationen auf die Heizung, andernfalls kann diese die Luft nicht zirkulieren und verbraucht mehr Energie.

7.4 Sparen beim Einkaufen

Beim Einkauf können Sie ebenfalls bares Geld sparen und das ist, offen gestanden, gar nicht so schwierig. Beherrzigen Sie folgende Haushaltstipps und Sie werden sehen, wie viel Geld nach dem Einkauf im Portemonnaie übrig bleibt.

Kaufen Sie saisonales Obst und Gemüse. Erdbeeren sind im Juni deutlich günstiger, als im Februar. Spargel kostet in den Wintermonaten ebenfalls ein Vermögen. Achten Sie auf diese Unterschiede und die ersten Euros sind gespart.

Gehen Sie niemals hungrig einkaufen. Dadurch entstehen nachgewiesenen Hamsterkäufe. Die gekauften Lebensmittel können oftmals nicht gegessen werden, weil das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten wurde und landen schließlich im Müll.

Nutzen Sie die Happy Hour beim Einkaufen. Ja, eine Happy Hour gibt es nicht nur in Bars und Kneipen, sondern auch in Bäckereien und Fleischereien. Probieren Sie es aus und gehen Sie kurz vor Ladenschluss einkaufen. Obst, Gemüse und Teigwaren sind manchmal bis zu 70% reduziert, weil sie am Folgetag nicht mehr verkauft werden dürfen. Bevor also die guten Lebensmittel weggeworfen werden, werden sie dem Verbraucher günstiger angeboten.

Achten Sie auf das Haltbarkeitsdatum. In einigen Supermärkten werden Produkte, wie Hackfleisch oder Würstchen billiger verkauft, wenn das Mindesthaltbarkeitsdatum bald abgelaufen ist. Ersparnisse von bis zu 50% sind drin. Diese Lebensmittel können Sie einfrieren und auftauen, wenn Sie tatsächlich den Bedarf danach haben.

Vergleichen Sie die Angebote untereinander. In nahezu jeder Region gibt es Angebotsprospekte von verschiedenen Lebensmitteldiscountern. Vergleichen Sie die Preise der einzelnen Discounter und sparen Sie auch hier bares Geld.

8 Fazit

Beherrzigen Sie einige von diesen Haushaltstipps, so können Sie Ihr Leben auf Dauer erleichtern. Regeln müssen nicht immer negativ behaftet sein, oftmals strukturieren sie unser Leben und sorgen dafür, dass wir gut organisiert sind. So verhält es sich mit dem Führen eines Haushaltsbuchs, Putzplänen, kleineren Reparaturen und vielen anderen Hausarbeiten auch. Sie können ewig auf die lange Bank geschoben werden, geistern uns aber dennoch im Kopf herum. Sind die Arbeiten erledigt, ist das Gewissen beruhigt und man hat den Kopf wieder frei für andere, wichtigere Dinge des Lebens.