

LENGVAS BŪDAS TVARKYTIS BE NAMŲ CHEMIJOS

Sutaupykite iki
90 %
išlaidų buities
priemonėms ir sumažinkite
kasdienį cheminių
medžiagų poveikį.



óbuolys

**LENGVAS BŪDAS
TVARKYTIS
BE NAMŲ
CHEMIJOS**



Turinys

Ižanga	7
1 SKYRIUS. 5 sprendimai, o ne 40 buteliukų	11
2 SKYRIUS. Švaros mitas ir dezinfekcijos baimė	19
3 SKYRIUS. Ką iš tikrųjų slepia etiketės	25
4 SKYRIUS. Soda – universaliausias namų pagalbininkas	31
5 SKYRIUS. Actas – rūgštis, kuri gražina pusiausvyrą	39
6 SKYRIUS. Citrinų rūgštis – švelnesnė, bet tikslesnė	47
7 SKYRIUS. Ūkiškas muilas – pamiršta klasika	55
8 SKYRIUS. Šiek tiek chemijos be chemijos baimės	63
9 SKYRIUS. Kodėl naminiai sprendimai kartais „veikia silpniau“	71
10 SKYRIUS. Virtuvė be agresyvios chemijos	77
11 SKYRIUS. Vonios kambarys ir kalkės	85
12 SKYRIUS. Skalbimas ir skalbiniai	93
13 SKYRIUS. Kvapai, gaiva ir „švaros pojūtis“	101
14 SKYRIUS. Kaip pradėti, neišmetant visko iš karto	109
15 SKYRIUS. Dažniausios klaidos ir nusivylimai	117
Vietoj pabaigos	123
PAPILDOMAS SKYRIUS. 10 GERŲ RECEPTŲ	131



Ižanga

Nauja nėra nauja –
mes tiesiog pamiršom, kas veikė

Jeigu atidarytumėte vidutinio buto ar namo spintelę po kriaukle, greičiausiai rastumėte tą patį vaizdą: dešimtis butelių, purškalo, gelių ir miltelių. Kiekvienas – „ypatingas“. Vienas skirtas stiklui, kitas – riebalams, trečias – kalkėms, ketvirtas – grindims, penktas – dėl kvapo, šeštas – dezinfekcijai. Visi žada tą patį: greitą, lengvą ir nepriekaištingą švarą.

Ir vis dėlto namai per šimtą metų nepasikeitė tiek, kiek pasikeitė jų valikliai. Riebalai vis dar yra riebalai. Kalkės – tos pačios kalkės. Purvas – tas pats purvas. Kvapai – nešvaros ar drėgmės pasekmė, o ne problema savaime. Pasikeitė ne nešvaros pobūdis, o tai, kaip mus išmokė apie ją galvoti.

Per kelis dešimtmečius valymas tapo sudėtingu ne todėl, kad taip reikėjo, o todėl, kad taip buvo patogų parduoti. Kiekvienai problemai atsirado „specialus sprendimas“, kiekvienam paviršiui – atskiras butelis. Kuo daugiau pasirinkimų, tuo daugiau painiavos. O kuo daugiau painiavos, tuo lengviau patikėti, kad be viso to neapsieisime.

Ši knyga prasideda nuo paprastos, bet šiandien beveik pamirštos minties: nauja dažnai reiškia tik iš naujo supakuota.

Dar prieš kelias kartas žmonės namus tvarkė turėdami vos kelias priemones. Ne todėl, kad neturėjo alternatyvų, o todėl, kad daugiau jų nereikėjo. Soda, actas, muilas, šiek tiek rūgšties ir vanduo sprendė didžiąją dalį valymo problemų. Ne idealiai. Ne sterilizuojančiai. Bet pakankamai gerai ir saugiai.

Šiandien tos pačios medžiagos dažnai laikomos „per paprastomis“, „per pigiomis“, „nepakankamai stipriomis“. Tarsi kaina būtų tiesiogiai susijusi su veiksmingumu. Tarsi tai, kas nebrangu, būtinai turėtų būti prasta.

Bet pigumas nėra problema. Problema – nežinojimas, ką, kaip ir kada naudoti.

Ši knyga nesiūlo grįžti atgal į „senovę“. Ji nesiūlo atsisakyti visko, kas modernu, ar gyventi be jokių patogumų. Ji nesiūlo fanatizmo, kraštutinumų ar tobulumo. Priešingai – ji siūlo atsirinkti. Atskirti, kada mums tikrai reikia stiprios, specializuotos chemijos. Ir kada jos visai nereikia. Daugeliu atvejų – dažniau, nei manome, – užtenka paprastų sprendimų. Tokių, kurie:

- yra saugesni kasdieniam naudojimui,
- kainuoja centus,
- neužima pusės spintelės,
- veikia ne blogiau, o kartais net geriau.

Šioje knygoje parodysiu, kaip lengvai ir be fanatizmo pakeisti apie 90 procentų buities chemijos paprastais, natūraliais ir prieinamais sprendimais. Ne per vieną dieną. Ne išmetant viską iš karto. O ramiai, logiškai ir savo tempu.

Tai knyga ne apie „ekologišką gyvenimą“. Tai knyga apie paprastesnius namus. Apie mažiau butelių. Mažiau kvapų, kurie slepia problemą. Mažiau pasirinkimų, kurie vargina. Ir daugiau supratimo, kodėl kartais lengvas būdas iš tiesų yra geriausias.

P. S. Ir taip – yra dar vienas dalykas, apie kurį dažnai nutylima. Paprastesnės valymo priemonės beveik visada reiškia ir mažesnes išlaidas. Ne todėl, kad ši knyga būtų apie taupymą. O todėl, kad nustojus pirkti po atskirą produktą kiekvienai smulkiai problemai, išlaidos tiesiog... išnyksta. Soda, actas, citrinų rūgštis ar ūkiškas muilas kainuoja centus, o jų užtenka mėnesiams. Kartais – metams.

Daugelis žmonių nustemba paskaičiavę, kiek per metus išleidžia buities chemijai. Ne vieną ar du pirkinius, o visus „smulkius“ papildymus, kurie atrodo nereikšmingi. Iki tol, kol sudedi viską į vieną sumą.

Šis pokytis neįvyksta per vieną savaitę. Bet laikui bėgant jis tampa akivaizdus: mažiau pirkinių, mažiau impulsyvių sprendimų, mažiau „reikia dar šito“. Ir daugiau pinigų dalykams, kurie iš tikrųjų svarbūs. Tai malonus šalutinis efektas. Ne tik švaresniems namams, bet ir ramesnei kasdienybei.

1 SKYRIUS

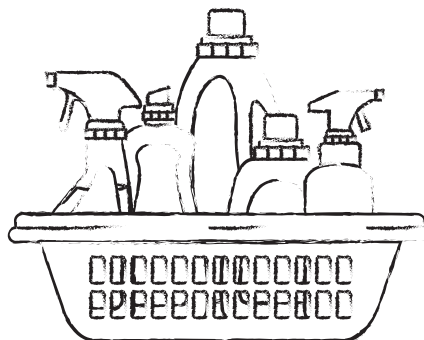
*5 sprendimai,
o ne 40 buteliukų*



Vienas paprastas eksperimentas gali pasakyti apie mūsų buitį daugiau nei bet kuri reklama. Atidarykite visas vietas namuose, kur laikote valymo priemonės: po kriaukle, vonios spintelėje, sandėliuke, balkone ar garaže. Sudėkite visus butelius į vieną vietą ir suskaičiuokite.

Rezultatas paprastai nustebina net tuos, kurie save laiko tvarkingais ir praktiškais žmonėmis. Vidutiniuose namuose susikaupia 30–40 skirtingų buities chemijos produktų. Kartais – dar daugiau. Ir tai nebūtinai dideli ar ypač intensyviai valomi namai. Tai tiesiog normalus šiuolaikinis rezultatas.

Svarbiausias klausimas čia ne „kodėl jų tiek daug“, o kaip tai tapo norma.



Kiek iš tikrųjų „chemijos“ naudojama vidutiniuose namuose

Didžioji dalis šių produktų nėra naudojami reguliariai. Kai kurie – tik kartą per kelis mėnesius. Kai kurie – vos kelis kartus per metus. Tačiau visi jie buvo nupirkti dėl labai konkreto pažiūros: šitas produktas išspręstų būtent šią problemą.

Laikui bėgant namuose atsiranda:

- keli panašūs, bet neidentiški purškalai,
- produktai „atsargai“,
- pusiau tušti buteliai, kurių galiojimo ar paskirties nebepprisimename.

Tai nėra atsitiktinumas. Tai nuspėjamas rezultatas sistemos, kurioje namų valymas suskaidomas į smulkias, atskiras užduotis, kiekvienai siūlant atskirą sprendimą.

Kaip atsirado valiklių fragmentacija

Dar prieš kelis dešimtmečius dauguma namų valymo problemų buvo sprendžiamos universaliai. Buvo aišku, kas tirpdo riebalus, kas šalina kalkes, o kas tiesiog padeda nuplauti purvą. Šiandien tas pats veiksmas – paviršiaus nuvalymas – dažnai skaidomas į dešimt skirtingų „specializuotų“ užduočių. Tai vadinama fragmentacija.

Vietoje vieno universalaus sprendimo atsiranda atskiri produktai:

- virtuvės stalviršiui,
- plytelėms,
- nerūdijančiam plienui,
- stiklui,
- laminatui,
- parketui,
- „jautriems paviršiams“,
- „ypač užsispyrusiems nešvarumams“.

Dalis šių skirtumų yra realūs. Dalis – visiškai dirbtiniai. Tačiau riba tarp jų dažnai pasimeta.

Fragmentacija naudinga gamintojams. Ji leidžia parduoti daugiau. Kiekvienas naujas „ypatingas atvejis“ tampa proga naujam buteliui. Vartotojui tai atrodo kaip rūpestis ir profesionalumas. Iš tikrųjų tai dažnai yra tas pats sprendimas, tik skirtingoje pakuotėje.

Kodėl kiekvienai vietai „reikia atskiro produkto“

Dauguma namų valymo problemų kyla ne dėl paviršiaus, o dėl nešvaros tipo. Riebalai lieka riebalais, nesvarbu, ar jie

ant viryklės, ar ant sienos. Kalkės lieka kalkėmis, nesvarbu, ar jos duše, ar arbatinuke. Tačiau etiketės mums siūlo galvoti kitaip.

„Specialiai pritaikytas“ skamba saugiai. Jis tarsi nuima atsakomybę nuo mūsų pačių. Jeigu produktas skirtas būtent šiai vietai, vadinasi, mums nereikia galvoti – tereikia purkšti.

Taip po truputį atprantame suprasti, kas vyksta, ir išmokstame tiesiog naudoti.

Šioje vietoje svarbu pasakyti aiškiai: problema nėra patys produktai. Problema yra mąstymo modelis, kuriame kiekviena smulkmena reikalauja atskiro sprendimo. Tai sukuria ne tik perteklines išlaidas, bet ir nuolatinį jausmą, kad namai reikalauja daugiau dėmesio, nei iš tikrųjų reikia.

Ką mes iš tikrųjų perkame: švarą ar ramybės jausmą

Didelė dalis buities chemijos perkama ne dėl realaus poreikio, o dėl emocinio efekto. Kvapas. Spalva. Žodis „aktyvus“. Pažadas, kad problema bus išspręsta greitai ir be pastangų. Mes perkame ne tik valiklį. Mes perkame ramybės jausmą. Tą jausmą, kad darome „teisingai“. Kad pasirūpinome. Kad pasirinkome tinkamą priemonę. Tai ypač stipriu aplinkoje, kurioje nuolat primenama apie bakterijas, mikrobus ir nematomas grėsmes.

Tačiau kai namuose atsiranda per daug sprendimų, ramybė dingsta. Atsiranda abejonių: ar tikrai šitas tinkamas? Ar čia galima purkšti? Ar ne per stipru? Ar nepažeis paviršiaus? Paradoksalu, bet kuo daugiau butelių, tuo daugiau nesaugumo.

Šios knygos tikslas nėra įrodyti, kad visi specializuoti produktai blogi. Jos tikslas – parodyti, kad daugumai kasdienių situacijų jų tiesiog nereikia. Kad vietoje keturiasdešimties butelių dažnai pakanka kelių aiškių sprendimų ir šiek tiek supratimo, kaip ir kodėl jie veikia.

Kitame skyriuje pradėsime ardyti šį mitą iš esmės – pažvelgsime į tai, kodėl švaros ir dezinfekcijos sąvokos taip dažnai painiojamos ir kokią kainą už tai mokame kasdien.

2 SKYRIUS

*Švaros mitas
ir dezinfekcijos baimė*



Švara šiandien retai reiškia tai, ką reiškė anksčiau. Ji nebėra tiesiog tvarka ar purvo nebuvimas. Šiuolaikiniuose namuose švara dažnai suprantama kaip sterilumas – būseną, kurioje viskas turi būti „nužudyta“, „pašalinta“, „neutralizuota“. Tai subtilus, bet labai svarbus pokytis. Dar visai neseniai pakako, kad namai būtų tvarkingi, išvėdinti, išplauti. Šiandien mums siūloma manyti, kad to neužtenka. Kad ant kiekvieno paviršiaus tyko nematoma grėsmė. Kad švara – tai kova. Ir kad be specialių priemonių mes jos nelaimėsime.



Kodėl „sterilūs namai“ nėra sveiki namai

Visiškai sterilūs namai egzistuoja tik laboratorijose. Ir net ten sterilumas palaikomas trumpai, labai konkrečiomis sąlygomis. Kasdienėje buityje jis ne tik nepasiekiamas, bet ir nereikalingas.

Žmogaus organizmas nėra sukurtas gyventi sterilioje aplinkoje. Priešingai – jis nuolat mokosi, prisitaiko ir stiprėja per sąlytį su aplinka. Dalis mikroorganizmų yra ne tik nekenksmingi, bet ir būtini. Jie egzistuoja ant mūsų odos, ore, ant paviršių, kuriuos liečiame kasdien.

Kai švara pradedama tapatinti su visišku mikroorganizmų sunaikinimu, atsiranda problema. Mes ne tik valome nešvarumus, bet ir bandome kontroliuoti tai, kas iš esmės nekontroliuojama. Tai sukuria nuolatinę įtampą: ar pakankamai nuvaliau? Ar tikrai saugu? Paradoksalu, bet kuo labiau siekiama sterilumo, tuo daugiau nerimo atsiranda.

Kada dezinfekcija reikalinga, o kada tai – rinkodara

Dezinfekcija turi savo vietą. Ji būtina:

- medicinos aplinkoje,
- slaugant sergantį žmogų,
- tam tikrose situacijose, kai yra reali infekcijos rizika.

Skaitykite likusius
122 iš **144** puslapių,
įsigiję šią knygą

www.obuolys.lt

KITI KNYGŲ FORMATAI:



klausykla.lt

**Audio
knyga**



**Elektroninė
knyga**

Vidutiniuose namuose šiandien randama apie 40 skirtingų buities chemijos buteliukų. Dauguma jų žada „kalnų gaivą“, „švarą be kompromisų“ ir „aktyvią apsaugą“. Tačiau retai kas pagalvoja, kad tai reiškia 40 cheminių mišinių, naudojamų kasdien – virtuvėje, vonioje, skalbiniuose, ore, šalia vaikų ir augintinių.

Švara dažnai kvepia. Tačiau kvapas nėra saugumo ženklas.

Dalis buities chemijos priemonių dirgina kvėpavimo takus, kaupiasi tekstilėje ir dulkėse, gali sukelti alergijas, o kai kurios pavojingos net ir mažais kiekiais, jei naudojamos nuolat.

Daugelis žmonių net nesuvokia, kad tokia problema egzistuoja.

„Lengvas būdas tvarkytis be namų chemijos“ siūlo ne receptus, o suvokimą, kiek iš tikrųjų nereikalingos chemijos yra mūsų namuose.

Knygoje rasite praktiškų patarimų, kaip:

- 40 buteliukų pakeisti keliais paprastais sprendimais,
- tvarkytis be agresyvių kvapų ir perteklinių priemonių,
- suprasti, kada chemija iš tiesų reikalinga, o kada – tik marketingas.

Čia nėra pamokymų, kaip „gyventi sterilioje aplinkoje“. Vietoje to:

- aiškos ribos ir paaiškinimai,
- konkretūs receptai ir proporcijos,
- profesionalūs patarimai, padedantys išvengti klaidų.

JUMS
TAIP PAT <
PATIKS




Skaityk.
Komentuok.
Sek.

linktr.ee/obuolys.lt

ISBN 978-609-484-967-1



Negražinė literatūra > Sveikata