

Nachhaltiger Frühlingsputz mit ChatGPT.



ChatGPT ▼



bitte tipps für den perfekten frühlingsputz



3-Tagesprogramm für den umweltfreundlichen Frühlingsputz @home

max. 2 Stunden pro Tag – mit nachhaltiger Wirkung!



Tag 1: Küche & Bad - Sauber mit Hausmitteln

Benötigte Reinigungsmittel/Hausmittel:

- **Essig(essenz)** oder Tafelessig
- **Natron** (Speisenatron / Backsoda)
- **Zitronensäure** (pulverförmig oder flüssig)
- **Neutralseife** (flüssig) oder Kernseife
- **Mikrofasertücher**
- **Alte Zahnbürste** (für Fugen & Ecken)
- **Sprühflasche** (zum Mischen von Essiglösungen)

To-Dos:

- **Kühlschrank:** mit Essigwasser auswischen
- **Backofen:** Natron + Wasser zu Paste → auftragen, einwirken, abwischen
- **Herdplatten & Ceranfeld:** mit feuchtem Tuch + Natron
- **Armaturen & Duschkopf:** mit Zitronensäure oder Essig entkalken
- **Toilette:** Natron einstreuen, Essig nachgiessen → aufschäumen lassen
- **Abflüsse:** 3 EL Natron + 100 ml Essig + 1 Liter heisses Wasser



Tag 2: Elektronik, Büro & Energiecheck

Benötigte Reinigungsmittel/Hausmittel:

- **Trockenes Mikrofaser Tuch**
- **(Optional) Isopropylalkohol 70%** – für Tastaturen & Mäuse (sparsam, nicht bei Bildschirmen!)
- **Sprühflasche mit Wasser-Essig-Mix (1:1)** – für Fenster
- **Zeitungspapier** – zum Trocknen von Glasflächen

To-Dos:

- **Geräte abstauben:** mit trockenem Mikrofaser Tuch
- **Tastatur & Maus:** mit leicht angefeuchtetem Tuch oder Alkohol
- **Fenster:** Essigwasser aufsprühen, mit Zeitung streifenfrei abreiben
- **Mehrfachstecker prüfen, Standby-Geräte ausschalten**
- **Alte Kabel & Technik recyceln** (lokale Sammelstelle)



Tag 3: Ausmisten & nachhaltig aufräumen

Benötigte Hilfsmittel (keine Chemie nötig):

- Kisten oder Taschen für Spenden/Weitergabe
- Papierkorb, Altpapierbehälter, Elektronikentsorgung
- Leere Schraubgläser oder Boxen - zur ordentlichen Aufbewahrung
- Optional: Etiketten oder Kreide zum Beschriften

To-Dos:

- **Kleider ausmisten:** für Spende, Tausch oder Onlineverkauf sortieren
- **Büro- und Wohnbereich:** Papiere sichten, digitalisieren oder entsorgen
- **Putzmittel prüfen:** aufbrauchen, nichts wegwerfen, nur bei Bedarf ersetzen
- **Utensilien** (Besen, Eimer, Tücher) reinigen und ordentlich lagern



Einkaufsliste (nachhaltige Basis-Ausstattung):

Hausmittel	Verwendung
Essig(essenz)	Entkalken, Fenster, Küchenflächen
Natron (Speisesoda)	gegen Gerüche, Backofen, Abflüsse
Zitronensaure	Kalk & Wasserflecken (Bad, Küche)
Neutralseife / Kernseife	Allzweckreiniger selbst herstellen
Mikrofasertücher	Wiederverwendbar, fusselfrei
Sprühflasche	für selbstgemachte Reiniger
Zahnbürste alt	Fugen, Ecken, Armaturen

Stelle irgendeine Frage



Suche



Starte Reasoning für



Bedag-Tipp:

Mach aus dem Plan DEINEN Plan und verrate ChatGPT wie du wohnst.

Schliesslich braucht eine WG-Bude etwas anderes als ein Haus mit Garten.

Eine saubere Sache.



Wir haben uns die Einkaufsliste geschnappt und in der **Naturdrogerie Bern** 10 Taschen mit allem Nötigen für deinen Frühlingsputz gefüllt. Christian Studer hat seine selbst hergestellte Seife dazugepackt.

Sichere dir jetzt dein hochoffizielles Bedag-Putzset für einen umweltfreundlichen Frühlingsputz mit einem Mail an hrservices@bedag.ch