

## Waskracht van Planten

De natuur met haar grote rijkdom is wonderbaarlijk – ze voorziet ons mensen en taalrijke andere bewoners met voedsel, medicijn, woonst, ambacht en meer. Het is fijn en belangrijk om dit samen te koesteren.

Ook bij je keuze van wasmiddelen is het niet enkel *leuk* maar waardevol en nodig om (zo vaak mogelijk) te letten op duurzame opties, waarbij de natuur vele mogelijkheden biedt (zonder ingewikkelde technologie). Dit heeft tegelijk invloed op je eigen gezondheid, je budget, je leefomgeving dichtbij en ver weg.

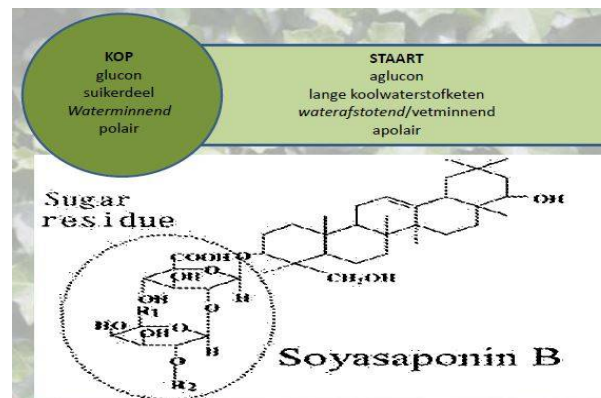
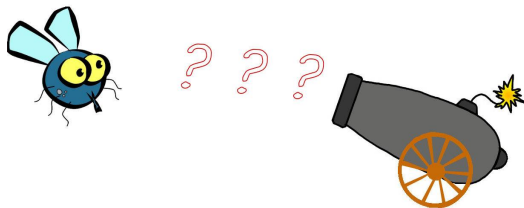
Een beetje moeite = de stap naar de tuin ipv grote supermarkt, kan veel verschil maken omdat alles uiteindelijk met elkaar samenhangt. Ecologische wasmiddel kunnen dus meer vrijheid en plezier betekenen, en meer verbondenheid met de natuur brengen. Je groeit in kennis & vaardigheid, hebt het heft meer in eigen handen en kunt bijdragen aan gezonde water/ lucht/ bodem/ toekomst.

En: Je bent er niet alleen in. Soms is het in het begin nog even wennen aan het nieuwe proces tot je het een plek op jouw manier in je alledaagse leven hebt geven. Eerst even beginnen bij het basisrecept en dan kan je snel variëren naar eigen zin en naar beschikbare middelen / planten.

Dus test en pas aan, met nieuwsgier en dankbaarheid over dit cadeau van de natuur! Je hoeft de recepten dus niet angstig met dogma te hanteren, maar als handig houvast gebruiken.

Sowieso geldt: Minder is meer. Dit principe kan je steeds erbij nemen – en vooral veel plezier erbij hebben! Maak er een Zen-moment van of familie-tijd, gelijk je maar wilt.

- Wat met wat, hoe & wanneer wassen?
- Chemie, mechaniek, temperatuur & tijd
- Wat leeft er rondom jou?

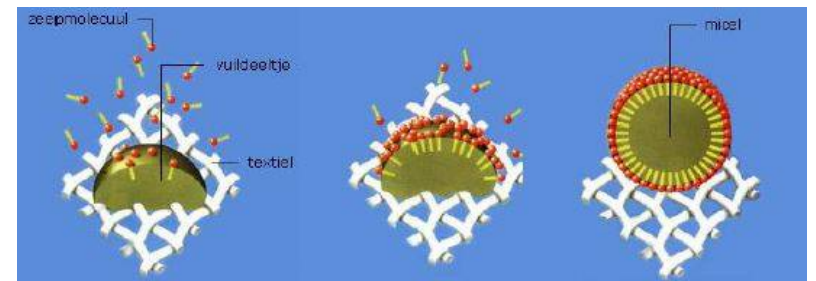


### In België heb je vooral keuze uit de volgende waskrachtige planten:

Gewone klimop (*Hederda helix*), Witte paardekastanje (*Aesculus Hippocastanum*), Zeepkruid (*Saponaria officinalis*), Koekoeksbloem (*Silene species*), Sneeuwbes (*Symphoricarpos albus laevigatus*), Schijnels (*Clethra alnifolia*), Boerenjasmijn (*Philadelphus species*), Karmozijnbes (*Phytolacca americana & acinosa*), Adelaarsvaren (*Pteridium aquilinum*)

### Meer info:

- “*Natuurlijke Waskracht. Plantaardige Zeepvervangers*” het volledige eindwerk van Heideliën Bultynck met veel achtergrond (geschiedenis, problematiek ivm gezondheid en milieu, bv nevenwerkingen van additieven, voorstelling van alle planten en recepten), contact via <https://www.rasayanavzw.be/>
- Workshopgever: Aline Sponholz – advies & ondersteuning om ieder zijn eigen tuin tot smakelijk & levendig paradijs om te toveren, praktisch aan de slag met lezingen & workshops, samenkomsten in de inspiratietuin [www.marjolein-vzw.be](http://www.marjolein-vzw.be) ook waskracht-tips via blog – met ook het eindwerk verlinkt: “**Proper was dankzij planten**” & “**ZeroWasteWash**”
- Transitie Mol & Balen: veel praktische tips & activiteiten <http://www.transitiemolbalen.be/praktische-tips.html> – o.a. proper poetsen, water besparen enz.
- Velt vzw: recensies van producten, tips, meer leuke activiteiten <https://www.velt.be/nieuws/maak-zelf-je-schoonmaakmiddelen>



## Basisrecept

Ingrediënten: 50 g verse bladeren van klimop (*Hedera helix L.*) + 1 liter water

Bereidingswijze: Rits de bladeren van de takken. Weeg 50g af en doe ze in een blender. Voeg er 1 liter water aan toe en mix. Giet het mengsel in een kookpot en breng zachtjes aan de kook. Laat nog 2 minuutjes zachtjes sudderen en haal de pot van het vuur. Giet het afgekoelde afkooksel door een (thee)doek en doe het gefilterde brouwsel in een fles.

Houdbaarheid: Dit afkooksel is enkele weken houdbaar op een koele plaats. De saponinen in klimop hebben schimmelwerende en antibacteriële stoffen, waardoor dit afkooksel relatief lang houdbaar is.

*In de recepten kan je het klimopafkooksel vervangen door een aftreksel/ afkooksel van een andere zeeplant die bij jou voorhanden is. Je zal echter wel wat moeten sleutelen aan de verhoudingen in het recept.*

## Afwasmiddel

Ingrediënten: 900ml klimopaftreksel (zie basisrecept) + 100ml citrusazijn

Bereiding: Snijd de schillen van je (biologische) sinaasappels, citroenen of andere citrusvruchten in kleine stukjes en doe ze in een bokaal. Druk ze goed aan en overgiet met een witte alcoholazijn van 8° tot de schillen onder staan. Zet het deksel op de bokaal en laat het trekken. Schud regelmatig. Zeef na vier weken het aftreksel, pers de schillen uit en vang de azijn op.

Meng dan klimopaftreksel met citroesazijn en doe het resultaat in een fles.

Dit afwasmiddel schuimt niet, maar is een effectieve ontvetter. Het is bovendien antibacterieel en schimmeldodend. Het product ruikt lekker fris en met dit recept geef je het keukenafval een tweede leven. Heb je echter geen citrusschillen in huis, kan je het azijn opzetten met kruiden zoals citroenverbena (*Aloysia triphylla*) dat gelijkaardige etherische oliën bevat (oa myrceen, limoneen, citral), citroenkruid (*Artemisia abrotanum*) of lavendel (*Lavandula vera*), enz.

Houdbaarheid: Dit wasproduct is minstens 1 jaar houdbaar.

## Wasmiddel

Uitsluitend plantaardige zeepstoffen zijn soms te mild om een volledig proper wasresultaat te bekomen. Kaliloog is daarom een krachtiger, doch natuurlijk middel. Het heeft een aangename geur, wast grondig en houdt de kleuren van je kleding in ere.

Als extra kan een klein lepeltje natriumbicarbonaat (bakzout) aan de was toegevoegd worden om het wit natuurlijk te laten stralen.

Ingrediënten: voor 1 liter wasmiddel

6 kopjes houtas

2 liter (regen)water of klimopaftreksel

3 druppels etherische olie van ceder (of andere)

Bereiding: Doe eerst je rubberen handschoenen aan. Giet de houtas uit je kachel, uiteraard enkel van natuurlijk verbrand hout, door een zeef. Zo haal je de houtskooltjes, nagels en andere onreinheden uit de as. Meet vervolgens de zuivere houtas af en doe die in een emmer. Overgiet de as met (regen)water (=voor witte was) of klimopaftreksel (= voor donker textiel). Laat het mengsel minstens een week staan. Na een week kan je de houtas eruit filteren. Leg een vaatdoek op een grove zeef boven een lege emmer en giet voorzichtig het mengsel uit over de vaatdoek. Laat een dag uitlekken. Indien het wasmiddel niet helder is, betekent dit dat er nog restanten houtas in de vloeistof zitten. Filter de vloeistof dan een tweede keer. Giet het vloeistof in een *glazen* fles en voeg etherische olie toe.

Gebruik: Schud de fles en giet vervolgens 200ml van het wasproduct in je wastrommel, in een doseerdopje dat je in de wastrommel plaatst, of in het daarvoor voorziene vakje.

Vermijd contact met huid en ogen! Kaliloog is een bijtend product.

Houdbaarheid: Dit wasproduct is minstens 1 jaar houdbaar.

**Alternatief**: poeder van 2 (gepelde) kastanjes in een dicht geknoopte sok in de wastrommel, of 5 (gesneden) kastanjes in 1 liter water laten trekken en vervolgens filteren

## Shampoo

verschillende opties, per wasbeurt voor gemiddeld haar:

- 80ml klimopaftreksel
- 200ml kastanjeaftreksel
- handvol sneeuwbesen door een zeefje verbrijzelen
- 1 ei opkloppen in kopje (evtl met melk of TL olijfolie), spoelen met appelazijn (3EL op kopje water)