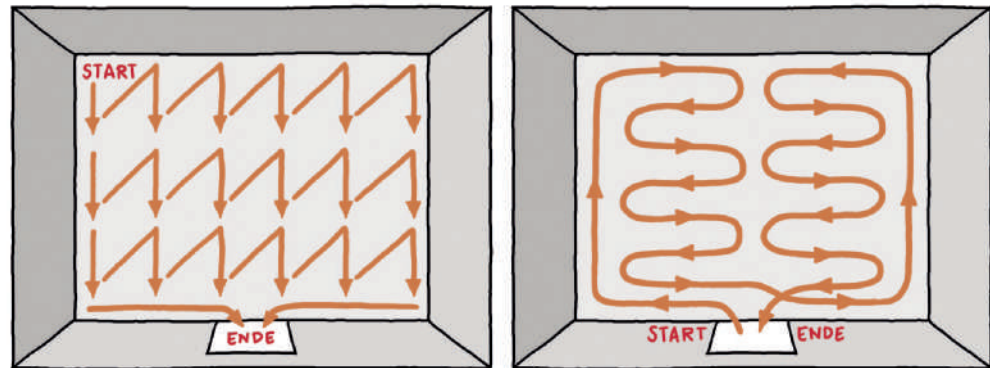


1.4.4 Arbeitstechnik

Eine zweckmässige Arbeitstechnik erleichtert den Arbeitsablauf und erhöht die Sauberkeit. Je nach Arbeit und eingesetzten Geräten ist eine entsprechende Technik sinnvoll.

Abb. 4 Beispiel: Fegen/Saugen und Feuchtwischen/Nasswischen



1.5 Reinigungsmittel, Reinigungshilfsmittel und Pflegemittel

Reinigungsmittel	Lösen und entfernen Schmutz.
Pflegemittel	Pflegen das Material und verbessern das Aussehen.
Desinfektionsmittel	Hemmen das Wachstum der Mikroorganismen oder töten sie ab.
Reinigungshilfsmittel	Unterstützen die Reinigung, z. B. Bürsten, Schwämme, Pads, Tücher.

Durch eine fachgerechte Auswahl kann sauber, ökologisch und sicher gereinigt werden. Wählen Sie Produkte aus, die

- ▶ der Verschmutzung und dem Material angepasst sind.
- ▶ umweltschonend sind.
- ▶ einfach und genau dosierbar sind.
- ▶ mit Nachfüllpackungen aufgefüllt werden können.
- ▶ möglichst wenig Gefahrenstoffe enthalten.


























Beachten Sie Folgendes:











- ▶ Die Art des Schmutzes: Man unterscheidet lose aufliegenden Schmutz oder fest haftenden Schmutz, der wasserlöslich oder lösungsmittellöslich ist.
- ▶ Die Reinigungsart: Man unterscheidet Sichtreinigung (oberflächliche Reinigung), Unterhaltsreinigung (regelmässige Reinigung) und Grundreinigung (sehr gründliche Reinigung).
- ▶ Die Verschmutzung sollte möglichst rasch entfernt werden (vor dem Eintrocknen).
- ▶ Es sollte regelmässig gereinigt werden.
- ▶ Microfaserlappen ermöglichen eine Reinigung ohne oder mit ganz wenig Reinigungsmittel.
- ▶ Benutzen Sie mechanische Hilfsmittel statt Reinigungsmittel.

2.1.7 Textilpflegesymbole

Die Textilpflegesymbole sind international festgelegte Hinweise zur Pflege von Textilien. Die Informationen können bereits beim Einkauf als Entscheidungshilfe dienen.

Abb. 6 Textilpflegesymbole

WASCHEN (Waschbottich) 											
	Normalwaschgang	Normalwaschgang	Schonwaschgang	Normalwaschgang	Schonwaschgang	Spezialschonwaschgang	Normalwaschgang	Schonwaschgang	Spezialschonwaschgang	Handwäsche	nicht waschen
	Die <i>Zahlen</i> im Waschbottich entsprechen den <i>maximalen Waschttemperaturen</i> , die nicht überschritten werden dürfen. – Der <i>Balken</i> unterhalb des Waschbottichs verlangt nach einer (mechanisch) <i>milderen Behandlung</i> (z. B. Schongang). – Er kennzeichnet Waschzyklen, die sich z. B. speziell für pflegeleichte und mechanisch empfindliche Artikel eignen. Der <i>doppelte Balken</i> kennzeichnet Waschzyklen mit weiter minimierter Mechanik, z. B. für Wolle.										
BLEICHEN (Dreieck) 											
	Chlor- und Sauerstoffbleiche zulässig			nur Sauerstoffbleiche zulässig / keine Chlorbleiche				nicht bleichen			
TROCKNEN IM TUMBLER (Wäschetrockner) 											
	Trocknen im Tumbler möglich normale Temperatur, normaler Trockenzyklus			Trocknen im Tumbler möglich niedrige Temperatur, normaler Trockenzyklus				nicht im Tumbler trocknen			
	Die <i>Punkte</i> kennzeichnen die Trocknungsstufe im Wäschetrockner										
BÜGELN (Bügeleisen) 											
	heiss bügeln (200 °C)		mässig heiss bügeln (150 °C)		nicht heiss bügeln (110 °C) Vorsicht beim Bügeln mit Dampf		nicht bügeln				
	Die <i>Punkte</i> kennzeichnen die Temperaturbereiche der Reglerbügeleisen.										

<p>PROF. TEXTILPFLEGE (Reinigungstrommel)</p> 					
	professionelle Textilreinigung normales Verfahren	professionelle Textilreinigung Schonverfahren	professionelle Textilreinigung normales Verfahren	professionelle Textilreinigung Schonverfahren	nicht chemisch reinigen
	<p>Die <i>Buchstaben</i> sind für den professionellen Textilpfleger bestimmt. Sie geben einen Hinweis auf die in Frage kommenden <i>Lösemittel</i>. Der <i>Balken</i> unterhalb des Kreises verlangt bei der Reinigung nach einer <i>Beschränkung</i> der mechanischen Beanspruchung, der Feuchtigkeitszugabe und/oder der Temperatur.</p>				
					
	Nassreinigung normales Verfahren	Nassreinigung Schonverfahren	Nassreinigung Spezial-Schonverfahren	nicht nass reinigen	
<p>Dieses Symbol bezeichnet Artikel, die im <i>Nassreinigungsverfahren</i> behandelt werden können. Es wird in der zweiten Zeile <i>unter dem Symbol für die Chemische Reinigung</i> angebracht. Die <i>Balken</i> unterhalb des Kreises verlangen bei der Nassreinigung nach einer <i>Beschränkung</i> der mechanischen Beanspruchung (siehe Waschen). Der <i>doppelte Balken</i> kennzeichnet ein noch <i>milderes Verfahren</i>.</p>					

(Quelle: Sartex, Schweizerische Arbeitsgemeinschaft für Textilkennzeichnung.)

2.2 Verschmutzungen und Flecken

Für die Entfernung von Verschmutzungen und Flecken gilt:

- ▶ Lose Verschmutzungen lassen sich durch Bürsten entfernen.
- ▶ Verschmutzung wie Schweiß, Zucker und Urin lassen sich gut mit Wasser lösen.
- ▶ Verschmutzungen wie Kohlenhydrate, Fette, Eiweiss und Pigmente (Staub, Erde) sind auswaschbar mithilfe von Tensiden und Enzymen.
- ▶ Flecken von Obst- und Gemüsesaft, Rotwein und Schwarztee müssen gebleicht werden.

2.3 Waschmittel und Waschlösungsmittel

Der Faktor Chemie, also Waschmittel, bewirkt Folgendes:

- ▶ Die Waschlauge (Wasser und Waschmittel) netzt die Fasern und den Schmutz.
- ▶ Der Schmutz wird von der Faser gelöst.
- ▶ Der Schmutz wird mit dem Wasser weggespült.

3.2 Die Lebensmittelpyramide

Mithilfe der Lebensmittelpyramide lässt sich die ausgewogene und gesunde Ernährung aufzeigen.

Abb. 7 Empfehlungen zum gesunden und genussvollen Essen und Trinken für Erwachsene



3.2.1 Grundsätze einer gesunden Ernährung

Die Pyramide zeigt die Lebensmittelgruppen, die zu einer gesunden Ernährung gehören.

- ▶ Lebensmittel in der gleichen Gruppe haben jeweils die gleichen Hauptnährstoffe.
- ▶ Innerhalb der Lebensmittelgruppen kann frei ausgewählt werden.
- ▶ Die unterste Stufe der Pyramide ist wasserreich und energiearm. Je weiter oben die Lebensmittel angeordnet sind, umso energiereicher sind sie.
- ▶ Lebensmittel aus einer Gruppe können nicht durch Lebensmittel einer anderen Gruppe ersetzt werden.