

# HEIMILISÞRIF

MÍÐVIKUDAGUR 27. ÁGÚST 2014

Kynningarblað



Eirberg

## Rodalon®

– alhliða hreingerning  
og sóttþreinsun

Vottað af astma og  
ofnæmissamtökum  
Danmerkur



### Rodalon

**Dræber bakterier**  
Fjerner dårlig lugt  
**Desinficerer**

Til brug i køkken, bad  
og toilet m.m.

### Rodalon® innanhús

Áhrifarík hreingerning  
og sóttþreinsun

- Gegn myglusveppi og sagga
- Fyrir baðherbergi og eldhús
- Eyðir ólykt úr ípróttafatnaði
- Eyðir gæludýralykt

Endursöluaðir: BYKO • Fjarðarkaup • Hagkaup • Iceland • Apótek • Þín verslun

# Skínandi hreint baðherbergi

Skítug baðherbergi eru ókræsileg til daglegrar notkunar en marga hryllir við því að þrifa klósett og önnur hreinlætistöki heimilisins. Notið eftirfarandi ræstingarráð til að halda baðherberginu sýklalaus og ilmandi hreinu.

- N**audsynlegt er að þrifa salerni og baðherbergi reglulega.
- Hellið ediki í salernisskálina og látið liggja yfir nótt. Burstið vel og sturtið niður.
- Hellið hálfum bolla af matarsóða og hálfum bolla af ediki í niðurföll til að hreinsa burt fitu, olíu- og hárstíflur. Látið standa á meðan freyðir í nokkrar mínútur og skolið svo vel með sjóðheitu vatni.
- Til að hindra myglumyndun er mikilvægt að auka loftstreymi og ljós í baðherberginu. Opnið glugga eða kveikið á viftum/loftræstingu á meðan baðast er og í minnst hálf tíma á eftir.
- Þerrið baðkar, sturtubotn og blöndunartæki með þurru frotte-handklæði eftir baðferðir til að koma í veg fyrir að sápuskán og útfellingar steinefna festist á hreinlætistökjum.
- Setjið sturtuhengið reglulega í þvottavél og þvoið gömul handklæði með sem nudda óhreinindin úr.
- Dragið sturtuhengi fyrir eftir baðferðir svo vatn setjist ekki í fellingar þess.
- Fjarlægjið vatn af veggjum með þvöru eftir hvert bað.
- Fúga á milli flísa er gljúp og drekkur í sig olíu úr hárvörum og sápum. Það getur leitt til myglu sem dreifir sér áfram um



flísarnar. Hreinsið myglu með einum hluta klórs á móti tíu hlutum vatns og skrúbbið með mjúkum burstu. Þvoið með heitu sápuvatni til að fjarlægja klórinn sem eftir situr.

- Leggið baðleikföng í ediksblöndu í tíu mínútur til að fjarlægja bakteríur og myglu sem ellegar sest inn í þau. Nuddið vel með svampi, skolið og þurrkið.
- Skiptið um handklæði á þriggja daga fresti.
- Handlaugin er skítugasti flötur baðherbergisins, full af sýklum og bakteríum, og óhreinni en klósettið. Burstið hana með ediki eða matarsóða og skolið vel á eftir. Gott er að nota einnota, sótthreinsandi klúta til að strjúka af blöndunartækjum og yfirborðsflötum því tuskur færa bakteríur frá einum stað til annars. Notið tannþráð til að hreinsa burt óhreinindi sem safnast fyrir á milli blöndunartækja og vasks.
- Hreinsið klósettburstann reglulega með klórblöndu.
- Lokið klósettinu án undantekninga þegar sturtað er niður. Ellegar sprejast vatnsagnir um nærliggjandi svæði og sýklar eins og E-coli og salmonella berast út í andrúmsloftið og á nærliggjandi fleti. Af sömu ástæðu ætti alltaf að geyma tannbursta og augnlinsur í lokuðum baðskáp og hafa handklæði til daglegrar notkunar fjarri salernisskálinni sjálfri.



Það er kannski ekkert gaman að skrúbbu klósettskálina en það er sannarlega góð tilfinning eftir á.



## Hvernig þrífur ENJÓ allt að 6 sinnum betur & einungis með vatni?



Kynntu þér málið á [www.enjo.is](http://www.enjo.is)  
eða komdu í kaffi á Reykjarvíkurveg 64  
í Hafnarfirði. Sími 555-1515

 [www.facebook.com/ENJOIceland](http://www.facebook.com/ENJOIceland)



## Hvar eru mestu sýklarnir?

Ýmsir hlutir sem fólk notar í daglegu lífu eru óhreinni en það gerir sér grein fyrir og í raun gróðrarstía fyrir bakteríur og sýkla. Margir þessara hluta eru í mikilli notkun og stöðugt á milli handanna á fólki. Í sumum tilfellum er bakteríu- og sýklafjöldinn jafnvel meiri en finna má á salernum heimila. Lausnin við þessu er í flestum tilfellum sótthreinsun og að sjálfsögðu handþvottur sem er besta leiðin til að koma í veg fyrir að smitast af alls kyns pestum.

- **Fjarstýringar.** Þessir nauðsynlegu hlutir verða yfirleitt útundan í hefðbundinni tiltekt þrátt fyrir að flestir heimilismeðlimir handfjatlí þær daglega. Þegar fólk veikist eykst notkun þeirra yfirleitt því þá er legið fyrir framan sjónvarpið og horft og því enn fleiri bakteríur sem setjast á fjarstýringarnar.

- **Farsímar.** Farsímanotkun hefur aukist gríðarlega á undanförunum árum og fólk notar símana sína miklu meira en bara til að tala í þá. Oft ganga þeir líka á milli fólks þegar til dæmis skemmtilegar myndir eru til sýnis. Þessi tæki eru því í flestum tilfellum yfirfull af sýklum og hafa rannsóknir sýnt fram á að það geti jafnvel verið fimm hundruð sinnum fleiri sýklar á farsímum en finnast á dæmi-gerðri klósettsetu.

- **Tannbursti.** Flestir setja þá upp í munninn á sér að minnsta kosti tvisvar á dag en hugsa aldrei út í alla þá sýkla sem leynast í þeim og lifa þar góðu lífi. Ekki er nóg með að sýklarnir úr munninum hafist við í tannburstunum heldur kom það fram í rannsókn sem Charles P. Gerba gerði á áttunda áratugnum við Háskólann í Arizona að bakteríublandað vatn úr klósettinu kemst út í andrúmsloftið þegar sturtað er niður og sýklarnir geta flotið um loftið í allt að tvo tíma áður en þeir lenda – á tannburstunum. Gott ráð er því að skipta tannburstum reglulega út og hafa setuna niðri þegar sturtað er.



Útgefandi: 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, s. 512 5000

Ábyrgðarmaður auglýsinga: Jónatan Atli Sveinsson, [jonatan@365.is](mailto:jonatan@365.is), s. 512 5446

Ábyrgðarmaður: Jón Laufdal

# Sérfræðingar í gluggaþvotti

Góður tækjakostur og reynslumiklir starfsmenn gera Glersýn að góðum kosti þegar kemur að gluggaþvotti. Glersýn sér um gluggaþvott fyrir allar gerðir húsa, frá hæstu blokkum til stakra glugga. Flest heimili og fyrirtæki eru í áskrift hjá Glersýn.



**G**lersýn er rótgróid fyrir-tæki sem býður upp á fjölbreytta hreingerningarpjónustu. Fyrirtækið hefur þó alla tíð sérhæft sig í gluggaþvotti og leggur mikla áherslu á vönduð vinnubrögð að sögn Ingva Reynis Berndsen.

„Fyrirtækið var stofnað árið 2002 en byggir á gömlum grunni þar sem stofnandi þess, Ingvar Berndsen, rak það á eigin kennitölu frá árinu 1989. Starfsemi hefur vaxið mikið síðan árið 2000 eftir að öll háhýsin voru byggð á höfuðborgarsvæðinu og starfsmenn okkar búa yfir mikilli reynslu. Við sérhæfum okkur í gluggaþvotti og erum með margvísleg fyrirtæki í viðskiptum hjá okkur; verslanir, smærri skrifstofuhúsnæði og háhýsi auk heimila.“ Auk gluggaþvottar býður Glersýn upp á gólfbónun, teppahreinsun og almenna ræstingarpjónustu.

Ingvi segir það algengan miskilning að Glersýn þjónusti einungis stór fyrirtæki. „Glersýn sér um gluggaþvott fyrir allar stærðir húsa, allt frá hæstu blokkum niður í staka eldhúsglugga. Við erum með mörg heimili í áskrift og nær öll fyrirtæki sem skipta við okkur eru í áskrift enda felast mikil þægindi í því fyrirkomulagi. Lítil fyrirtæki fá okkur í heimsókn vikulega eða á tveggja vikna fresti en stærri fyrirtækin sem eru í tveggja til þriggja hæða húsum fá okkur gjarnan mánaðarlega. Við þvöum glugga í háhýsum hins vegar tvisvar til fjórum sinnum á ári.“

## Góður tækjakostur

Glersýn býr yfir góðum tækjakosti og á meðal annars tvo körfubíla sem notaðir eru við gluggaþvott. „Áður fyrr leigðum við körfubíla en nú getum við þjónustað viðskiptavinum okkar mun betur og á ódýrari hátt. Þegar mest er að gera á vorin og sumrin bætum við síðan nokkrum tækjum við okkur. Þannig klárum við verkin fljótar sem viðskiptavinir okkar eru auðvitað ánægðir með.“

Annasamasti tími ársins að sögn Ingva er yfirleitt frá miðjum apríl fram í júlí þótt ýmsir ytri þættir geti breytt því, til dæmis eldgos, hvassviðri og sand- og saltfok. „Í það heila hefur þó álagið jafnast út yfir árið sem er breyting frá fyrstu árum fyrirtækisins.“

Flestir viðskiptavinir Glersýnar eru á höfuðborgarsvæðinu en starfsmenn þess fara þó reglulega í nálæg bæjarfélög. „Við höfum undanfarin ár einnig þjónustað heimili og fyrirtæki á Snæfellsnesi, Akranesi, í Borgarnesi, á Sel-fossi og í Hveragerði og fyrirtæki á Suðurnesjum.“

Glersýn er með aðsetur í Laufbrekku í Kópavogi. Nánari upplýsingar um fyrirtækið og þjónustu þess má nálgast á [www.glersyn.is](http://www.glersyn.is) og á öflugri Facebook-síðu Glersýnar þar sem finna má úrval mynda af ýmsum verkefnum fyrirtækisins.



Gluggaþvottur hefur alla tíð verið helsta sérhæfing Glersýnar. Hér þrífur starfsmaður glugga Hörpu.

MYND/ANDRI MARINÓ



Glersýn á tvo körfubíla sem notaðir eru við gluggaþvott.

MYND/ANDRI MARINÓ



Glersýn sér um gluggaþvott fyrir allar stærðir húsa, allt frá hæstu blokkum niður í staka glugga.

MYND/ANDRI MARINÓ

„Við sérhæfum okkur í gluggaþvotti og erum með margvísleg fyrirtæki í viðskiptum hjá okkur“



Flestir viðskiptavinir Glersýnar eru í áskrift.

MYND/ANDRI MARINÓ



### LÁGMARKSFYRIRHÖFN MEÐ EDIK AÐ VOPNI

**Hver kannast** ekki við uppsafnaða kalkbletti innan á sturtuhausum sem erfitt er að hreinsa; jafnvel með öflug efni og skrúbb að vopni? Hér er eitt skothelt húsráð sem krefst lágmarks fyrirhafnar.

**Blandaðu saman** borðediki og vatni. Helltu því í plastpoka og bittu pokann utan um hausinn. Láttu bíða yfir nótt. Skolaðu hausinn með vatni og hann verður skínandi hreinn.

**Sömu aðferð** má beita á blöndunartækin. Í leiðinni er hægt að skvetta smá ediki í klósettskálina og leyfa því að liggja yfir nótt. Það losar leiðinlega skán og bletti. Þá nota sumir blöndu af ediki og vatni til það þrifa kaffivélina og teketilinn.

### SÍTRÓNUILMUR Í HÚSIÐ

**Sítrónusafi** er eitt besta náttúrulega hreinsiefni sem völ er á. Vegna lágs pH-gildis er hann bakteríudrepandi auk þess að ilma vel.

Þegar sítrónur eru notaðar til að þrifa þarf að hreinsa flötinn á eftir með vatni, sápu og hreinum

klút. Eitt af því fáa sem ekki er gott að nota sítrónu á eru látúns-húðaðir hlutir.

Það er sniðugt að nota sítrónusafa þegar örbylgjuofninn er tekinn í gegn. Hann verður skínandi hreinn og öll ólykt hverfur úr honum.

Setjið bolla með þremur hlutum vatns og einum hluta af sítrónusafa inn í örbylgjuofninn. Setjið ofninn í gang þannig að vatnið sjóði, látið svo standa í tíu mínútur áður en hurðin er opnuð. Þá má strjúka matarleifar í burtu með hreinum klút á auðveldan máta.



## Leikföngin þarf líka að þvo

**Tuskudýr** og bangsar ganga í gegnum súrt og sætt með eiganda sínum, bæði nótt og dag. Þau þarf að hreinsa reglulega eins og annað í barnaherberginu. Ef þvottaleiðbeiningar vantar á dýrið eða miðinn er dottinn af má henda þeim í þvottavélina, svo lengi sem fyllingin er úr bómull eða polyéster. Stráid matarsóða yfir leikfangið og stingið því í vélina, hellið þremur töppum af borðediki í sápuhólfid og stillið á handþvott. Flest tuskudýr ætti að vera óhætt að þurrka á lágum hita í þurrkaranum.

**Ef tuskudýrið** er úr ull má þvo það innan í koddaveri á ullarþrogrammi í vélinni. Ullarbangsa ætti þó ekki að setja í þurrkarann.

Leikföng úr plasti og tré má þrifa með edikblöndu. Blandið einum bolla af borðediki við einn bolla af vatni í úðabrusa. Úðið blöndunni í klút og strjúkið yfir leikföngin. Lyktin af edikinu hverfur um leið og leikfangið þornar.

[www.makebabystuff.com](http://www.makebabystuff.com)



**MILT**  
HREIN TILVERA

**ÁN OFNÆMIS-  
VALDANDI EFNA**

Með því að nota mild þvottaefni eins og MILT, dregur þú úr líkum á því að þú eða einhverjir í þinni fjölskyldu fái ofnæmi eða exem.

**40 ÞVOTTAR  
Í 2 KG PAKKA**

Þú þarft minna af MILT því það er sérþróað fyrir íslenskt vatn.

FARÐU MILDUM HÖNDUM UM  
ÞIG, ÞVOTTINN OG UMHVERFIÐ