


---

Foto: Lifehacks, © eNu, olgavolodina-fotolia.com



Ein einfaches Leben führen, Dinge selberrachen, Gegenstände tauschen, teilen und reparieren – all das ist aktuell, trendig und modern. Lifehacks rund um das einfache Leben boomen. Falls Sie sich jetzt fragen, was genau das eigentlich heißt: Lifehack kommt aus dem Englischen und bedeutet „Lebenskniffe“. Damit gemeint sind Strategien und Tätigkeiten, die uns das tägliche Leben erleichtern! Sie helfen dabei Probleme zu lösen, Effektivität bzw. Effizienz zu erhöhen oder ein Ziel auf ungewöhnliche und kreative Weise zu erreichen.

## **Unsere aktuellsten Lifehacks:**

### **Reinigen mit Backpulver, Natron und Essig - Altbewährte Hausmittel beim Putzen**

Umweltfreundlich Reinigen ist vielen Menschen ein Anliegen. Mittlerweile gibt es in Supermärkten und Drogerieketten eine große Auswahl an Produkten mit Umweltzeichen. Das erleichtert den Einkauf. Gleichzeitig ist Selberrachen im Trend und viele Hausmittel und Rezepte werden wiederentdeckt.

Werden Natron und Essig miteinander gemischt kommt es zu einer chemischen Reaktion. Es schäumt da Kohlendioxid (CO<sub>2</sub>) entsteht. Das funktioniert auch mit Backpulver, das zu einem Teil aus Natron (Natriumhydrogencarbonat) zum anderen Teil aus Säure (meist Weinsteinsäure) und einem Trennmittel (Maisstärke) besteht.

Das schäumende gasförmige Kohlendioxid wirbelt die Schmutzpartikel durcheinander. Die Säure des Essigs vermindert den pH-Wert, das löst Verkalkungen. Natron ist basisch, neutralisiert Gerüche und bleicht. Es löst auch Seifenreste und Fettverschmutzungen.

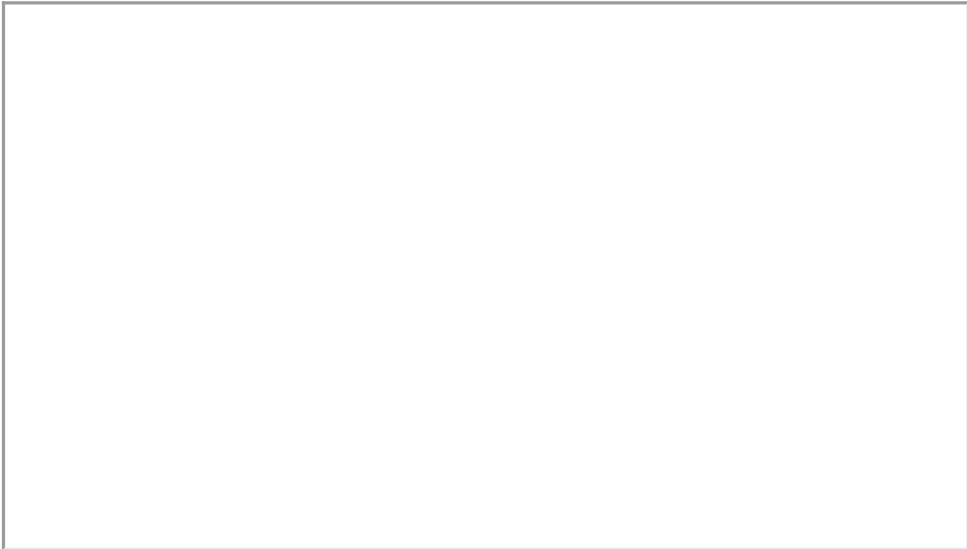
---



## Pilze selber ziehen

Pilze züchten ist gar nicht schwer. Im Gegensatz zu den in der Natur Gesammelten muss man sich keine Sorgen machen, dass sie mit Schwermetallen belastet sind. Eine Verschmutzung (Fuchsbandwurm) ist ausgeschlossen, eine Verwechslung mit giftigen Arten ebenso. Auch viel an Verpackungsmaterial lässt sich einsparen, wenn Pilze aus dem eigenen Keller oder Garten kommen und nicht aus dem Supermarkt.

Der Trend zur vegetarischen Ernährung macht Pilze als hochwertige Eiweißquelle interessant. Dazu kommt die neu entdeckte Freude am Selbermachen.



## Weitere Lifehacks für Sie:

[T-Shirts, Hosen, Socken & Co kreativ stopfen](#)

[Kaffeesud verwenden statt wegwerfen](#)

[Sprossen selber ziehen](#)

[Wäsche im Winter draußen trocknen](#)

[Putzen mit Backpulver und Essig](#)

---

[Bio-Kräuterseitlinge selber ziehen](#)

## **Wettbewerb „Ihre besten Lifehacks“ - Sie sind gefragt!**

Funktionierende Lifehacks erleichtern uns das Leben – aber nur, wenn wir sie kennen! Daher möchten wir auch Ihre ganz persönlichen Kniffe und Tipps erfahren und rufen zum Mitmachen auf.

[Machen Sie mit!](#)

### **Aber bitte nachhaltig**

Es kursieren unzählige Lifehacks im Internet. Vieles ist trendy, lustig oder hilfreich. Aber es ist definitiv nicht alles davon nachhaltig. Wir werden in diesem Jahr Lifehacks aus dem Netz auf Nachhaltigkeit und Funktionalität prüfen. Zusätzlich stellen wir eigene Lifehacks vor und holen altbewährtes Wissen vor den Vorhang! Mit wir-leben-nachhaltig „zurück in die Zukunft...“

### **Die Lifehacks unserer Großeltern**

Ein nachhaltiger Lebensstil und auch das Selbermachen (Do it yourself) sind keine Erfindungen der letzten Jahre. Vieles, was heute als trendig und modern gilt, war früher ganz selbstverständlich. Dieses vorhandene Wissen gilt es jetzt wieder hervorzuholen und auf Gültigkeit, Wirksamkeit und Nachhaltigkeit zu prüfen.

Der Reißverschluss klemmt, ein beherzter Ruck – und er ist ganz kaputt. Sehr wahrscheinlich landen viele Kleidungsstücke dann im Müll. Was für eine Verschwendung, denn einen Reißverschluss kann man erneuern, einen Riss nähen, ein Loch stopfen oder mit einem coolen Batch verschließen. Was für die Generation unserer Großeltern noch selbstverständlich war, ist heute ein nachhaltiger Lifehack.

Oder kennen Sie das auch? Das Wasser beim Wasserhahn fließt immer langsamer oder spritzt in alle Richtungen. Zeit zum Entkalken. Ganz einfach den Perlator (das Sieb am Ende des Wasserhahns) abgeschraubt, in ein Schälchen zusammen mit Zitronensäure oder Essig über Nacht eingelegt und schon kann das Wasser wieder ungehindert durchlaufen.

Omas Tipp in der Küche: Ist die Suppe oder Sauce versalzen so hilft eine Kartoffel. Geschnitten oder gerieben zum Gericht geben und alles knapp 10 Minuten köcheln lassen. Wie ein Schwamm entzieht der Erdapfel einen Teil des Salzes. Passen Kartoffeln nicht zum Gericht, so nehmen Sie größere Stücke und entfernen diese vor dem Servieren wieder.

### **Links:**

wir-leben-nachhaltig: [Die Krise als Chance?](#)

wir-leben-nachhaltig.at: [Konsum mit Konsequenzen](#)

wir-leben-nachhaltig.at: [Ressourcen schonen](#)