

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 80 (2023)  
**Heft:** 11

**Rubrik:** Konsum & Lebensstil

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 19.02.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Schon gewusst?

Bewusst durch den Alltag: Clever haushalten, Ressourcen sparen, Umwelt schonen und die Natur bewahren.

## Laub: lieber Rechen statt Bläser

Sie sparen vermeintlich Arbeit, sind aber nervig: die allseits beliebten Laubsauger, immer häufiger auch in privaten Gärten im Einsatz. Mal abgesehen davon, dass die dröhnenden Motoren bis zu 115 Dezibel erreichen und damit Hörschäden verursachen können, sind sie fatal für die Umwelt. Mit Luftgeschwindigkeiten von 160 Stundenkilometern ziehen sie alles in ihren Sack, was nicht fest verwurzelt ist. Schlimm für Kleintiere und Bodenbewohner – erst recht, wenn hinter dem Saugrohr noch ein Häcksler angebracht ist.

Laubbläser wirbeln übrigens nicht nur die Blätter auf, sondern auch Staubpartikel – darunter Bakterien, Schimmelpilze, Gräser- oder Blütenpollen, welche Augen, Schleimhäute und Atemwege reizen können.

Also: Zum Rechen greifen!



## Neue Brille: richtig zentrieren

Neue Brille nötig? Dann achten Sie auf die Zentrierung, die essenziell ist für gutes Sehen. Optiker ermitteln damit die horizontale und vertikale Lage der Pupille hinter dem Brillenglas der gewählten Fassung.

Tipp von «Stiftung Warentest»: Achten Sie darauf, dass die Fassung individuell vor der Zentrierung an Ohren und Nase angepasst wird, also bevor die Daten für den Glasschliff erfasst werden. So stellt man sicher, dass die neue Brille richtig sitzt und das Glas optimal vor dem Auge positioniert wird.



## Sauberes Örtchen

Ein sauberes WC möchte jeder, keine Frage. Aber müssen es wirklich diese Chemiekeulen sein, die auf dem Markt sind? Die sogenannten Kraftreiniger enthalten starke Säuren, mitunter Salzsäure. Alles gar nicht nötig für eine gesundheitsbewusste Sauberkeit. Auch Mittel, die lediglich mit Zitronen- oder Milchsäure arbeiten, schnitten bei «Ökotest» gut ab. Man muss sie eben entsprechend länger einwirken lassen. Ihr Plus: Sie bauen sich in der Umwelt und in Kläranlagen besser ab als die aggressiven Putzmittel.

Hygienisch nutzlos sind Experten zufolge Duftanhänger, die man auf eine Seite in die Toilette hängt. Sie belasten lediglich das Abwasser mit Farb- und Duftstoffen.