



## díl čtvrtý závěrečný

### VYHRŇME SI RUKÁVY A ZAČNĚME (EKO)PRÁT

V předchozích třech dílech jsme se zabývali teorií praní. Teď tedy už víme dost na to, abychom mohli převzít zodpovědnost za práci proces do vlastních rukou, a chápeme, že to bude vyžadovat víc než jen nasypat do pračky zázračný voňavý prášek a zavřít dvířka. Úspěšnost praní posuzujeme zejména podle toho, do jaké míry si poradí se skvrnami a výrazným zašpiněním. V tom je potřeba šetrným a ekologickým přípravkům pomoci, ale zdaleka to není tak složité ani namáhavé, jak se domnívají škarohlídi a jak tvrdí ti, kteří to nikdy nezkusili. Tak se tedy pojdme dát do díla.

### PŘÍPRAVA NA PRÁNÍ

První zásadou a mantrou ekoprání je skvrny ošetřit před praním (a ideálně hned po jejich vzniku). K tomu je třeba prádlo třídit nejen podle barev a materiálu, ale také podle stupně znečištění.

#### 1. TŘÍDĚNÍ PRÁDLA

**PODLE BAREV** – Bílé prádlo oddělíme od barevného a pereme zvlášť v přípravku na bílé prádlo nebo s přídavkem bělicího činidla. Barevné prádlo je dále vhodné rozdělit na prádlo tmavé a světlejší. U barevného prádla volíme přípravek a způsob praní tak, aby zůstala zachována barva.

**PODLE MATERIÁLU** – Materiál, ze kterého je oděv vyroben, je buď přírodní (bavlna, len, vlna, hedvábí...), nebo syntetický, časté jsou také směsi. Syntetické materiály a směsi pereme obvykle na 40 °C (nebo podle doporučení výrobce). Bavlnu a len je možné prát na vyšší teploty. Vlnu a hedvábí je vhodné prát zvlášť a použít co nejšetrnější přípravky, jako jsou mýdlové ořechy nebo čisté olivové mýdlo.

**PODLE STUPNĚ ZNEČIŠTĚNÍ** – Většina prádla je po běžném nošení znečištěna pouze potem a prachem a k vyprání postačí jen jednoduché prostředky, jako je saponin z mýdlových ořechů nebo mýdlo. Před samotným praním se zaměříme na prádlo, na kterém jsou buď jednotlivé skvrny, nebo je celkově více znečištěno.



## 2. OŠETŘENÍ SKVRN

Máme-li v hromadě prádla pár kousků se skvrnami od čokolády nebo ovoce, dává smysl skvrny ošetřit zvlášť předem, abychom měli jistotu, že se jich zbavíme, a nemuseli kvůli nim vystavovat zbytek pračky dávce silné prací chemie, případně riskovat, že je nevypereme vůbec, protože se do textilu nečistota jednoduše „zaváří“.



Jak na to: Skvrnu namočíme a potřeme mýdlem. Výborně funguje žlučové mýdlo, což je mýdlo s přísádkem hovězí žluči. Ta obsahuje enzymy rozkládající tuky a enzymy štěpící bílkoviny, proto se výborně hodí k odstranění skvrn. Pro vegany a ty, jež se chtějí vyhnout použití živočišných surovin,

stejnou službu udělá i mýdlo s citronovým výtažkem, který má bělicí účinek. V případě starých nebo hutných skvrn lze vzít na pomoc kartáček.

**SILNĚ ZNEČISTĚNÉ PRÁDLO** – Pokud je některý kousek prádla obzvláště znečištěn celý, třeba od bláta, nebo na něm jsou staré zaprané skvrny, nejúčinnější formou, jak nečistoty ošetřit, je namáčení.

**Namáčení před praním:** Do přiměřené nádoby (kbelík nebo umyvadlo, v případě většího množství prádla použijeme vanu) napustíme co nejteplejší vodu podle toho, co prádlo snese. Čím teplejší voda, tím lépe. Ve vodě rozpustíme 2–3 lžičky (zhruba na 10l vody) prášku na skvrny, můžeme přidat také trochu mýdlových vloček, a do připravené lázně namočíme prádlo ideálně přes noc. Před praním vodu vylejeme (nejlépe do záchodu, aby se špínou zbytečně nezanášel odpad) a budeme pozorovat, kolik nečistot se do vody uvolnilo. **Nečistota, kterou vyléváme, je špína, která by se jinak rozpustila v pračce, a v této vodě by se pralo veškeré ostatní prádlo!**



Vychytávka: úžasným pomocníkem pro „turbonamáčení“ je zvon na čištění odpadů. Jeho funkci jsem objevila při namáčení jednoho extra znečištěného kousku, který měl po namočení do kbelíku stále tendenci vyplavávat k hladině. Protože byla voda horká a po ruce byl záchodový zvon, použila jsem ho k zanoření prádla. Zvon se k prádlu přicucal a síla jeho podtlaku způsobila,

že po několika pohybech zůstaly kalhoty takřka čisté! :-)

## 3. PRANÍ

Máme-li ošetřeny skvrny a extra špinavé prádlo předem namočeno, můžeme se pustit do ekoprání s klidem a jistotou, že vypereme a budeme s výsledkem spokojeni. Jaký tedy použít prací prostředek?

### DĚTSKÉ PRÁDLO A PRÁDLO PRO ALERGIKY

– Nejšetrnější praní je praní v mýdlových ořeších, protože nezanechávají v textilu chemická rezidua dráždící pokožku. Pokud perete v pracím prostředku, mýdlových vločkách nebo mýdlovém slizu, nezapomeňte použít místo aviváže ocet nebo máchadlo, které pomůže z textilu odstranit zbytky pracího prostředku (viz předchozí díl). Zejména se ale vyhněte přípravkům se syntetickou parfemací, enzymy či optickými zjasňovači.

**BAREVNÉ PRÁDLO** – Na barevné prádlo použijeme buď prací prostředek na barevné prádlo, případně můžeme opět sáhnout po mýdlových ořeších, které jsou velmi šetrné k barvám.

**BÍLÉ PRÁDLO** – Prací prášek s obsahem bělicí složky nebo prací gel s přísádkem bělicího prášku se postarají o to, že bude dobře a doběla vypráno. Ekopřípravky neobsahují optické zjasňovače, takže se vám prádlo může jevit méně zářící (a také nebude ve tmě fosforeskovat.)

### PRANÍ TEXTILNÍCH PLEN

Před praním ošetřete skvrny žlučovým nebo citronovým mýdlem. Pleny perte na teplotu doporučenou výrobcem v pracím prostředku. Vyhněte se použití přípravků na bázi enzymů – poškozují vlákna a zkracují životnost plen, a také mohou způsobit podráždění pokožky. Do poslední máchací lázně přidejte ocet nebo máchadlo, které zneutralizuje zbytky pracího prostředku. Máchadlo ani ocet ale nepoužívejte u bambusových plen. Při praní látkových plen nikdy nepoužívejte aviváž – ucpává vlákna a snižuje savost plen.

### PROČ V PRACÍCH TESTECH VYCHÁZÍ EKOLOGICKÉ PRACÍ PROSTŘEDKY HŮŘE NEŽ KONVENČNÍ?

Testy obvykle porovnávají chování různých produktů za stejných podmínek. Pro získání prakticky použitelných informací o účinnosti praní by ale bylo třeba testovat celý postup praní, který respektuje specifika daného pracího prostředku, prané textilie a druhu znečištění.

**MÝDLOVÝ SLIZ** – je doma vyrobený prací prostředek z mýdla, sody a vody. Používá se stejným způsobem jako klasické přípravky na praní. V případě praní bílého prádla lze do bubnu pračky přidat bělicí prášek – perkarbonát sodný. Soda se do mýdlového slizu přidává ke změkčení vody a pro své mírné dezinfekční účinky.

Návod na přípravu: Prací mýdlo o váze cca 175 g nastrouháme či použijeme mýdlové vločky a cca 150 g sody na praní rozpustíme v 1 l teplé vody. Doplníme horkou vodou na objem 10l a řádně promícháme. Po zchladnutí je mýdlový sliz hotov a lze ho takto skladovat k průběžnému použití. Dávkujeme cca 200 ml slizu přímo do bubnu pračky.





**MÝDLOVÉ OŘECHY** – jsou plody stromu Sapindus Mukorrosi, který roste v Nepálu a Indii. K praní se používají slupky, které mají vysoký podíl saponinů.

Mýdlové ořechy šetrně čistí tkaninu, uchovávají barvy a jsou vhodné zejména k praní dětského prádla, pro alergiky a osoby trpící kožními nemocemi. Mýdlový ořech je vhodný k praní lehce znečištěného prádla beze skvrn nebo se současným užitím aplikace žlučového mýdla přímo na skvrnu či předchozího namáčení prádla a k jemnému praní vlny a hedvábí. Výluhy z mýdlových ořechů nepředstavují nebezpečí pro životní prostředí a skořápky lze kompostovat. Saponiny z mýdlových ořechů mohou být součástí prací gelů, které se pak používají obdobně jako konvenční přípravky. Gel



má lepší prací účinnost než samotný mýdlový ořech, protože obsahuje větší koncentraci saponinů.

## Závěrem

Všichni, kteří s námi absolvovali všechny čtyři díly, jistě chápou, že práť ekologicky není o maximálním zjednodušení. Zároveň se ale také přesvědčili, že to není složité nebo zdouhavé, a zejména, že je možné vyprat téměř vše, jen se na to musí o něco chytřejší. Co je ale nejdůležitější – to, že jste dočetli až sem, znamená, že si uvědomujete, PROČ chcete omezit chemii ve svém prádle. Oblečení nás provází 24 hodin denně, 365 dní v roce, a omezit chemii v oblečení znamená významně snížit celkovou chemickou zátěž na naše tělo i na celou planetu.

Budeme rádi, když nám napíšete svoje zkušenosti i další postřehy. Sledujte dále stránku [www.ekoalchymie.cz](http://www.ekoalchymie.cz), kde vám budeme přinášet další novinky, návody a informace.

Budete-li mít zájem o uspořádání přednášky ve vašem městě, pište na [info@tierraverde.cz](mailto:info@tierraverde.cz).

## JAK PEREME U NÁS REDAKCI



### Markéta Ovsíková:

Jsem moc spokojená s praním v mýdlových vločkách – vůně mýdla, co se line bytem, mě oblažuje. Další na výběr mám mýdlové ořechy, ke kterým přidávám levandulovou silici. K bílému prádlu pak přispívám trochu bělicího prášku a pokaždé naliji do vaničky trochu levandulového máchadla. Co do kvality praní bych řekla, že vločky perou trošku lépe než ořechy. Agresivní prostředky z běžné drogerie vyperou jistě lépe, ale mně je bližší tato varianta. Skvrny řeším namáčením a žlučovým mýdlem (nebo je neřeším). Špinaví nechodíme, a jestli někomu nepřipadáme zářivě čistí, tak je to jeho problém :-).



### Zuzana Čítková:

Já jsem pleny prala v mýdlových ořechích. Vypraly, ale prádlo bylo zašedlé. Kdybych přidávala bělicí prostředek, tak by se to nestalo, ale mně tehdy nešlo o zářivě bílé plenky, tak mi to nevadilo. Spokojena jsem byla i s tekutým koncentrovaným Ecoverem, ale používala jsem ho v začátcích těhotenství, a tak ho teď nemohu ani cítit. Pravdou je, že jako po jediném pracím prostředku, který jsem kdy používala, prádlo i vonělo. To se mu ale stalo v naší domácnosti osudným ;-). Teď používám ekologický tekutý prostředek z DM (značka DenkMit Nature) a jsem spokojená. K bílému prádlu používám bělicí prášek – také eko. Aviváž jsem přestala používat, protože jsem měla pocit, že mi prádlo pak jakoby zatuchá (nemám ideální podmínky na sušení). Poté, co jsem si přečetla několik dílů ekoprání, chystám se vyzkoušet máchadlo.



### Beáta Matyášová:

Já peru v Yellow and Blue gelu s mýdlovými ořechy a jsem spokojená, prádlo čisté a voňavé :-), aviváž dávám jenom minimálně (stejná firma) na povlečení, ručníky...



### Petra Kruntorádová:

Mojí stálíci jsou nejrůznější přípravky Ecover. Jsou pro líné pradelny, protože zvládnou většinou bez máchání, namáčení a úzkostlivého třídění i ponožky, ve kterých naše tři děti (co nenosí bačkory) prošly nejen celým domem, ale někdy i zahradou a chodníkem před domem. Díky Nataše a jejímu testovacímu proužku jsem zjistila, že máme extrémně tvrdou vodu, takže od té doby používám jak změkčovač Yellow and Blue, tak máchadlo od této firmy, což hodně pomohlo. Když se mi stane, že například dceřin světlý svetřík jeví i po čtvrtém vyprání známky toho, že byl totálně politý kečupem, sáhnu po konvenční razantní variantě pracího prostředku a nemám výčitky svědomí, protože ji zase pak dlouho nepoužiji.



### Markéta Daňhelová:

Přiznávám, že jsem ještě donedávna prala v normálním prášku, který vše vypere dočista do čista. Pak jsem si na základě knížky „Děláme si to doma sami“ zkusila vyrobit domácí prací gel z olivového mýdla. A sice už opravdu prádlo nejásá běloskvoucí září, po přečtení Natašina seriálu Ekoprání se už ale k oněm ropným látkám, optickým zjasňovačům a syntetickým parfémům opravdu těžko vracet. Místo aviváže dávám do pračky trochu octa s vodou. Ocet na prádle cítit není, přesto přidávám ještě pár kapek éterického oleje.

