

Touhukasta toukokuuta!

• Koti kuntoon ennen kesää!

Toukokuu on kevätsiivouksen, talvivaatteiden varastoinnin ja idättämisen aikaa. Keväällä on myös kiva siivota ulkoalueita itsekseen tai yhdessä talkoilla.



Kevätsiivous

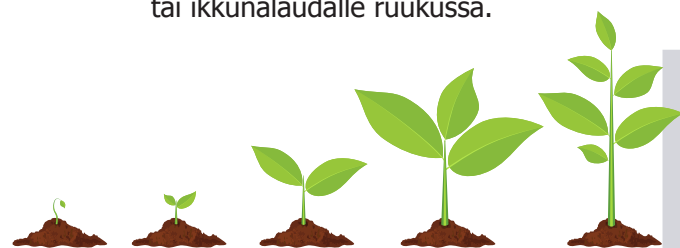
- ✓ **Pese ikkunat:** puhdista likaisimmasta eli uloimmasta lasista lähtien ensin karmit ja nurkat, sitten varsinainen lasi ylhäältä alas edeten. Käytä puhdasta pesuvettä. Kuivaa yhdensuuntaisin vedoin lastalla ja joka vedon välissä kuivaa lasta pyyhkeellä. Ikkunoiden pesun yhteydessä voit myös pestä tai puistella verhot!
- ✓ **Puhdistusvälineet ja kodinkoneet on hyvä huoltaa** ajoittain. Esimerkiksi imurin pölypussi kannattaa vaihtaa säännöllisesti ja samalla puhdistaa suutin ja filterit. Astianpesukoneen tai kahvinkeitin saat puhtaaksi esimerkiksi sitruunahapolla tai etikalla.
- ✓ **Puhdista myös patjat, tyynt ja peitot.** Vuodevaatteet on hyvä vaihtaa vähintään kerran kuukaudessa, mutta myös patja on hyvä tuulettaa ja imuroida esim. kevätsiivouksen yhteydessä. Tyynty ja peitto kannattaa pestä pesukoneessa muutaman kerran vuodessa.
- ✓ **Käytä ekologisia pesuaineita.**

Vaatehuolto

- ✓ Talvivaatteet on hyvä pestä ennen varastointia. Puhdista ja tarvittaessa lankkaa talvikengät. Kesävaatteet saat korkeintaan pienellä tuuletuksella käyttöön, kun ne on syksyllä jo valmiiksi pesty.

Toukokuussa idätetään

- ✓ Toukokuu on hyvää aikaa myös idättämiseen! Myöhemmin voit istuttaa taimen esim. parvekkeelle tai ikkunalaudalle ruukussa.



Seuraa yksikkösi ilmoitustaulua!

Monessa Niemikotisäätiön yksikössä talkoillaan, perustetaan viljelyryhmiä ja idätetään. Yhdessä on kiva puuhata - kysy ohjaajaltasi lisätietoja.


Niemikoti
Niemikotisäätiön ympäristötyöryhmä

Vuonna 1983 perustettu Niemikotisäätiö on voittoa tavoittelematon suomalainen verkostoitunut toimija, joka tuottaa monipuolisesti palveluja mielenterveyskuntoutujille. Ehkäisemme toiminnallamme syrjäytymistä ja eriarvoisuutta.

