



生態健康 托兒

生態健康托兒是俄勒岡環境委員會 (Oregon Environmental Council) 創建的一個全國計劃，以盡可能保證托兒設置健康、安全和綠色環保，減少兒童接觸到有毒物質。



家用化工產品

健康隱憂

家用化工產品可能會使我們中毒，對健康造成危害。兒童尤其容易受毒素的侵害。家用化工產品可能使室內空氣不利於健康，刺激皮膚和眼睛、危害呼吸道和污染自然環境。

爲什麼選擇綠色清潔產品？

許多商業清潔劑對我們的健康和環境是有害的。綠色清潔產品不僅無毒且保護環境，而且它們的價格通常與常用清潔劑不差上下。

不能確定哪種清潔產品是真正無毒的？經非盈利機構 Green Seal 和 EcoLogo 研究並驗證可生物分解的產品有利於【保護】環境。登陸以下網站：
www.greenseal.org 和 www.ecologo.org，查核您當前使用的產品是否安全和健康

如需更多資訊

電話：503-222-1963 x119

電子郵件：hesterd@oeonline.org

登陸：www.ecohealthychildcare.org

氣霧劑

遠離噴霧劑！噴霧劑-例如除臭劑、發膠、地毯清潔劑、傢俱擦亮劑和空氣清新劑-把無形的化學霧滴噴入空氣。兒童吸入無形的霧滴可能觸發哮喘和過敏。

以下方法勝於使用空氣清新劑：

用 10-20 滴（玫瑰、檸檬或薄荷）精油與一盒 1 磅的小蘇打混合。根據需要可增加精油量。把盒子放在需要清潔空氣的屋內。每三個月更換蘇打清新劑。

將 2 滴（玫瑰、檸檬或薄荷）精油滴入噴霧瓶。在需要清潔空氣的屋內噴灑有芬芳氣味的水。

油漆和塗料

實際上，室內空氣比室外空氣污染得更爲嚴重。油漆和塗料散發的氣體是室內空氣品質惡劣的一個主要來源。塗過油漆後的很多年，仍有少量有毒氣體散發到空氣中。揮發性有機化合物

（VOCs）是這些毒性散發的來源，並且近年來，這些化學物質仍被用於油漆和塗料中。

低度揮發性有機化合物（VOC）油漆現已投入生產，並且在當地商店也很容易買到。請務必購買低度揮發性有機化合物（VOC）油漆以保護您的健康和環境。

漂白劑及漂白劑替代品

含氯漂白劑具有高度腐蝕性（它可灼燒皮膚和眼睛），萬一吞下則可能致命。它流出您的排水管後，可能向環境中釋放有機氯。有機氯可能是一種致癌物質，並能導致神經系統、生殖和免疫系統的中毒。

切記使用安全、有效的含氯漂白劑替代品。使用過氧化氫或四氨水漂白劑是您健康的選擇。硼砂也是一種理想的漂白劑替代品。參看正確使用硼砂清潔的訣竅。

試試這些自創的環保清潔訣竅!

多用途清洗劑

- ¼ 杯白醋
- 2 茶匙硼砂
- 3½ 杯熱水
- 20 滴抗菌精油（檸檬、桉樹、薄荷）
- ¼ 杯液體洗碗劑

在 32 盎司噴霧瓶中將成份混合，最後加液體洗碗劑。洗滌表面。醋味會揮發。

窗戶清洗劑

- ¼ 杯白醋
- ½ 茶匙液體肥皂或洗衣劑
- 2 杯水

真菌和黴菌清洗劑

將醋和水按 1:1 比例混合。噴灑且擦拭乾淨。

地毯斑點去汙劑

立即用水擦洗汙漬。撒上小蘇打、太白粉或硼砂，並晾乾。用蘇達水洗滌並吸塵。在噴霧瓶中將成份結合，晃動搖勻。

互聯網上有關家用化工產品的資源

- 如何以綠色環保的方式清潔您的房屋
www.grist.org/advice/possessions/2003/03/18/possessions-cleaning
- 環保清潔訣竅
www.ecologycenter.org/factsheets/cleaning.html
- 綠色清洗劑
www.metro-region.org/index.cfm/go/by.web/id/1400
- 托兒所殺菌劑
www.checnet.org/healthhouse/education/articles-detail.asp?Main_ID=957&tr=y&auid=930237
- 低度揮發性有機化合物（VOC）油漆
www.eartheasy.com/live_nontoxic_paints.htm

生態健康托兒

222 NW Davis Street, Suite 309 | Portland, OR 97209-3900

電話: 503-222-1963 x119 傳真: 503-222-1405