

Do-It-Yourself (DIY) (Sariling Gawa) na mga Panlinis ng Bahay

Puwedeng ibigay ang tip sheet na ito sa mga Direct Support Professional (DSPs) para tulungan ang mga indibidwal na sinusuportahan nila sa paggawa ng abot-kaya ang halaga na mga supply na panlinis mula sa mga item sa bahay na malamang mayroon na sila sa kanilang mga bahay. Sa paggamit ng mga item na ito, makakatipid ka ng pera, makakalanghap ng mas malinis na hangin, at maging earth-friendly.

Puting Suka

- Puwedeng makatanggal ng mikrobyo at amag ang puting suka.
- **Punuin ng magkasindaming puting suka at tubig ang bote na pang-isprey** (isang tasa sa isang tasa). Alugin ito at handa ka nang maglinis!
- Ispreyan at kuskusin ang mga lababo, mga ibabaw ng counter, inidoro, shower/tubs, sahig, refrigerator, at mga bintana gamit ang iyong pinaghalong suka at tubig. **Babala: Huwag gamitin ang suka sa marmol.**



Iba pang Gamit ng Puting Suka sa Paglilinis ng Bahay:

- **Paglilinis ng mga inidoro.** Ibhuhos ang isang tasa ng suka sa inidoro. Hayaan ito nang 15 minuto. I-flush at tapos ka na!
- **Pagtanggag ng mga mantsa sa carpet.** Paghaluin ang isang kutsara ng puting suka, isang kutsara ng sabon ng pinggan at dalawang tasa na mainit na tubig. Ikuskos sa mantsa ng carpet, banlawan, at patuyuin.
- **Pagtanggag ng hindi kaaya-ayang amoy.** Maglagay ng puting suka sa kusina nang magdamag. O, magpakulo ng isang tasa ng puting suka sa kalan.



Baking Soda

- **Paghalo,** ilagay ang baking soda sa loob ng isang natatakpang lalagyan. Magdagdag ng sapat na tubig sa baking soda upang makagawa ng paste (pandikit).
- **Gamitin sa mga mahirap linisin tulad ng tiles at ibabaw ng kalan.** Banlawan ng tubig pagkatapos gamitin.

Iba pang Gamit ng Baking Soda sa Paglilinis ng Bahay:

- **Pagpapaputi ng mga Damit.** Magdagdag ng isang tasa ng tuyong baking soda sa isang karga ng labada.
- **Paglilinis ng Amoy ng Carpet.** Ilagay ang tuyong baking soda sa carpet. Hayaan ito nang 15 minuto. I-vacuum.

Maingat na Pagsasama-sama ng mga Sangkap

Sa pamamagitan ng magkasamang paggawa kasama ng indibidwal na sinusupportahan mo, matutulungan mo silang pagsamahin ang mga sangkap sa bahay para makagawa ng kanilang sariling mga supply na panlinis, tulad ng:

- **Panlinis ng salamin**, gamit ang tubig, puting suka, at ng ilang rubbing alcohol
- **Panlinis ng sebo**, gamit ang ammonia
- **Heavy-duty na pangkuskos**, gamit ang dayap at borax powder mula sa detergent aisle

Alamin pa ang higit dito

<https://www.goodhousekeeping.com/home/cleaning/tips/a24885/make-at-home-cleaners/>