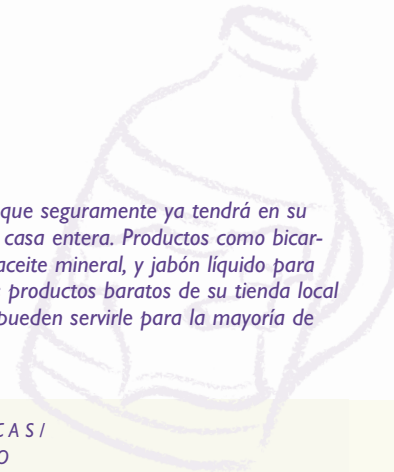


Household Cleaning Products (Productos Domesticos de Limpieza)



Many common household items that you probably already have in your home can be used to safely clean your entire house. Items such as baking soda, vinegar, lemon juice, mineral oil, and liquid dish washing soap along with a few inexpensive items found at your local market like borax powder and washing soda can take care of most of your cleaning needs.

Muchos productos domésticos comunes que seguramente ya tendrá en su casa pueden ser usados para limpiar su casa entera. Productos como bicarbonato de sosa, vinagre, jugo de limón, aceite mineral, y jabón líquido para lavar platos en combinación con algunos productos baratos de su tienda local como borax en polvo y “washing soda” pueden servirle para la mayoría de sus necesidades domésticas.

PRODUCT	SAFE DISPOSAL	LESS-TOXIC ALTERNATIVE/ PROPER USE AND DISPOSAL	ALTERNATIVAS MENOS TÓXICAS/ USO APROPIADO Y DESHECHO
Abrasive Cleaners/ Scouring Powders <i>Limpiadores Abrasivos/ Polvos para Fregar</i>		Baking soda, borax, or Bon Ami™ cleanser (non-chlorinated) can be used safely with a damp sponge. Wipe with vinegar to remove soap film. Mix 1/4 C. baking soda with a small amount of vegetable oil-based liquid soap to make a scouring paste. Use a scrub brush for tougher spots. Use vinegar to soak off hard water and mineral deposits.	<i>Bicarbonato de sosa, borax, o el producto “Bon Ami” (sin cloro) pueden ser usados sin peligro con una esponja húmeda. Limpie suavemente con vinagre para remover cualquier capa de jabón. Mezcle 1/4 de taza de bicarbonato de sosa con una cantidad pequeña de jabón líquido con base de aceite vegetal para formar una pasta. Use un cepillo para manchas que no salen. Use vinagre para remover manchas de agua y depósitos minerales.</i>
All-Purpose Cleaner <i>Limpiadores Generales</i>		Use any of the following with a damp sponge as a kitchen or bath cleaner. Mix 4 Tbs. baking soda in 1 quart of warm water, OR 1/8 C. washing soda, 1 Tbs. liquid soap, 1/4 C. vinegar in 2 gallons hot water; OR 1 quart warm water; 1 tsp. liquid soap, and 1 tsp. borax. Rinse all with water. Reduce amounts for smaller cleaning jobs.	<i>Use cualquiera de las siguientes combinaciones con una esponja húmeda para limpiar la cocina o el baño. Mezcle 4 cucharas de bicarbonato de sosa en un cuarto de agua tibia, O 1/8 de taza de “washing soda,” 1 Cuchara de jabón líquido, 1/4 de taza de vinagre en 2 galones de agua caliente, O un cuarto de agua tibia, 1 cucharita de jabón líquido, y 1 cucharita de borax. Use agua para enjuagar. Disminuya las cantidades dependiendo del area que desea limpiar.</i>
Bleach-based Cleaners <i>Limpiadores con Base de Cloro</i>		Add 1/2 C. white vinegar, baking soda, lemon juice or borax to whiten and deodorize laundry. Use dry bleach, borax, or baking soda to deodorize and disinfect in general household cleaning.	<i>Combine 1/2 taza de vinagre blanco, bicarbonato de sosa, y jugo de limón o borax para blanquear y aromatizar el lavado de ropa. Use lejía seca, borax, o bicarbonato de sosa para aromatizar y desinfectar en la limpieza general de la casa.</i>
Carpet and Upholstery Cleaners		Vacuum regularly. Deodorize: Sprinkle baking soda, or 1 C. borax and 2 C. cornmeal (let stand one hour/vacuum). Shampoo: clean spills immediately with club soda or soap-based rug shampoo. Other options: mix 1 quart white	<i>Aspire con frecuencia. Aromatize: Esparsa bicarbonato de sosa, o una mezcla de una taza de borax y 2 tazas de harina de maíz (espere una hora y aspire). Champú: limpie cualquier derrame inmediatamente con “club soda” o champú de alfombra con base de jabón. Otras opciones: mezclar un cuarto vinagre blan-</i>

Limpiadores de Alfombra y Tapicería

vinegar with 3 quarts boiling water (apply to nap of rug), OR mix 1/2 C. mild liquid dishwashing detergent with 1 pint boiling water — allow to cool into a jelly and whip until stiff (apply and rub gently-wipe clean).

co con 3 cuartos de agua hirviendo (aplicar al “nap” de la alfombra), O mezclar 1/2 taza de jabón líquido para lavar platos (de fuerza ligera) con un pinta de agua hirviendo — esperar que coga la consistencia de una mermelada y luego batir hasta conseguir una consistencia rígida (aplique y talle suavemente-limpiar).

Carpet Stain Remover

Removedor de Manchas de Alfombra



Absorb as much of the stain as possible before treating. For fresh stains, apply club soda generously to the stain OR use 1/4 C. vinegar with 1/4 C. of water. For older stains, try 1/4 C. borax mixed with 2 C. cold water – sponge on stain, let dry, and rinse with water. Vinegar or borax may lighten carpet; test first in a small area.

Absorba lo mas que pueda de la mancha antes de tratar. Para manchas frescas aplique una cantidad generosa de “club soda” a la mancha o use 1/4 de taza de vinagre y 1/4 de taza de agua. Para manchas mas viejas pruebe 1/4 de taza de borax mezclado con 2 tazas de agua fría – aplicar con una esponja a la mancha, dejar que seque, y enjuagar con agua. Vinagre o borax puede desteñir la alfombra, pruebe primero en una area mas pequeña.

Drain Openers and Cleaners

Destapadores y Limpiadores de Caño



To open drains, try plunger first, then pour 1/2 C. baking soda and 1/2 C. vinegar down drain, cover, then flush with 2 quarts boiling water. Repeat. If necessary, rent or buy a plumber’s snake. To avoid clogs, use a strainer on all drains and pour boiling water down drain weekly.

Para destapar caños pruebe primero con el destascador. Si esto no funciona eche 1/2 taza de bicarbonato de sosa y 1/2 taza de vinagre por el caño, cubra, luego enjuague con 2 cuartos de agua hirviendo. Repite. Si es necesario, alquile, pida prestado, o compre un “plumber’s snake.” Para evitar que se atoren los caños use filtros en todos los caños y eche agua hirviendo por los caños semanalmente.

Floor Cleaners

(Ceramic, linoleum, and wood)

Limpiadores de Piso (cerámica, linoleo, y madera)



For ceramic, brick, stone, and linoleum, mix 1 C. vinegar with 1 gallon hot water, apply with a mop. **For linoleum**, 1/4 C. liquid soap, 1/4 lemon juice, and 2 gallons hot water OR use 1/4 C. white vinegar in 1/2 gallon water. **For wood floors**, use 1/8 C. vegetable oil-based liquid soap in 1 gallon of water (apply with mop) OR mix in a spray bottle a splash of vinegar in warm water. Spray and mop with terry cloth mop or cotton towel.

Para cerámica, ladrillo, piedra, y linóleo, mezclar 1 taza de de vinagre con 1 galón de agua hirviendo y aplique con un trapeador. **Para linóleo**, use 1/4 de taza de jabón líquido, 1/4 de taza de jugo de limón, y 2 galones de agua caliente O use 1/4 de taza de vinagre blanco en un galón de agua. **Para pisos acabados de madera** use 1/8 de taza de jabón líquido con base de aceite vegetal en un galón de agua (aplique con trapeador) O mezclar en atomizador un poquito de vinagre en agua tibia. Rocíe y limpie con un trapeador de “terry cloth” o una toalla de algodón.

Furniture and Floor Polish

Cera para los Muebles y el Piso



Try applying one of these combinations with a soft cloth. **For wood only**, mix two parts olive oil or mineral oil to one part lemon juice. Rub in toothpaste or walnut meat to treat water spots. **For leather**, mix 1/4 C. olive oil and a few drops of lemon oil. **For vinyl**, mix 1/4 C. vinegar, 1/4 tsp. vegetable oil-based liquid soap, and water. **For unfinished wood floors**, use small amounts of mineral or vegetable oils, or vegetable oil-based liquid soap mixed with water.

Aplique una de estas combinaciones con un trapo suave. **Para madera** mezcle, 1/8 aceite de olivo o aceite mineral y una parte jugo de limón. Use pasta dental o la carne de un nogal para eliminar manchas de agua. **Para cuero** mezcle 1/4 de taza de aceite de oliva con unas gotas de aceite de limón. **Para vinilo** mezcle 1/4 de taza de vinagre, 1/4 cucharita Jabón líquido con base de aceite vegetal, y agua. **Para pisos de madera no acabados** use pequeñas cantidades de aceites minerales o vegetales, o jabón líquido con base de aceite vegetal con agua.

Glass and Window Cleaner

Limpiador de Vidrio y Ventana





Mix any one of the following combinations. With a lint-free cloth or rag apply a mixture of 1/4 to 1/2 C. vinegar to 1 quart warm water, OR 1 Tbs. of lemon juice in 1 quart of water, OR 1/4 to 1/2 tsp. liquid soap, 3 Tbs. vinegar, in 2 C. water. Dry with newspaper.



Mezcle una de las siguientes combinaciones. Aplique con una franela o trapo limpio. Mezcle 1/4 hasta 1/2 taza de vinagre con 1 cuarto de agua tibia, o 1 Cuchará Jugo de limón con 1 cuarto de agua, o 1/4 hasta 1/2 cucharita de jabón líquido, 3 Cucharas Vinagre, y 2 tazas de agua. Seque con periódico.

continued... (continuar...)

Household Cleaning Products (continued) (Productos Domesticos de Limpieza (continuar))

PRODUCT	SAFE DISPOSAL	LESS-TOXIC ALTERNATIVE/ PROPER USE AND DISPOSAL	ALTERNATIVAS MENOS TÓXICAS/ USO APROPIADO Y DESHECHO
Laundry Products <i>Productos de Lavanderia</i>		<p>Use detergents that are phosphate-free and biodegradable. Use non-chlorine dry bleach, borax or baking soda to whiten clothes. For non-greasy spots, rinse immediately with cold water, then rub in a paste of dry bleach, borax, or baking soda mixed with water prior to laundering. Club soda or rubbing alcohol can be used to treat blood and wine stains. For grease, apply paste of cornstarch or baking soda and water. Brush off when dry. For ink, soak garment in milk or use hydrogen peroxide.</p> <p>▼ Never dispose in storm drain or on the ground.</p>	<p>Use detergents que estén libres de fosfatos y que sean “biodegradable.” Use lejía seca sin cloro, borax, o bicarbonato de sosa para blanquear la ropa. Para manchas no grasosas enjuague inmediatamente con agua fría. Talle con una pasta de lejía seca, borax, o bicarbonato de sosa mezclado con agua antes de lavar. “Club soda” o alcohol desinfectante puede ser usado para manchas de sangre o vino. Para manchas de grasa aplique una pasta de maiz o bicarbonato de sosa y agua. Sacuda la ropa cuando esté seca. Para tratar manchas de tinta enjuague la ropa en leche o use hidrógeno peróxido.</p> <p>▼ Nunca desheche en alcantarillas o en la tierra.</p>
Oven Cleaner <i>Limpiador de Horno</i>		<p>Clean regularly with a mixture of baking soda and warm water. Use steel wool or a bread knife to clean large food deposits. Pour lots of salt on fresh spills, let oven cool and then clean. To minimize cleanups, place aluminum foil on the bottom of the oven. Note: A clean oven operates more efficiently.</p>	<p>Lave con frecuencia usando una mezcla de bicarbonato de sosa y agua tibia. Use una esponja de fibra metálica o un cuchillo ancho para limpiar manchas grandes de comida. Eche bastante sal sobre manchas frescas. Deje que el horno enfrie antes de limpiar. Para mantener un horno más limpio coloque papel aluminio dentro del horno. Nota: Un horno limpio es un horno mas eficiente.</p>

Miscellaneous Household and Personal Products (Diversos Productos Domesticos y Personales)

PRODUCT	SAFE DISPOSAL	LESS-TOXIC ALTERNATIVE/ PROPER USE AND DISPOSAL	ALTERNATIVAS MENOS TÓXICAS/ USO APROPIADO Y DESHECHO
Aerosol Spray Can Products <i>Rociadores con aerosol</i>		<p>Use similar products that are pump sprays or solids. For air fresheners, set out small dishes of baking soda, potpourri, simmer spices or herbs, or burn scented candles. Use baking soda to keep trash cans and refrigerator smelling fresh. Keep areas clean and open windows for ventilation.</p>	<p>Use productos similares que sean preferiblemente atomizador de pompas o sólidos. Para aromatizantes use pequeños platos con bicarbonato de sosa, potpourri, o especias y hierbas. Otra alternativa es quemar velas de olor. Use bicarbonato de sosa para quitarle el olor a los basureros y al refrigerador. Mantenga los espacios limpios y abra las ventanas para ventilación.</p>
Fingernail Polish and Remover <i>Esmalte y Removedor de Esmalte de Unas</i>		<p>Minimize use of these products, and use what you buy. If you use these products, apply in a well-ventilated room as they contain a high level of solvents.</p>	<p>Compre lo menos posible de estos productos y trate de usar el producto entero. Si utiliza estos productos aplíquelos en un cuarto bien ventilado porque poseen un alto contenido de solventes.</p>

Hair Care Products
Productos para el Pelo



Use non-aerosol sprays or styling gels. Buy ammonia-free products for permanent solutions and plant-derived rinses for dyes.

Use rociadores sin aerosol o gels estilizantes. Compre productos libres de amoníaco para líquidos permanentes y enjuagues derivados de plantas para tintes.

Household Batteries
Baterías Domésticas



Purchase solar powered calculators, radios, and watches, or items that can be charged through AC adapters. Use rechargeable nickel-cadmium (ni-cad) batteries. They can be recharged 100's of times. Buy low- or no-mercury brands.

Compre calculadoras, radios, y relojes que puedan ser cargados mediante la energía solar o aparatos que pueden ser cargados mediante el uso de "AC adaptors." Use pilas de níquel y cadmio (ni-cad) recargables. Pueden ser recargados cientos de veces. Compre marcas que no contengan mercurio o que tengan un contenido muy bajo.

Insect Repellent

See Hobby and Pool (Recreation) Products.

Vea Productos Para la Piscina y Productos Recreativos.

Lime/Hard Water Removers
Removedores de Cal y de Manchas de Agua



Use vinegar to soak off lime or hard water mineral deposits. Apply full strength to tile and let sit before rinsing. For build-up on faucets or showerheads, soak a paper towel and leave for about an hour... buildup should then wash away. To remove stickers, peel off, then soak leftover adhesive with vinegar and wipe clean.

▼ Never dispose in storm drain or on the ground.

Use vinagre para eliminar la cal o depósitos minerales de agua. Antes de limpiar loseta deje que la loseta absorba el vinagre antes de enjuagar. Para depósitos que se encuentren en los caños de la cocina, los baños, y la ducha remoje una toalla de papel en vinagre por una hora antes de limpiar. Para remover calcamónias primero despegue y luego remoje lo que queda en vinagre antes de limpiar.

▼ Nunca desheche en alcantarillas o en la tierra.

Metal Polish
Lustre para Metales



Use a soft cloth to polish all metals to a shine. **For chrome**, wipe with vinegar. **For brass, bronze, copper, and pewter**, apply a paste of 1/2 tsp. salt and 1/2 C. white vinegar, and small amount of flour, let stand, then wipe clean OR use a paste of lemon juice and salt, rinse both with water. **For silver**, try toothpaste OR boiling silver for 3 minutes in a quart of water containing 1 tsp. baking soda, 1 tsp. salt, and a piece of aluminum foil, OR rub with a paste of baking soda and water. **For stainless steel**, wipe with white or cider vinegar.

▼ Dried product can be thrown in trash.

Use una franela suave para lustrar todo tipo de metal. Use vinagre para limpiar **chromo**. **Para bronce, cobre, o peltre**, use una pasta de una cucharita de sal, una taza de vinagre blanco, un poquito de harina. Deje remojando antes de limpiar. También puede usar una pasta de jugo de limón y sal antes de enjuagar con agua. Para limpiar **plata** pruebe pasta dental. Otra alternativa consiste en mezclar 1 cucharita bicarbonato de sodio, 1 cucharita de sal, y un pedazo de papel aluminio, con un cuarto de agua. Hierva la plata por 3 minutos. También puede limpiar la plata con una pasta de bicarbonato de sodio y agua. Use vinagre blanco o vinagre de cedra para limpiar **hierro pulido**.

▼ Productos secos se pueden tirar en la basura.

Pet Products
Productos para los Animales Domésticos



Preventive flea control: vacuum house frequently and keep pet and bedding clean. For your pet, try sprinkling brewer's yeast on their food daily OR apply natural flea repellents such as eucalyptus or citronella to your pet's fur OR try herbal flea collars (available in health food stores) OR a flea comb (dropping fleas in soapy water). Check with your veterinarian for other options. If necessary, pyrethrum-based flea products are reported to be the least-toxic of commonly used products.

Control preventivo de pulgas, aspire la casa con frecuencia y mantenga el animal y el espacio donde duerme limpio. Para el animal trate de mezclar un poquito de "brewer's yeast" con su comida diariamente o trate de aplicar repelentes naturales de pulgas así como eucalipto y citronella al pelo del animal. También puede probar collares herbales anti-pulga (disponibles en tiendas especializadas) o un cepillo de pulga (dejando caer las pulgas en agua con jabón). Consulte su veterinario para otras opciones. Si es necesario, productos para las pulgas con base de "pyrethrum" supuestamente son las menos tóxicas de los productos de uso común.

Thermometers
Termómetros



Use an electronic, non-mercury thermometer.
▼ If broken, use a piece of cardboard or hard plastic to push mercury droplets into a zipper lock bag. Contact Denver Fire Department HazMat at 303-572-4607 for drop-off information for all mercury thermometers.

Use un termómetro electrónico sin mercurio.
▼ Si está roto use un pedazo de cartón o plástico para colocar las gotas de mercurio en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Contacte el Departamento de Bomberos de Denver HazMat al 303-572-4607 para mayor información sobre termómetros de mercurio.