



Schöner trinken: DIY Wasserflasche aufpeppen

Wir wissen es alle: unser Körper braucht mindestens 2 Liter Flüssigkeit am Tag, um richtig und gesund zu funktionieren. Trotzdem passiert es uns immer wieder, dass wir am Ende eines Tages merken, die Trinkmenge wieder einmal nicht 'geschafft'

zu haben. Oft vergessen wir einfach, zu trinken. Mit einer Wasserflasche behalten Sie Ihre Trinkmenge ganz simpel im Blick. Und wenn sie dann auch noch ein wenig farbenfroh daher kommt, verbreitet sie außerdem auch noch richtig gute Laune! Ich zeige Ihnen heute, wie's geht.



Leitungswasser - gesund und kostengünstig

Die beste und einfachste Art,
etwas für den eigenen
Flüssigkeitshaushalt zu tun: den
häuslichen Wasserhahn
aufdrehen! Wir haben das große
Glück, dass bei uns überall
sauberes Trinkwasser aus den

Hähnen kommt. Leitungswasser ist anderen Getränken in Vielem überlegen. Es ist überall verfügbar, enthält weder Zucker noch Kalorien und noch dazu ist es eine wirklich umweltfreundliche und nachhaltige Alternative zu Softdrinks und Mineralwässern, denn Verpackung und auch Transport entfallen. Außerdem ist es eine sehr preiswerte Art, seinen Durst zu stillen. Also

lassen Sie uns eine
Wasserflasche bunt gestalten,
die sie dann direkt am Hahn
befüllen können.



Wasserflasche aufpeppen - so geht's •

Sie brauchen dafür:

- 1 einfache Glasflasche mit Bügelverschluß
- Glasmalfarben, optional Glasmalstift
- Stupfpinsel aus Schaumstoff in verschiedenen Größen
- Buchstabenaufkleber aus dem Schreibwarenbedarf

Glasmalfarben gibt es in unterschiedlichen Ausführungen. Ich habe hier eine verwendet, die auch für Porzellan geeignet

ist und nicht eingebrannt werden muss. Sie ist nach einigen Tagen der Trocknung dennoch fest mit dem Glas verbunden und übersteht sogar den Geschirrspüler. Der Glasmalstift, den ich genutzt habe, benötigt hingegen eine kurze Zeit im Backofen, um auf dem Glas fixiert zu werden. Er ist nötig, wenn man feinere Motive oder dünne Linien (wie weiter unten bei dem

Wasserglas) zeichnen möchte.



so bringen Sie Farbe aufs Glas:

Die Wasserflasche sollte vorab gründlich gespült werden, die Oberfläche muss staub- und fettfrei und trocken sein. Für die bunten Konfetti-Punkte geben

Sie nun von jeder Farbe einen kleinen Klecks auf einen Teller. Die Schaumstoffpinsel damit benetzen und auf das Glas drücken. Dabei eine leicht rotierende Bewegung machen, damit der Kreis auf der gewölbten Glasoberfläche auch wirklich rund wird. Möchten Sie, dass sich mehrere Farbkreise überschneiden, so lassen Sie die erste Farbe immer erst mindestens 30 Minuten

trocknen, bevor Sie mit einer anderen Farbe weiter arbeiten. Bei der Anordnung der Punkte wird der Flaschenhals ausgespart.



Im Norden sagt man 'MOIN'!

Ihnen gefällt die Konfetti-Optik, aber Sie hätten es gern noch individueller? Dann 'schreiben' Sie doch einfach ein Wort oder einen Namen auf die Flasche. Dafür kleben Sie Buchstaben (aus dem Schreibwarenbedarf) auf die unbemalte Fläche und stempeln mit dem Schaumstoffpinsel einfach darüber. Die Aufkleber danach sofort wieder abziehen, die

Farbe darf noch nicht trocken sein. Dabei kann eine Nadel oder eine Messerspitze gute Dienste leisten.





So eine Namens-Flasche ist auch ein tolles Geschenk und ein individuelles Einzelstück.

Verwechslung ausgeschlossen!

Natürlich können Sie auch schlichte Wassergläser mit Glasmalfarben zu einem ganz besonderen Hingucker machen.

Achten Sie darauf, den oberen
Trinkrand nicht zu bemalen.



Bei meinem Wasserglas habe ich
die (vom Designvorhandenen)
Rillen einfach in verschiedenen
Blautönen angemalt. Für das
Boot habe ich mir ein Motiv

ausgedruckt und von innen ans
Glas geklebt. So kann man die
Linien einfach mit dem Stift
nachziehen. Klappt auch ganz
ohne künstlerische Begabung,
versprochen!



Und unterwegs?

Die Glasflaschen sind tatsächlich sehr robust und schließen auch dicht. Aber Glas hat natürlich immer auch ein hohes Gewicht. Wem das zu schwer wird, für den gibt es die tollen, leichten Alternativen aus Edelstahl. Oder darf's die stylische einfach-Heimat Isolierflasche sein?

Im Bereich Trinkwasser Mobil finden Sie außerdem viele regionale Partner, bei denen Sie

Ihre Wasserflasche unterwegs mit Leitungswasser kostenlos auffüllen können. Gerade bei einer ausgedehnten Radtour oder einer langen Wanderung ist das Gold wert! Ich freue mich, wenn Sie sich ab jetzt mit Ihrer selbst gestalteten Wasserflasche Ihre Trinkmenge immer im Blick haben. Darauf stoße ich gleich mal an - natürlich mit Leitungswasser!

Bildnachweis:

Alle Bilder von Cornelia Geerken



SMILLAS WOHNGEFÜHL

im Nordwesten
unterwegs...
service@einfach-heimat.de