

## Mit weniger Plastik leben

Kunststoff bzw. Plastik ist aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken.

Die Plastikindustrie produziert immer mehr Produkte aus Kunststoff. Inzwischen ist Kunststoff

als Mikroplastik bereits in der Zahncreme, im Lippenstift, in Körpercremes und Lidschatten, im Duschgel und Haarshampoo. Plastik reichert sich im Wasser und hier vor allem in den Meeren (auch als Mikroplastik) immer mehr an. Es gibt einfach zu viel Wegwerfplastik, wie Folien, Beutel, Blister, Becher und Flaschen. Zusätzlich werden den Kunststoffen viele Chemikalien zugefügt, die unserer Gesundheit großen Schaden zufügen können. Vor allem die Kunststoffe mit den Plastik- Codes 01, 03 und 06 (stehen auf den Artikeln) stehen in der Kritik, weil sich aus ihnen gesundheitlich bedenkliche Chemikalien wie Weichmacher und Farbstoffe lösen können.

Ganz auf Kunststoff zu verzichten ist meist nicht möglich. Deshalb geht es in erster Linie darum den Plastikmüll, insbesondere von Einwegprodukten, zu vermeiden.

- Auf Plastiktüten ganz verzichten, wenn das nicht möglich ist, mehrmals verwenden oder
- Baumwolltragetaschen benutzen.
- Gemüse und Obst offen auf dem Markt, in kleinen Geschäften, Reformhäusern oder Bioläden kaufen und in einem Korb oder Stoffbeutel verstauen.
- Behälter für Lebensmittel aus Glas oder Porzellan z.B. für Joghurt, Schlagrahm,
- Marmelade und Säfte sind besser als Plastikbehälter.
- Kaufen Sie keine Plastikaufbewahrungskästen und keine Konservendosen (sind mit Plastik ausgekleidet), zum Aufbewahren und Einfrieren eignen sich Gefäße aus Edelstahl, Glas, Porzellan oder Keramik, eventuell mit Schraubverschluss.
- Auf Einweggeschirr (z.B. Coffee-to-go) und -Besteck (z.B. im Biergarten) ganz verzichten.
- Bevorzugen Sie nachfüllbare Gebinde bei Putz- und Waschmitteln.
- Vermeiden Sie Mikroplastik beim Einkauf von Zahnpasta, Duschgel, Cremes und sonstigen Körperpflegeartikeln. Auf den Verpackungen sind in diesem Fall Begriffe wie Mikroperlen, Mikrokügelchen oder Perlsystem aufgeführt.

Eine Liste der betroffenen Artikel ist im Internet auf der BUND-Seite unter „Mikroplastik die unsichtbare Gefahr“ einsehbar.

Auf diese Weise kann jeder daran mitwirken den Plastikverbrauch erheblich zu vermindern.