

## 40 Tage Plastikfasten

### Warum?

Wir sollten aufhören so viel Plastik zu verwenden, da wir damit unseren eigenen Planeten zerstören. Das könnten wir verhindern, indem wir weniger Plastik kaufen.



*Deshalb würden wir uns freuen, wenn Sie mit uns Plastik fasten. Hier wären ein paar Alternativen für Sie.*

### Plastikmüll im Haushalt

Anfallend: Lebensmitteleinkauf, Kleidung, ...

Wir können Plastik bereits beim Einkaufen verhindern, indem wir keine Plastikverpackung kaufen.

- z.B. - Obst lose kaufen
- Fleisch- und Wurstwaren beim Metzger kaufen
  - Auf Mehrfachverpackungen bei Süßigkeiten verzichten
  - Glas- statt Plastikflaschen
  - Joghurt im Glas

Und natürlich auf **wiederverwendbare Einkaufstaschen** setzen.

Bei Kleidung würde es helfen, wenn wir „**Second-Hand**“ kaufen, so wird Verpackungsmüll und Geld gespart und es ist gleichzeitig nachhaltig.



### Plastik im Bad

Anfallend: Shampoo, Duschgel, Make up, ...

Anstatt der flüssigen Variante z.B. - feste Seifen oder festes Shampoo kaufen.

- mikroplastikfreie Produkte
- beim Make up auf plastikfreie Produkte achten
- auf Plastikfingernägel verzichten.



