



KAKO IZBJEGAVATI NEZDRAVU PLASTIKU U SVAKODNEVNOM ŽIVOTU

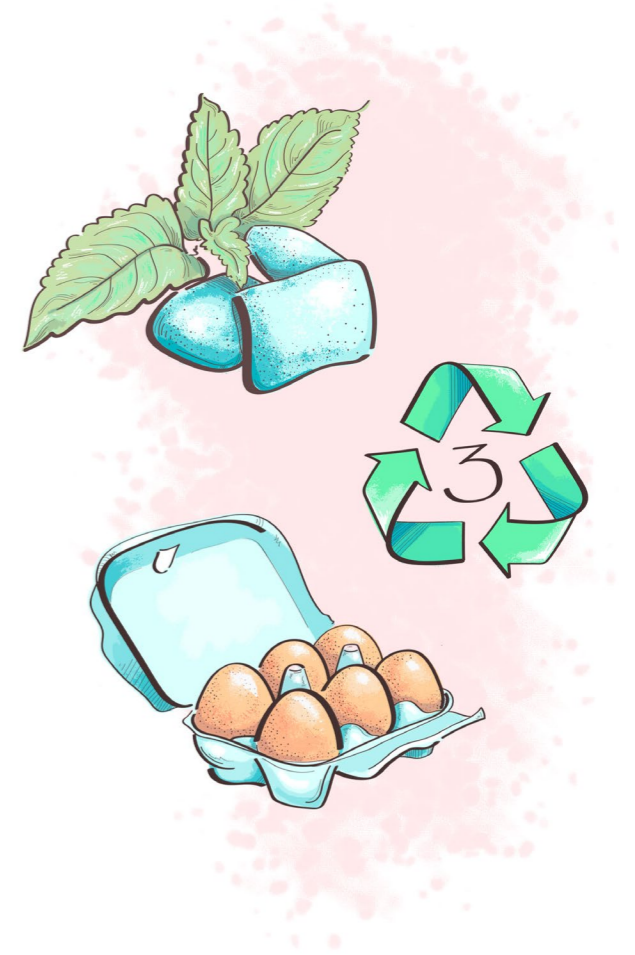
Jeste li znali da plastični predmeti, osobito plastika za jednokratnu upotrebu, predstavljaju potencijalne zdravstvene rizike za vas i vašu obitelj? Slijedite ove jednostavne savjete kako biste počeli smanjivati uporabu plastike u svakodnevnom životu!

HRANA

- Odaberite sladoled u kornetu umjesto da kupujete sladoled plastičnim posudama. Ako želite ponijeti malo sladoleda kući, možete ga upakirati u svoju posudu.
- Izbjegavajte kupovinu sokova i ostalih napitaka u plastičnim bocama i umjesto toga jedite svježe voće.
- Kupujte prehrambene proizvode pohranjene u staklu, ne plastici, a ostatke pohranite kod kuće u staklene ili keramičke posude.
- Odlučite se za višekratne boce od nehrđajućeg čelika, koje može koristiti cijela obitelj, od beba, djece do odraslih, i recite "zbogom" kupnji vode u boci.
- Donesite od doma ubrus i posuđe. (Posuđe možete umotati u ubrus tako da ostane čisto u vašoj torbi).



- Izbjegavajte plastiku s oznakom recikliranja br. 3 jer je ona napravljena od PVC-a.
- Kupujte hranu u papirnatim ili kartonskim ambalažama (jaja, kruh, meso, mlijeko).
- Pokušajte se odreći žvakaće gume jer sadrži plastiku i radije se odlučite za žvakaće gume bez plastike.
- Nabavite dobar filter za vodu iz slavine za zamjenu vode u boci. U suprotnome, kupujte vodu u boci samo u spremnicima od polikarbonata od 7 litara za višekratnu upotrebu i čuvajte na hladnom, tamnom mjestu.
- Nemojte zagrijavati hranu ili tekućinu u plastičnim pakiranjima ili vrećicama. Velika toplina omogućuje plastici brže ispuštanje opasnih kemikalija.



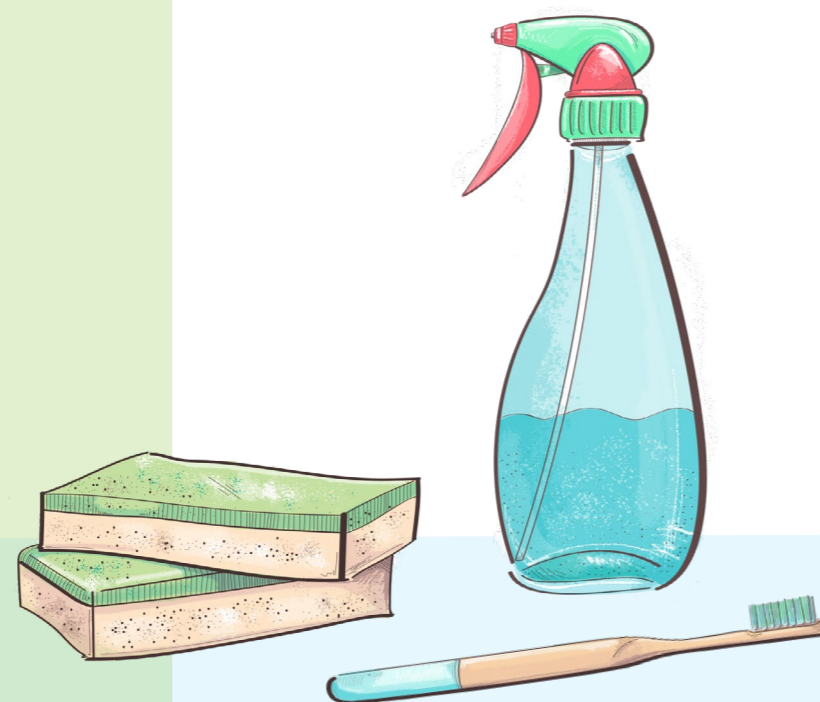
ODJEĆA

- Pokušajte izbjegavati odjeću izrađenu od poliestera.
- Koristite platnenu pelenu; koristite prirodne ili platnene igračke za kućne ljubimce i djecu.
- Ako kupujete novu odjeću, kupujte brendove koji koriste organska vlakna ili druge prirodne materijale, poput pamuka, konoplje, lana i vune. U slučaju da vam treba plastika, pokušajte pronaći brendove koji koriste reciklirane materijale.
- Pokušajte iznositi svoju odjeću što dulje. Čak i ako je vi više ne želite nositi, možete ju darovati nekome kome je potrebna odjeća.



ČIŠĆENJE

- Koristite ocat i vodu kao sredstvo za čišćenje i čuvajte ga u višekratnoj boci s raspršivačem.
- Soda bikarbona može imati više namjena. Možete je koristiti kao proizvod za čišćenje jer neće ogrebat površine, a i učinkovita je u ubijanju virusa.
- Posuđe perite ručno bez upotrebe sode bikarbone ili sapuna. Vaše će posuđe biti nevjerojatno čisto.
- Ako koristite deterdžent za pranje suđa, koristite onaj u prahu koji se nalazi u kartonskoj kutiji.
- Koristite prirodne krpe za čišćenje i prirodne spužve umjesto plastičnih i sintetičkih spužvi. Čiste isto, ako ne i bolje!
- Perite odjeću domaćim sapunom za rublje koji dolazi u ambalaži bez plastike.



OSTALE POTREPŠTINE

- Tijekom putovanja sa sobom nosite putnu šalicu ili bocu od nehrđajućeg čelika za kavu i druga pića.
- Koristite drvene šibice umjesto plastičnih upaljača.
- Počnite koristiti bambusovu četkicu za zube i izbjegavajte paste za zube u tubi tako što ćete napraviti vlastitu pastu za zube (stvarno je jako jednostavno).
- Nosite vrećice za višekratnu upotrebu. Mnoge vrećice mogu se složiti kao zasebna manja vrećica što ih čini vrlo zgodnim i jednostavnim za korištenje jer ne zauzimaju puno prostora.
- Kada kupujete proizvode za osobnu njegu, izbjegavajte one koje sadrže polietilen kao sastojak jer nije dobar za vaše zdravlje!
- Sodu bikarbonu pomiješajte s nekoliko kapi ulja čajevca i koristite kao dezodorans.
- Koristite rupčić umjesto papirnatih maramica.



- Odaberite darove bez plastike za prijatelje i obitelji odabirom darovnih kartica. Budući da vaši prijatelji mogu sami odabrati svoj dar, to je uistinu odlična ideja.
- Ako kupujete poklone, zamotajte ih bez plastične trake. Također, pokušajte ponovo upotrijebiti darovne vrećice i ukrasni papir.





WWW.GREEN-SAIL.COM