

## Bye-Bye Plastik

### Ein Leben ohne Plastik – So befreien wir Mensch und Natur

Wohl jeder, der in letzter Zeit Urlaub am Mittelmeer gemacht hat, hat ihn schon gesehen: Plastikmüll in allen Formen und Farben, der dort vor sich hindümpelt. Er bedroht die Gesundheit und das Leben von Mensch und Tier.

Zivilisationsmüll ist omnipräsent. Aber speziell Plastikabfall entsteht auch dort, wo wir ihn nicht vermuten: Nicht nur Lebensmittel und Getränke, auch Zahnpasta, Peelings und Duschgels enthalten zur Verstärkung des Reinigungseffekts winzige Mengen an Mikroplastik – mittlerweile ist dies auch in unserem Körper zu finden. Der Verzicht auf die Plastik-Einkaufstüte ist da leider nicht ausreichend.

Wie aber können wir uns und unsere Umwelt schützen? Wie unser Leben neben Beruf und Familie „entplastifizieren“?

Sophie Noucher beschreibt, wie man auch als berufstätige Mutter von drei Kindern ganz konkret Wege finden kann, **Plastik aus dem Alltag zu verbannen**. Sie gibt wunderbare Tipps und Ratschläge für **plastikfreie Räume wie Küche, Bad, Garten oder Büro**. Warten Sie nicht länger, verwandeln Sie Ihre Umgebung in eine plastikfreie Zone zum Wohle unseres Planeten.



Zahlreiche erprobte und leicht umsetzbare Tipps für den Alltag:

- Einkaufen
- Lebensmittel, Körperpflege, Hausputz
- Kleidung
- Spielzeug
- ...

#### Bibliografie:

Sophie Noucher: Bye-Bye Plastik – Besser leben ohne Kunststoff

160 Seiten, Paperback, 150 x 210 mm, ISBN 978-3-95843-914-6, €(D):14,99