

PLÁSTICO ZERO

Protótipo do folheto a entregar junto com a garrafa

1) SACOS DE SUPERMERCADO E COMPRAS REUTILIZÁVEIS

O item mais básico e famoso na lista de produtos ecológicos. Os sacos de supermercado ou compras de plástico são dos principais responsáveis pelo crescimento da poluição plástica. Por isso, compre uma ecobag bem bonita e vá às compras se sentindo bem. Outra dica é evitar de colocar as frutas e vegetais em plástico durante à compra no mercado ou não comprar embalados. Coloque-as direto na ecobag. É só se acostumar com a mudança de hábito e não precisar pagar mais por sacos onde os alimentos estão embrulhados.

Se for comprar roupa e ver que a embalagem é de plástico, peça para colocarem a compra na sua bolsa ou mochila.

2) COPINHOS DE CAFÉ ECOLÓGICOS

Peça louça de vidro ou então para colocar no seu próprio copo. Substitua os copinhos de café descartáveis por um portátil.

3) PALHINHA SUSTENTÁVEIS

SABIA que as palhinhas não podem ser recicladas? E cá entre nós, é um item que podemos viver sem na maioria das situações, não é mesmo? Porém, nós sabemos que muitas vezes eles são convenientes e práticos. Seja numa festa, por uma situação médica ou até mesmo para não beber direto da lata. Por isso, opte em ter uma palhinha ecológica consigo. Isto vai ajudar muito o meio ambiente.

4) FOLHAS E PAPÉIS EM PAPEL SEMENTE

Já viu uma folha de papel que pode ser plantada? A Papel Semente produz diversos produtos em papel reciclado com sementes. Cartões, convites, embalagens, envelopes, entre diversos **outros produtos** que podem ser personalizados. Depois do uso do papel, é só abrir um buraco, plantar na terra e dentro de algumas semanas ver germinar uma flor ou hortalça.

5) PRODUTOS DE LIMPEZA CASEIROS E ECOLÓGICOS

Controlar os produtos químicos que usamos em casa parece algo complicado. Substituir fórmulas que fazem mal ao meio ambiente por alternativas sustentáveis – e que fazem bem à saúde – é mais fácil do que imagina.

6) ESCOVA DE DENTES DE BAMBU

Escovas de dentes são itens que até esquecemos que podem ser poluentes, não é mesmo? O facto é que a maioria das escovas de dentes hoje são feitas de plástico. Muitas delas, acabam se decompondo em microplásticos que acabam poluindo os

oceanos ou contaminando o solo. Para resolver este problema e substituir o plástico, as escovas de dentes de bambu são uma alternativa.

7) SABONETE ECOLÓGICO

A grande maioria dos sabonetes no mercado hoje utilizam produtos químicos que não fazem bem ao meio ambiente, ou até gordura animal na composição. As embalagens, na maioria, são plásticas. Que tal substituir o sabonete ecológico por um 100% natural?

8) FRALDAS DE PANO

Fraldas descartáveis são caras, utilizadas por quase dois anos por cada bebê e não são ecológicas. As fraldas de pano podem ser super amigas do bolso e ainda evitam alergias, assaduras e dermatites nos bebês.

9) COTONETES DE PAPEL

A Johnson & Johnson começou a trocar as hastes dos cotonetes de plástico por de papéis. Quando for às compras, procure por alternativas verdes. Lembre-se que boa parte do plástico que consumimos hoje acaba no oceano, e muitas vezes ele volta até para o nosso prato.

10) ROUPAS ECOLÓGICAS

Comprar marcas que tem o propósito de ajudar e mudar o mundo. Elas são exemplo de que dá para se vestir muito bem – com muito mais estilo – e ainda fazer bem à natureza. Todas as embalagens e composições das marcas evitam substituem o plástico 100%.

11) TALHERES E PRATOS ECOLÓGICOS

Como substituir o plástico se ele é tão prático? A verdade é que a praticidade sai caro para o nosso planeta. Substituir o plástico por alternativas mais verdes são sempre o melhor caminho. Vai fazer uma festinha ou picnic? Procure utilizar pratos de papel e talheres de madeira, que são ecológicos e ainda podem ser descartáveis.

12) PENSAR

Pense antes de comprar. Será que precisa mesmo de tudo o que compra?