



Ιδέες για την αντικατάσταση και τη μείωση χρήσης του πλαστικού

-**Αντικατάστησε το πλαστικό μπουκαλάκι νερού που αγοράζεις καθημερινά με δροσερό νερό** από το σπίτι σου το οποίο και μπορείς να το μεταφέρεις σε θερμό. Έτσι και χρήματα θα γλυτώσεις και δε θα επιβαρύνεις το περιβάλλον.

-Επένδυσε σε μία καλή καφετιέρα, για να μη χρειαστεί να αγοράζεις καφέ από έξω τόσο συχνά. Μπορείς να τον μεταφέρεις σε ένα shaker ή σε ένα θερμό, ώστε να διατηρήσεις τη θερμοκρασία του σταθερή.

-**Απόφυγε τις συσκευασίες delivery και προτίμησε σπιτικό φαγητό σε τάπερ.** Σκέψου πόσες σακούλες, πόσες πλαστικές συσκευασίες και πόσα πλαστικά κουβέρ καταναλώνουν πολλοί από εμάς κάθε μήνα. Έπειτα, πολλαπλασίασε το νούμερο επί 12 για να κάνεις έναν ετήσιο υπολογισμό κατανάλωσης πλαστικού... Θα εκπλαγείς με το πλαστικό αποτύπωμά σου...

-**Σταμάτα να κουβαλάς τα ψώνια σε πλαστικές σακούλες** και προτίμησε υφασμάτινες σακούλες τις οποίες και μπορείς να χρησιμοποιήσεις για πολύ καιρό.

-**Προτίμησε σαπούνι σε μορφή μπάρας αντί σαπουνιού σε υγρή μορφή,** αποφεύγοντας έτσι την πλαστική συσκευασία.

-Αντί του έτοιμου χυμού σε πλαστικές συσκευασίες, μπορείς να στύβεις χυμούς από φρέσκα φρούτα τους οποίους μπορείς να αποθηκεύσεις σε γυάλινα μπουκάλια.

-**Αντικατάστησε τα οικιακά καθαριστικά σου με φυσικά που σου προτείνουμε [εδώ](#).** Και πιο οικονομικό είναι και αποφεύγεις τις συσκευασίες των καθαριστικών.

-**Αν έχεις κάποιο κατοικίδιο, άλλαξε το πλαστικό πιατάκι φαγητού με ένα κεραμικό.** Και πιο όμορφο και πιο καλό για την υγεία του κατοικίδιου σου!

Αποκλειστικός δωρητής του προγράμματος



ΙΔΡΥΜΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ
STAVROS NIARCHOS
FOUNDATION