

# Nachhaltigkeit im Badezimmer

## Was tun gegen Plastik?



### Faktencheck

Seit einiger Zeit ist Nachhaltigkeit ein wichtiges Thema in unserer Gesellschaft. Sei es die wiederverwendbare Trinkflasche, die wiederverwendbare Einkaufstüte oder Aufbewahrung in Einmachgläsern. Doch wird auch ausreichend im Badezimmer auf Nachhaltigkeit geachtet? Im Jahr 2019 wurden durchschnittlich pro Kopf 11,1 Flaschen Duschgel und 10 Flaschen Shampoo verwendet- eine enorm hohe Zahl. Die Zahnbürste ist aus Hartplastik, die Zahncreme in der Plastiktube und die meisten Gesichtscremes sind in Plastikverpackungen. Bei der Herstellung von Plastik wird der seltene Rohstoff Erdöl verwendet. Plastik ist nicht biologisch abbaubar und deswegen eine große Umweltbelastung. Auch Mikroplastik befindet sich in vielen Produkten aus dem Badezimmer. Beispielsweise wurde in jeder 5. Gesichtscreme aus der Drogerie Mikroplastik entdeckt.

### Mikroplastik - Was ist das ?

Unter Mikroplastik versteht man Plastikpartikel, die kleiner als 5 mm sind. Diese sind für das menschliche Auge kaum sichtbar. Unterschieden wird in **Primäres Mikroplastik**, welches industriell hergestellt wird (bspw. Peeling oder Shampoo, etc.) & **sekundäres Mikroplastik**, welches bei dem Zerfall von Plastikartikeln entsteht.

Durch die Verwendung von Mikroplastik gelangt dieses ins Meer. Aufgrund der Nahrungskette findet sich Mikroplastik in unseren Speisen.



### So kannst du Dir ganz einfach eine Seife selbst herstellen:

1. Rasple die Reste der Seifen, die Du wiederverwerten möchtest.
2. Nimm 2-3 Esslöffel von der geraspelten Seife und lege Sie in eine Schale/ auf einen Teller.
3. Zerbröckle noch einmal alles mit den Fingern.
4. Gib nun getrocknete Kräuter/ Blüten Deiner Wahl hinzu und tröpfele zusätzlich 1-2 Esslöffel Wasser in die Schale. (Duftseife: Hinzufügen von ätherischen Ölen)
5. Knete alles gut durch, forme die Masse und dekoriere Deine Seife.
6. Lasse Deine Seife eine Nacht trocknen.



### Ziele der Nachhaltigkeit



### 10 Tipps für weniger Plastik im Badezimmer

1. Kaufe feste Seifenstücke/Duschgele! Auch wenn Du denkst, dass es teurer ist → es hält viel länger!
2. Achte auf die Inhaltsstoffe und Qualitätssiegel!
3. Kaufe immer nur so viel ein, wie Du auch wirklich benötigst!
4. Achte auf eine nachhaltige Verpackung - somit kannst Du Müll reduzieren!
5. Recherchiere, welche nachhaltigen Alternativen es gibt und werde kreativ!
6. Fertige selbst Deine Produkte an - es ist einfacher als Du denkst!
7. Verpackungen können aufgehoben und wiederverwendet werden!
8. Brauche Dein Produkt komplett auf, bevor Du ein Neues verwendest!
9. Reflektiere Dein Konsum und Deine Kaufentscheidungen!
10. Verwende Apps wie „Code Check“ - damit kannst Du ganz einfach schauen, welche Inhaltsstoffe Dein Produkt enthält!

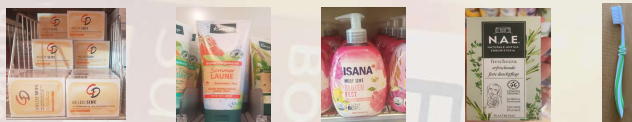


- Umweltfreundlicher
- Sparsamer als Flüssigseife
- Bessere Dossierung
- Unbegrenzte Haltbarkeit
- Gut bei empfindlicher Haut
- Plastikfreie Verpackung
- Spaß und Kreativität bei der Herstellung
- Upcycling von alten Seifen
- Günstiger



### Drogeriemarkt

- Verpackung**
- Billige Produkte meist in Plastik
  - Teurere Produkte in nachhaltigen Verpackungen
- Preis**
- Zwischen 0,50 € & 4,00 €
- Inhaltsstoffe**
- Oft mit Mikroplastik
- Sonstiges**
- nur teilweise Tierversuchsfrei



### Unverpackt Laden

- Verpackung**
- Immer nachhaltig
  - Aufbewahrung in Glas, Dosen aus Bambus
- Preis**
- Zwischen 6,00 € & 9,00 € (aber meist ergiebiger)
- Inhaltsstoffe**
- Kein Mikroplastik
  - Pflanzliche Stoffe
- Sonstiges**
- Tierversuchsfrei

