

# Le mie 10 abitudini plastic free

Eleonora Gillera

## Utilizzo la borraccia

Io utilizzo la borraccia tutti i giorni perché l'anno scorso compravo ogni giorno delle bottigliette di plastica e poi ogni settimana accumulavo molta plastica, visto lo spreco ho deciso di comprare una borraccia



# Non utilizzo i dischetti per struccarmi usa e getta

Utilizzando i trucchi tutti i giorni ho deciso di comprare un dischetto per struccarmi lavabile, per non utilizzare molti dischetti usa e getta, in modo di risparmiare sia sul punto di vista economico e di plastica



# Quando ho buste della spesa di plastica le riuso

Le poche volte che utilizzo le buste della spesa di plastica le riutilizzo per la spazzatura oppure per “trasportare” cose



# Utilizzo le buste della spesa riutilizzabili

Fin da quando sono piccola in casa abbiamo sempre utilizzato le buste della spesa riutilizzabili che sono molto resistenti e capienti.



# Cerco di evitare gli involucri di plastica

Quando per esempio compro frutta e verdura cerco di evitare involucri con molta plastica e di prenderla sfusa in cassetta



57394682  
Stocksnapper | Dreamstime.com



Download from  
**Dreamstime.com**  
The visual content image is for previewing purposes only.



# Compro le ricariche di sapone per ricaricare i dispenser

Da diversi anni al posto di ricomprare  
sempre i contenitori di sapone compro  
le buste per ricaricare i dispenser



# A casa mia c'è sempre stata la raccolta differenziata

Fin da bambina sono stata abituata a buttare ogni cosa al proprio posto, plastica con la plastica, carta con la carta ecc.





# Cerco di evitare l'acquisto di indumenti con microplastiche

Fin da piccola sono stata abituata a guardare l'etichetta dei vestiti per controllare fossero di cotone o per lo meno per la maggior parte di cotone, evitando altri materiali derivati dalla plastica.



## Evito piatti, bicchieri e posate usa e getta

Cerco di evitare sempre l'uso e getta  
me se sono costretta ad usarlo cerco  
di prendere materiali biodegradabili o  
carta.



## Non butto per terra i mozziconi

Non butto mai i mozziconi per terra e  
per evitare di farli buttare per terra ai  
miei amici mi offro sempre di buttarli io

