



Liste der Inhaltsstoffe unbedingt prüfen

Beispiele, wie Sie Plastik im Alltag meiden können:

- Zahnpasta, Kosmetik und Waschmittel auf Inhaltsstoffe prüfen und Produkte mit Mikroplastik komplett meiden. Mikroplastik ist drin, wenn folgende Inhaltsstoffe aufgeführt sind: Polyethylen (PE), Polypropylen (PP), Polyethylenterephthalat (PET), Nylon 12, Nylon 6, Polyurethan (PUR), Acrylat Copolymer (AC), Acrylates Crosspolymer (ACS), Polyacrylat (PA), Polymethylmetacrylat (PMMA) oder Polystyren (PS). Eine Liste mit Herstellern und Produkten finden Sie auf: www.bund.net/service/Publicationen. Dort gibt es weitere Infos zum Thema „Mikroplastik“. Wenn Sie ein Smartphone haben, können Sie die App „CodeCheck“ nutzen, die sekundenschnell alle Inhaltsstoffe eines Produkts über den Barcode identifiziert und anzeigt.

- Nehmen Sie Korb, Rucksack oder Stoffbeutel zum Einkaufen mit anstatt Plastik- oder Papiertüten zu kaufen. Für Obst, Gemüse und Brot gibt es immer wiederverwendbare Beutel und Netze aus Leinen oder Baumwolle.
- Benutzen Sie Mehrwegflaschen und wiederverwendbare Trinkflasche statt immer neue Plastikflaschen zu kaufen.
- Trinken Sie Kaffee lieber in Ruhe in einem Café oder wenn unterwegs, dann aus einem Thermobecher.
- Kaufen Sie Joghurt, Sahne, Milch, Wasser in Mehrweggläsern bzw. -flaschen statt in Kunststoff.
- Trennen Sie den Müll sorgfältig, denn das erleichtert die Sortierung und das Recycling.

- Trinken Sie Leitungswasser statt Mineralwasser aus Plastikflaschen.
- Kaufen Sie ein Stück Seife anstatt einen Plastikseifenspender.
- Vermeiden Sie Plastikverpackungen, Plastiktüten und Wegwerfartikel.
- Beteiligen Sie sich an Müllsammelaktionen Ihrer Gemeinde, bei der gemeinsam der Plastikmüll aus der Umwelt entfernt wird. LEH

Lesetipps zum Thema:
Up Platt auf Seite 72 und Buchtipp auf Seite 73

Zahnpasta: nur kaufen, wenn sie frei von Mikroplastik ist.

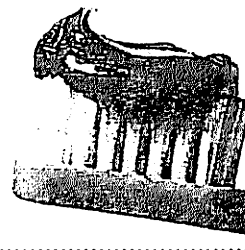


Foto: Melica/Fotolia

zu 80 Prozent von Land und zu 20 Prozent direkt von See. Bis zu 13 Millionen Tonnen Plastikabfälle gelangen jährlich über Flüsse, durch Wind, Abwässer, Sturmfluten oder Hochwasser von Land aus ins Meer. Laut Schätzungen schwimmen dort bereits mindestens 150 Mil-

lionen Tonnen - bis es sich zersetzt haben wird, vergehen rund 400 Jahre.

Professor Gerd Liebezeit (Universität Oldenburg) vermutete bereits 2013, dass Mikroplastik über Abwasser, Verdunstung und Regen in die Nahrungskette gelangt. Der

Chemiker konnte Teilchen bereits in Honig, Milch, Trinkwasser, sogar in Bier nachweisen. Er fordert ein Verbot von Mikroplastik in Kosmetik- und Reinigungsprodukten. Schweden hat gehandelt: Dort ist ab 1. Juli der Verkauf von Kosmetikartikeln verboten, die Mikroplastikstoffe

enthalten. Ein großes Problem bleibt weiterhin der „sichtbare“ Kunststoff. Einkaufstüten gehören laut Deutscher Umwelthilfe (DUH) komplett verboten. Wenn jeder einzelne Verbraucher Plastik bewusst meidet, denken die Hersteller (hoffentlich) um. Hilke Lehmann

Erfahrungsbericht

Verzicht auf Plastik: Es wird einem nicht leicht gemacht

Ein Aufruf des Niedersächsischen Landfrauenverbands Hannover (NLV) machte mich nachdenklich: Die Landfrauen mahnten, flüssige Waschmittel zu meiden, weil sie Mikroplastik enthalten. Ich begann zu recherchieren und stellte fest: Zum Thema Mikroplastik gehört auch der sonstige Kunststoffmüll, den die meisten von uns produzieren. Jetzt beobachtete ich bewusster als



bislang, was eigentlich an Plastikverpackung in meinem Haushalt anfällt: Die Computermaus ist in Kunststoff eingeschweißt, die Gartenschere ebenfalls. Beides ist zusätzlich auf dicker Pappe festgetackert. Unverpackte Geräte habe ich auch nach langer Suche nicht gefunden. Im Supermarkt ist das meiste Obst und Gemüse in Folie verpackt, auf Ökobirnen pappen Plastikaufkleber (!!!) mit dem Wort „Bio“. Ich habe mir nun Netze für Obst, Gemüse zugelegt und werde (noch) öfter bei Direktvermarktern kaufen, die ihre Ware unverpackt anbieten. Die Alternative zu Käse und Aufschnitt in

Plastikverpackungen wäre der Kauf an der Frischetheke mit „Tupperdose“. Gute Idee, wären da nicht unsere strengen Hygienevorschriften: Nichts, was der Kunde mitbringt, darf hinter die Glastheke gelangen. Es wird dem Verbraucher wirklich nicht leicht gemacht, umweltfreundlich zu handeln. Bei Kosmetikartikeln und Waschmitteln nutze ich jetzt immer die App „CodeCheck“. Das kostet zwar etwas Zeit, aber ich werde auch fündig. Erstaunlich, wie viele Produkte „bedenklich“ sind. Für ihre Anregung bin ich den Landfrauen dankbar!

Hilke Lehmann