



## Альтернатива одноразовым вещам

- Используйте тканевую сумку, рюкзак для походов за покупками
- Используйте многоразовые мешочки для взвешивания овощей, фруктов, круп и т.д. вместо полиэтиленовых пакетов.
- Приобретите многоразовую бутылочку или маленький термос для воды и носите с собой.
- Используйте термокружку для чая/кофе, чтобы не покупать одноразовые стаканчики.
- Пользуйтесь бамбуковой щеткой для чистки зубов
- Откажитесь от памперсов в пользу многоразовых подгузников
- Влажные салфетки замените на дезинфицирующий гель.
- Если пользуетесь ватными палочками, поищите их не на пластиковой, а на бумажной основе.
- Пользуйтесь металлической трубочкой для напитков.
- Замените поролоновые губки для посуды на бамбуковые, джутовые.
- Пользуйтесь менструальной чашей вместо прокладок и тампонов.
- Для похода к врачу надевайте многоразовые бахилы