



#PassaAllAzione



IN QUESTO NUMERO PUBBLICHIAMO LE AZIONI DALLA N. 61 ALLA 70.

facebook.com/vivere.sostenibile.3

instagram.com/viveresostenibile

100 azioni che puoi fare *subito* per aiutare la Terra

61



**SCRUB
FAI DA TE**

Gli esfolianti per il viso o per il corpo contengono spesso invisibili microsfere di plastica. Impariamo a farli da sole, basta il fondo del caffè o il sale, unito a dell'olio, per pulire a fondo la nostra pelle, senza plastica!

62



**LIBRI
IN BIBLIOTECA**

I servizi pubblici vivono grazie a chi li usa e danno la possibilità a tutti di accedere a informazioni e letture. Frequentiamo le biblioteche, prendiamo i libri in prestito, doniamone se ne abbiamo in esubero, ne garantiremo così una vita prospera.

63



**SCRIVI
ECO**

Ogni anno si buttano milioni di penne a sfera, difficili da riciclare dato che hanno diversi componenti. Prendi in considerazione l'uso di una penna stilografica con cartuccia ricaricabile e/o inchiostro in vetro, riscoprirai la gioia di scrivere a mano.

64



**ACCIAIO
INOSSIDABILE**

Una superba alternativa alla plastica! Sono contenitori sicuri, durevoli e utilizzati da sempre. Inoltre possono essere riciclati al meglio. Ottimi per conservare cibo caldo, ma anche per congelare.

65



**PELLICOLA
IN CERA D'API**

Valida alternativa ecologica alla pellicola di plastica. Oggi è prodotta anche in Italia. Ha lo stesso odore del miele e si modella con le mani per coprire alimenti in modo sicuro e naturale.

66



**TAGLIERI DI
LEGNO PLEASE!**

Per anni ci hanno detto che quelli in plastica potevano essere più igienici, ma uno studio del 1993 ha stabilito che molti batteri nella plastica si propagano, mentre nel legno dopo l'assorbimento spariscono. La natura ha saggezza!

67



**THE SFUSO MEGLIO
CHE IN BUSTINA**

Molti grandi produttori mettono del polipropilene nelle bustine del the. Meglio sceglierlo sfuso e biologico, lo gusterete al meglio, senza inquinare.

68



**TESSUTI NATURALI
PER LE TENDE**

Cotone, canapa, lino o bambù: tutte fibre perfette per i tendaggi di casa. Quelli sintetici infatti sono spesso fotodegradabili: esposti alla luce disperdono microparticelle di plastica nell'aria.

69



**DENTIFRICI SBIANCANTI,
NO GRAZIE**

Contengono spesso invisibili microsfere di plastica che poi si riversano in mare e gli esseri marini se ne nutrono, tornando pericolosamente nella catena alimentare.

Impariamo a comprarne di naturali o ad autoprodurci dentifrici semplici e sani.

70



CONDIVIDI

Fai aumentare la consapevolezza di chi hai vicino. Condividi questi consigli con i tuoi amici!

"SE CREDI DAVVERO CHE
L'AMBIENTE SIA MENO IMPORTANTE
DELL'ECONOMIA, CERCA DI
TRATTENERE IL RESPIRO MENTRE
CONTI I TUOI SOLDI!"

GUY R. MCPHERSON

Richiedi il pdf delle azioni precedenti via email a info@viveresostenibile.net