

ZAKUPY

- własna materiałowa torba
- wielorazowe woreczki na owoce i warzywa
- niekupowanie owoców i warzyw zapakowanych w plastik
- niekupowanie herbat w torebkach pakowanych osobno
- papierowe i szklane opakowania zamiast plastikowych
- produkty na wagę do własnego pojemnika: herbata, kawa, kasze, ryż, makarony, orzechy, strączki

HIGIENA

- kubeczek menstruacyjny / wielorazowe materiałowe podpaski
- mydło w kostce zamiast żelu pod prysznic
- szampon w kostce zamiast butelkowanego
- bambusowe szczoteczki do zębów
- elektryczny depilator lub wielorazowa maszynka do golenia na wymienne żyletki zamiast plastikowych jednorazowych maszynek

NA WYNOS

- kawa/herbata do własnego termosu lub kubka termicznego
- niebranie plastikowej osłonki na kubek jednorazowy w kawiarni
- butelka filtrująca + woda z kranu
- własne pojemniki na jedzenie na wynos w restauracjach
- papierowe torebki lub papier śniadaniowy zamiast woreczków na kanapki

POZOSTAŁE

- wielorazowe foremki do lodu zamiast jednorazowych woreczków
- wielorazowe metalowe lub szklane słomki zamiast plastikowych jednorazówek
- jednorazowe słomki? papierowe zamiast plastikowych