

23.01.22

# Mindre PLASTIK i havet!

*10 tips til hvordan du kan  
spare på dit plastikforbrug*

Artikel 02

©2022



# Mindre PLASTIK i havet!

## 10 tips til hvordan du kan spare på dit plastikforbrug!

Tekst af

Simone Sæderup Nielsen

23. Januar, 2022

Mange plastprodukter ender desværre som svært-nedbrydeligt affald i vores fælles natur. Plast i havet påvirker alle former for havliv. Skildpadder forveksler plastikposer med vandmænd, som de spiser - også havfugle forveksler ofte stykker flydende plastik med mad - hvilket fører til maver fulde af plastik, som kan ende med at dræbe dem.

### **Jævnfør Greenpeace ender der hvert år op imod 12 millioner tons plastik i havet.**

En hval blev fundet skyllet op død på en skotsk strand i slutningen af 2019 med 100 kg plastikfiskenet, reb, pakkestropper, bæreposer og plastikkopper i maven. Når plasten påvirkes af vind, sollys, vand og vejr går det efterhånden i mindre stykker og bliver til det, vi kalder mikroplast, der er meget små plaststykker på under 5 mm. Plast i havet påvirker alle former for havliv. Mikroplasten ender derefter i mange fisk og fugles maver og efterfølgende i vores egne - Specielt tunfisk har vist sig at indeholde meget mikroplast.

### ***Der er heldigvis mange gode tips til at reducere dit forbrug af plastik i hverdagen.***

#### **Tip 1 - Tag din egen pose med**

Når du går ud og handler så hav altid enten en bomuldspose eller en genbrugsplastpose med. Jeg har altid en pose med i min taske, både til når jeg skal handle, men også når jeg går i naturen, så jeg kan samle affald. Hvis jeg endelig glemmer posen og er på indkøb, så har jeg tillært mig en særlig stableteknik, så jeg kan bære det i mine arme.

#### **Tip 2 - Brug plastfrie klude**

Plastfrie klude udleder ikke mikroplast ved vask. Brug evt. dine nyere-



vervede strikke-skills til strikke flotte klude uden plast – det er også en god gaveide!

### **Tip 3 - Undgå unødvendig plastemballage**

Ofte er plastemballage unødvendig, overflødig og kan let undværes. Gå efter frugt og grønt i løsvægt- og husk tip 2 medbring egne poser. I Århus ligger butikkerne RAA og TINC, som sælger dagligvare så som korn, harver, nødder, shampoo osv. i løs vægt.

### **Tip 4 – Medbring din egen drikkedunk**

Drik postevand eller have en drikkedunk med. Almindelige plastflasker kan kun holde til at blive genopfyldt X antal gange, før de begynder at afgive mikroplast til vandet. Transport af vand er skidt for klimaet og især hvis flaskerne efterfølgende ender i naturen.

### **Tip 5 - Opbevar madrester i glas eller plastbøtter**

Gem glas fra dine indkøb af eksempelvis syltetøj eller lignede. Gør ikke dette med plastbøtter, der har indeholdt mad, da de kun er produceret til at opbevare, det der var i dem. Hvis disse bliver kølet eller opvarmet, kan de afgive giftstoffer. Et andet godt alternativ kan være bivokspapir til at wrape maden ind i.

### **Tip 6 - Saml affald i naturen**

Det kan være en plastpose, plastflaske eller diverse andre plastprodukter, der flyder i vejkanten eller på stranden. Der findes mange frivillige projekter der indsamler skrald langs kysterne. Tag evt. børnene, mand eller veninder med en tur ud i naturen med en pose så I kan samle affald på jeres tur og komme tættere på naturen.

Jeg var på ferie på Færøerne, hvor jeg mødte en far, der fortalte mig, at hans piger havde en lomme i deres jakke, hvor der altid var en pose så de kunne samle turisternes affald.

### **Tip 7 - Køb tøj i naturmaterialer**

Syntetisk tøj udleder mikroplast ved vask, som ender i vandet. Undgå mikroplast ved at gå uden om syntetiske materialer som fx. polyester,



nylon, akryl og elastan.

### **Tip 8 - Vælg plejeprodukter uden plast**

Er der brugt polyethylene eller polypropylen, så indeholder dine plejeprodukter mikroplast. Svanemærkede produkter indeholder ikke mikroplast.

### **Tip 9 - Sortér og genbrug dit plastaffald**

Meget plast anvendes kun en enkelt gang, hvorefter det brændes eller ender i naturen som affald, hvor det tager mange hundreder år om at blive nedbrudt. Bliv derfor bedre til at udnytte ressourcerne ved at opbruge, genbruge, genanvende og sortere plasten rigtig.

### **Tip 10 - Kør mindre i bil**

Bildækkene afgiver mikroså små plastpartikler, når du kører. De små stykker plast bliver skyllet væk fra vejene, når det regner og ender i vandløb og rensningsanlæg som mikroplast.

### **Start stille ud**

Udvælg 1-2 punkter du vil have fokus på at ændre, når du så har fået kørt det ind i din rutine/adfærd, kan du gå videre med et andet punkt.

