



A kevesebb vagy semennyi szemét-termelésnek vannak fokozatai attól függően, hogy a szemetet termelő ember mennyire képes átszoktatni magát egy felelősségteljesebb életstílusra. A világ körülöttünk, a civilizációnk arra rendezkedik be amióta létezik, hogy nekünk **minden egyre kényelmesebb és hozzáférhetőbb legyen.**

Ezen az igényünkön élősködik a kapitalizmus tudomást sem véve arról, hogy közben olyan fölös túltermelés van mindenből, amit már képtelenek vagyunk feldolgozni.

Amit ilyenkor tenni lehet, hogy egyénenként, legalább kicsiben vigyázunk arra, hogy mit szórunk szét a világba. Csak annyira, amennyire szeretnénk, hogy ránk és a környezetünkre vigyázzanak mások, annyira vigyázzunk mi is. Az előző részben [7 környezetkímélő tippet](#) soroltunk fel székely háztartásokra kifejezve. Most folytatjuk a sort, főleg a fürdőszobára koncentrálna.

Itt Székelyföldön és Románia-szerte is az emberek többsége hipszterkedésnek, **biomenyecskézésnek**

főlsleges fennhéjázásnak ítéli az előző és a következő tippeket is, hogy nyugatról hozunk be szokásokat, amik a mi hétköznapijainktól nagyon távol állnak. Pedig, ha jobban megnézzük, egyáltalán nem állnak távol és rengetegen csinálják már itthon is, nekik nem is fogunk újat mondani.

#8

Ha szétnézünk a fürdőszobánkban, a csempén és a tükrön kívül főleg műanyaggal vesszük körül magunkat. Samponos, tusfürdő, izzadásgátlós, fogpasztakrémes, borotválkozó-habos – első szint –, hajbalzsamos, kézmosó-szappanos, testápolós, szájvizes, fogselymes, kézkrémes – második szint –, arc- és sminklemosós, két-háromféle arckrémes, hajlakkos, hajhabos, hajvég- és gyökérápoló termékes, arcpakolásos, micellás vizes – harmadik szint –, és **ki tudja még milyen műanyag dobozok, tartályok, tubusok.**

Onnan tudom, hogy ez volt az én fürdőszobámban is. Főleg mikor ketten laktunk, hiú lányok. Ahogy a halmozásnak, úgy a lemondásnak is vannak fokozatai.

#8.1 – Ha már hozzászoktattuk magunkat ahhoz, hogy ennyiféle terméket használunk, akkor biztosan tudjuk, hogy a legtöbb ilyen termék van óriás- vagy újratöltős kiszereelésben, ami már talán már valamennyivel kevesebb műanyag, mintha mindenből picikét, gyorsan kifogyósat vennénk havonta. És hátha az óriástartályokat is fel tudjuk valamire még használni.

#8.2 – Ha azt hisszük, hogy mindenre szükségünk van, amit használunk, akkor gondoljuk meg mégegyszer. A bőrünk hozzászokik a rengeteg kozmetikumhoz, sőt legtöbbször az egyik kozmetikum kéri a másikat. Én nem vagyok ilyen összeszkülvőselméletes, de azért ki van találva, hogy a szuperszemcsés arcradír után, a micellás víz kell és utána egy mélyen hidratáló arckrém, hogy ne égjen az arcunk és hogy megálljon rajta a több réget smink is.

Egy pár éve az egyik amerikai női magazinnak

volt egy kihívása, amiben arra szólította fel a világon a nőket, hogy engedjék el **harminc napig a kozmetikumaikat és csak és kizárólag vízzel mossák az arcukat** reggel és este. És ne sminkeljenek. Semmi lemosó, semmi krém, semmi, semmi. Volt erre egy blog, ahol ezek a nők megosztották a tapasztalataikat és ahol egy kozmetikus válaszolt nekik.

Az első napok elviselhetetlen miteszerszőnyegekkel, zsírfátylakkal jártak együtt, a szemeim alatt a bőr sötét volt, mint az éjszaka és az ajkaim úgy ki voltak száradva, mintha nonstop szélben állnék. De megnyugtató volt, hogy több száz nőnek ugyanez volt a tapasztalata, és megnyugtató volt, hogy ez normális. **Mintha kábítószerrel jönné le a bőrünk** – elvonási tünetei voltak. A második hétre a bőröm elkezdett tisztulni és táplálni önmagát. A hónap végére kidobtam az összes arckrémomat (amiket 14 éves korom óta használtam), tonifikálómat és

arckrémem. Renteget hely van a tükör előtt.

Ha képtelenek vagyunk elengedni mindent, esetleg gondoljuk át többször, hogy mi az, amit csak azért használunk, mert bebeszéljük magunknak, hogy jól tesz, és mit azért, mert elengedhetetlen. Ha lemondunk dolgokról,

nem leszünk ápolatlanok.

A párszáz nőnek a 80%-a azt igazolta vissza, hogy – bőrtípustól függően – sokkal szebb a bőrük. Nekem a sminkről való leszokás volt a legnehezebb, de az vonzotta magával az összes többi terméket is. Nem tudom, ki miért használ sminket – nekem önbizalmi- és testképzavaram voltak, azt gondoltam, hogy úgy ahogy vagyok, nem vagyok elég, ezért naponta többször sminkeltem. Lehet, hogy most sem vagyok elég, de legalább nem takargatom magam.

#8.3 – Ha pedig hajlandóak vagyunk professzionális szintekre lépni ebben, akkor töltsünk egy szombatot azzal, hogy üvegcséket és befőttesüvegeket gyűjtünk magunk köré, beszerzünk egy pár alap háztartási cikket és kikavarjuk magunknak a dolgainkat. **Minden**

tömegterméket tudunk helyettesíteni

: sampon, balzsam, tusfürdő, testápoló, arckrém, napolaj, ajakbalzsam, fogkrém, hajvégápoló, izzadásgátló – mindent.

Egyrészt bármire rákeresünk az interneten, van egy nagyon hozzáférhető recept, de szovátai, akár itthoni vásárokon is tudunk venni természetes anyagokból készített termékeket, amik megváltoztatják a mi és a környezetünk életét is. **Nekem a kedvenceim:** a levendulás mézszappan, a kávézacc, mint bőrradí, a citromos vagy a sörös hajpakolás, a parajdi sódarab a vízben az egészségkárosító fürdésekkor, vagy éppen a szőlőmagolaj, mint egy kiváló arcbőr- (két-három este egy héten elkenek egy-két cseppet) és hajvégápoló.

#9

Ha még kicsit szétnézünk a dobozokon és tartályokon kívül további műanyagot találunk. A fogkeféket egyszerűen kicserélhetjük komposztálható, **lebomló fogkefére**. Én nemrég tudtam meg, hogy a világ kezdete óta készült összes műanyag fogkefe a Föld felszínén van valahol.

{youtube}Pd_C3YK3kl4{/youtube}

Lehet az internetről rendelni bambusz fogkefét, mi szerkesztőségileg megteesszük júliusban, ha valaki csatlakozna, csak jelezze. De a városban is szétnézünk még, hátha találunk itt is.

#10

A műanyag borotváinkat több mindenre le tudjuk váltani. Egyrészt fémborotvára, oldschoolnak tűnhet így elsőre, de ehhez is hozzá lehet szokni. Másrészt vehetünk egy **epiláló-gépet**, az elején fájdalmas, de ehhez is hozzá lehet szokni – ráadásul ritkítja a szőrnövést. Harmadrészt járhatunk gyantáztatni.

#11

A műanyag fésűinket még stílusos és egészségesebb is, ha lecseréljük fa és természetes szőrből készült fésűkre és hajkefékre. A **természetes anyagokból készült fésűk** és kefék fésülködéskor arányosítják a haj hidratációs szintjét – magyarul szétkenik a hajunkon úgy a fejbőrünk termelte olajat és zsírt, hogy már az első hét használat után egy nappal tovább bírja a hajunk mosás nélkül.

#12

Van, aki használ mindenféle bőrradírt tárgyakat zuhanyzás vagy fürdés közben: szivacsok többféle verzióját. Azokat könnyedén lehet helyettesíteni törölköző kesztyűkkel, amik kellemesebbek a bőrnek is és kimoshatóak, illetve nem igényelnek műanyagot az előállításuk.

#13

És feltehetőleg a komfortzónánktól a legtávolabb álló váltás: az **intim kehely** vagy –tölcsér használata. Egy nő körülbelül 9 600 tampont és betétet használ el élete során, amikről tudjuk, hogy egyáltalán nem újrahasznosíthatóak. Ez a kehely pedig kifőzhető, kényelmes, praktikus és sokkal higiénikusabb, mint eddig bármi, amit menstruáló nőknek piacra dobtak. Az interneten el lehet olvasni mindenféle véleményt. Én valószínűleg fogok rendelni egyet.

Ne feledd, máris környezetbarátabb leszel, ha legalább egy tippet kipróbálsz.