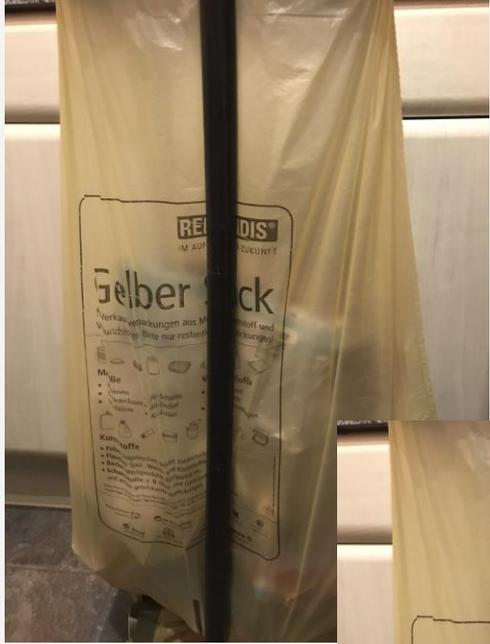


GELBE SACK CHALLENGE

**AUS DEM LEBEN DER FAMILIE MIT
„5 KÖPFEN AUF 12 BEINEN“**



STATUS VORHER

Durchschnittlich hatten wir 3 gelbe Säcke mit Plastik in 14 Tagen.

- Getränke
- Nahrungsmittel
- Zubereitung Speisen

**WAS HABEN WIR
GEÄNDERT?**



GETRÄNKE



UNSER GRÖßTES PROBLEM

Tetrapacks und Flaschen

MILCH



SAFT

GLAS STATT PLASTIK





NAHRUNGS- MITTEL

BROT

VORHER



NACHHER



SELBST GEBACKEN ODER DIREKT BEIM BÄCKER GEKAUFT

FLEISCH

VORHER



NACHHER



ENTWEDER BEIM FLEISCHER ODER MIT DEUTLICH WENIGER VERPACKUNG GEKAUFT

WURST

VORHER



NACHHER



IM NATURDARM
(STATT IN
PLASTIK)
BEIM FLEISCHER
GEKAUFT,
PORTIONSWEISE
EINGEFROREN.

TOMATENPÜREE





ZUBEREITUNG

KEINE FERTIGGERICHTE



SELBST GEKOCHT





REINIGUNGS- MITTEL

WASCHMITTEL



FLÜSSIGSEIFE

AUCH FLÜSSIGSEIFE
GIBT ES ZUM
NACHFÜLLEN





SONSTIGES

WAS HABEN WIR SONST NOCH GETESTET?

- Kosmetikartikel haben wir selbst hergestellt und sind sehr zufrieden damit.
Shampoo, Spülung, Duschgel, Badezusatz
Rezepte von: <https://www.mix-dich-gluecklich.de/>
- Viele nachhaltige Tipps fanden wir auch auf: <https://www.smarticular.net/>



ERGEBNIS

**5 KÖPFE
AUF 12
BEINEN**

NOVEMBER 2019