

## GEFAHR FÜR DIE MEERE

### Plastik in Kosmetik

Peeling, Shampoo, Creme, Make-up – in fast allen Kosmetik- und Körperpflegeprodukten verstecken sich Kunststoffe (inklusive Silikone). Winzige Kügelchen, Granulate und Pulver dienen als Schleifmittel, Filmbildner, Bindemittel oder Füllstoff. Aber auch flüssige, wachs- und gelartige Kunststoffe werden eingesetzt – und täglich den Abfluss hinuntergespült.

Das Problem dabei: Die Kunststoffe gelangen teils ungefiltert in unsere Flüsse und Meere – und letztlich in die Nahrungskette. In kleinstem Plankton, aber auch in Fisch und Meeresfrüchten wie Thunfisch, Kabeljau, Makrele, Muscheln oder Garnelen haben Wissenschaftler sie bereits nachgewiesen.

Wie gut, dass Naturkosmetik vollständig ohne Plastik auskommt. Auch selbstgemachte Kosmetik ist garantiert plastikfrei. Denn: Wer schmiert sich schon gern Plastik ins Gesicht?

## PLASTIK ABSCHMINKEN

– *ganz einfach!*

- Vorsicht, Kunststoff! Vermeiden Sie Inhaltsstoffe, die folgende Begriffe enthalten:

- |                                 |                                   |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| • Acrylate Copolymer (AC)       | • Polyethylene (PE)               |
| • Acrylate Crosspolymer (ACS)   | • Polyethyleneglycol (PEG)*       |
| • Dimethiconol                  | • Polyethyleneterephthalate (PET) |
| • Methicone                     | • Polypropylene (PP)              |
| • Polyamide (PA, Nylon)         | • Polypropyleneglycol (PPG)*      |
| • Polyacrylate (PA)             | • Polystyrene (PS)                |
| • Polymethylmethacrylate (PMMA) | • Polyurethane (PUR)              |
| • Polyquaternium (PQ)           | • Siloxane                        |

\* v. a. biologisch schwer abbaubare Verbindungen (erkennbar an Werten über 50, wie z. B. PEG-120)

- Naturkosmetik mit Siegel vom BDIH oder NaTrue bevorzugen:



- Kosmetik selbst herstellen

### Zum Weiterlesen:

Weitere Rezepte finden Sie unter <http://gpurl.de/kosmetiktipp>

Mehr zum Thema Plastikmüll im Meer unter [www.greenpeace.de/wellemachen](http://www.greenpeace.de/wellemachen)



# #WELLEMACHEN

FÜR MEERE OHNE PLASTIKMÜLL

**Greenpeace ist eine internationale Umweltorganisation, die mit gewaltfreien Aktionen für den Schutz der Lebensgrundlagen kämpft. Unser Ziel ist es, Umweltzerstörung zu verhindern, Verhaltensweisen zu ändern und Lösungen durchzusetzen. Greenpeace ist überparteilich und völlig unabhängig von Politik, Parteien und Industrie. Rund 580.000 Fördermitglieder in Deutschland spenden an Greenpeace und gewährleisten damit unsere tägliche Arbeit zum Schutz der Umwelt.**

**Impressum** Greenpeace e. V., Hongkongstraße 10, 20457 Hamburg, Tel. 040/306 18-0, mail@greenpeace.de, www.greenpeace.de

**V.i.S.d.P.** Dr. Sandra Schöttner **Gestaltung** Johannes Groht Kommunikationsdesign **Fotos** Fred Dott, © Greenpeace **Produktion** Birgit Matyssek **Druck** Reset, Virchowstraße 8, 22767 Hamburg

**Zur Deckung unserer Herstellungskosten bitten wir um eine Spende:**  
GLS Bank, IBAN DE49 4306 0967 0000 0334 01, BIC GENODEM1GLS

**Gedruckt auf 100% Recyclingpapier** Stand 11/16

103732

  
**#WELLEMACHEN**  
FÜR MEERE OHNE PLASTIKMÜLL

# PLASTIK ABSCHMINKEN

*Kosmetik selbst herstellen*



[www.greenpeace.de](http://www.greenpeace.de)

**GREENPEACE**

## KAFFEE-GESICHTSPEELING

### mit Olivenöl

Für die Anwendung als Körperpeeling kann das Rezept durch sehr grob gemahlene oder zerdrückte Kaffeebohnen ergänzt werden. Dadurch wird das Peeling gröber. Das Olivenöl sollte kaltgepresst (Extra Virgin) und aus biologischem Anbau sein. Am besten innerhalb von 2–3 Tagen verbrauchen.

Alle Zutaten sollten möglichst in Bio-Qualität verwendet werden:

- 3 EL Olivenöl (Extra Virgin)
- 5 EL Kaffeesatz
- Optional: 1 EL sehr grob gemahlene Kaffeebohnen

#### So geht's:

- Kaffeesatz mit dem Olivenöl verrühren
- Vorsichtig mit kreisenden Bewegungen im Gesicht einmassieren
- Mit lauwarmem Wasser abwaschen



## FRISCHE FEUCHTIGKEITSMASKE

### mit Banane oder Avocado

Je nach Hauttyp wird für diese Gesichtsmaske eine reife Bio-Banane (trockene Haut) oder eine reife Bio-Avocado verwendet (Mischhaut). Diese Maske sollte direkt nach dem Anrühren angewendet werden, da die frischen Lebensmittel schnell verderben.

Alle Zutaten sollten möglichst in Bio-Qualität verwendet werden:

- 1 große Banane (bei trockener Haut)
- 1 weiche Avocado (bei Mischhaut)
- 1 TL Agavendicksaft
- ½ TL Saft einer Zitrone

#### So geht's:

- Banane oder Avocado mit einer Gabel zerdrücken oder pürieren
- Zitrone pressen
- Agavendicksaft und den Zitronensaft unter das Püree mischen
- Maske sofort auftragen
- 15 Minuten einwirken lassen und mit lauwarmem Wasser abspülen



## MEERSALZ-KÖRPERPEELING

### mit Kokosöl

Macht seidig-zarte Haut. Für den Peeling-Effekt ist es wichtig, grobes Salz zu verwenden. Das Kokosfett sollte die Bezeichnung „Virgin Coconut Oil“ auf der Packung tragen. Es wird bei Zimmertemperatur hart und muss in einem Wasserbad angewärmt werden. Das Peeling hält sich lange und kann immer wieder mit Badewasser oder unter der Dusche erwärmt werden, so dass das Fett schmilzt.

Alle Zutaten sollten möglichst in Bio-Qualität verwendet werden:

- 3 EL Kokosöl (Virgin Coconut Oil)
- 3 EL grobkörniges Meersalz
- 3 EL feines Salz

#### So geht's:

- Kokosöl im Wasserbad leicht erwärmen
- Kokosöl mit dem Salz vermischen
- Das Peeling einmassieren und mit warmem Wasser abdsuschen

