

POST PLASTIC POST

a 'pourquoi pas photography' project

december 2014



POST PLASTIC POST

Plastik ist schön. Plastik ist praktisch. Plastik ist praktisch überall.

Das hat mir vor einem Jahr der Dokumentarfilmer Werner Boote beigebracht.

+++ [PLASTIC PLANET](#) +++

„Wer diesen Film gesehen hat, ...wird nie wieder aus einer Plastikflasche trinken“

Schön wär's. Leider hat sich seither mein Plastik-Ekel im Alltag wieder gelegt.

Deshalb habe ich die Gelegenheit der Adventszeit beim Schopf ergriffen:

Vor Weihnachten auf Schokolade, Schimpfwörter oder Spaß zu verzichten, ist oldschool.

Ich faste Plastik.

Seit Anfang Dezember habe ich jeden Tag ein Bildchen aus meiner plastikfreien Welt auf meine Facebook-Seite [Pourquoi Pas Photography](#) hochgeladen.

Hier ist eine Zusammenfassung meiner Alternativen!

Auf ein plastikfrei(er)es Jahr 2015, Eure Theresa

ein bisschen gemütlichkeit an so
einem kalten dezemberabend wäre
schön...

...aber nur weniger als 10% der
kerzen auf dem markt sind nicht aus
erdöl-nebenprodukten hergestellt und
außerdem meistens in plastik
eingepackt...

da muss man genau hinschauen:
STEARIN und BIENENWACHS sind
zum beispiel alternativen!





THERESA LEISGANG/
HEIDELBERG 2014

EINFACH ANFANGEN:

- keine plastikflaschen mehr kaufen.
weil es ja auch viel mehr spaß macht, aus glasflaschen zu trinken.
da kann man nämlich nicht nur lei(s)tungswasser reinfüllen,
sondern im winter auch heißen tee ❤️

auf den nächsten Seiten:

- Pimp den Jute-Beutel
 - Mach deinen eigenen Joghurt
-



DER JUTE-BEUTEL IM EINSATZ:



zugegeben: auf dem MARKT einkaufen gehen macht im sommer mehr spaß.
aber vor weihnachten schenken die bauern einem immer nochmal ein paar äpfel extra.
das macht warm um's herz. [#noplactic](#)



ALLES IM GLAS

don't buy dairy in plastic containers.
here's how you make your own yoghurt:

put 3 tbs. organic yoghurt in a bowl,
use a fork to mix it with milk and fill the
liquid into empty glass containers.
For the cultures to develop well, you
have to keep it at body temperature for
some hours. I just used a hot water
bottle (38°C) and wrapped it into my
blanket while reading for class in bed 😊

enjoy your yoghurt the next morning !!!



ich will echte post und KEINE WERBUNG im briefkasten...
20,77 millionen deutsche haushalte erhalten samstags eine "Einkauf Aktuell" ausgabe –
in plastik eingepackt. wozu das denn??



SELBERBACKEN STATT KAUFEN



hier ist für euch mein Lieblingsrezept der letzten Jahre:

+++ LIMETTENPLÄTZCHEN +++

auch im sommer super anstatt kekzen (die immer in plastikverpackungen stecken).

ps: um den teig kaltzustellen, braucht man nicht unbedingt klarsichtfolie!

PLASTICFREE PASTA

So macht man Nudelteig à l'italiana selbst – da braucht man keine Gnocchi, Tortellini oder Ravioli mehr aus dem Frische-Regal:

3 Eier langsam
in 300 Gramm Mehl (+1 TL Salz) einarbeiten,
mit 3 EL Olivenöl zu einem glatten Teig
kneten. ...
1 Std. im Kühlschrank ruhen lassen.

Währenddessen die Füllung vorkochen, wir
haben ein Stück Kürbis und eine frische Rote
Bete geraspelt, alles mit Zwiebeln
angebraten, mit Salz, Pfeffer, Zitronenschale
und Muskatnuss abgeschmeckt.





Den Teig ausrollen und Rechtecke schneiden, die Füllung mit Pinienkernen aufpimpen und mit der Gabel die Ravioli am Rand festdrücken. Damit es besser klebt, kann man zuerst ein bisschen Wasser auf die Innenseite des Randes streichen.

Je nach Dicke des Teiges mind. 10 Minuten im kochenden Salzwasser garen. Zum Schluss in Salbeibutter schwenken.

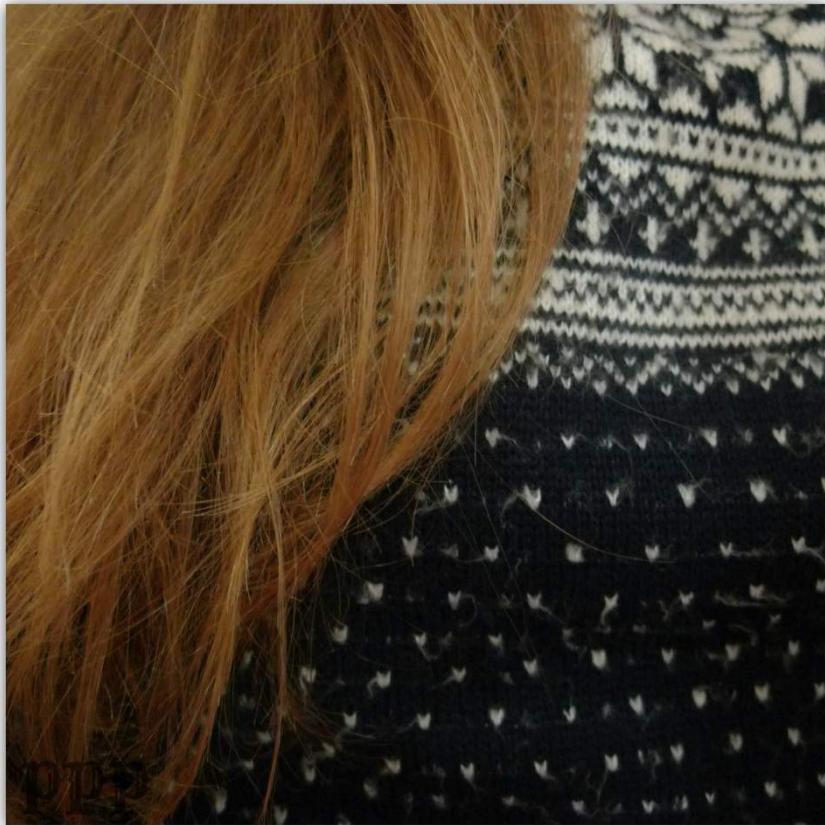
Soooo lecker. So frisch. Und ganz ohne Plastikmüll.



BUON APPETITO



Putzschwamm
aus recycelten Sofas
und PET-Flaschen.
Gesehen bei memo



SHAMPOO ERSATZ

2 EL natron
mit lauwarmem wasser mischen,
fertig.
die spülung danach: apfelessig.

obwohl ich positiv überrascht war von meiner natron-apfelessig-haarpracht musste ich dieses rezept wieder einstampfen: nichts für neurodermitis-haut.

stattdessen nehme ich jetzt ein stück shampoo-seife vom weihnachtsmarkt.

verpackungsfreies shampoo gibt's auch bei lush, Lieblingsduft von meinen arbeitskolleginnen: [cinnamon](#).

Jeden Monat einen neuen Seifenspender
aus Plastik kaufen?
Kommt nicht in die Tüte...

Hier ein paar schicke Alternativen.



LIEBES TAGEBUCH...

18.12.2014



Längst haben Jute-Beutel und Glasflasche einen festen Platz in meinem Rucksack.

Wenn ich auf dem Markt (Frisch-)Käse einkaufen will, nehme ich eine Tuppereschüssel mit.

Auch einen eigenen Löffel habe ich immer dabei – always prepared.

Ich habe Nudeln und Shampoo selber gemacht, meine Wäsche mit Waschnüssen gewaschen, eine Honig-Gelbwurz-Mischung anstatt Hustenbonbons geschluckt, auf Chips verzichtet und teure Bio-Orangen gekauft, anstatt die billigen im Netz zu nehmen.

Ich habe gelernt: Wenn man kein PLASTIK will, braucht man Zeit (und manchmal mehr Geld). Aber eines habe ich noch nicht herausgefunden:

Wie funktioniert dieses plastikfreie Leben im Kosmetik-Bereich?

Gerade im Bad fällt bei mir am meisten Plastikmüll an...

MISSING OUT ON ALTERNATIVES TO...

- **Cremes** (selbst wenn die Tube aus Metall/ das Töpfchen aus Glas ist, der Deckel ist doch immer aus Plastik. Das beste, was ich gefunden habe: Ringanas Cremes in Tuben aus 80% Maisstärke, nur über [Connections](#) zu bekommen...)
- **Haargummis** (der Holzstab vom Weihnachtsmarkt ist zwar schick, aber nicht immer praktisch)
- **Voltaren-Tabletten** (auf diese Droge kann ich wirklich nur schwerlich verzichten...)



MISSING OUT ON ALTERNATIVES TO...

- **Cremes** (selbst wenn die Tube aus Metall/ das Töpfchen aus Glas ist, der Deckel ist doch immer aus Plastik. Das beste, was ich gefunden habe: Ringanas Cremes in Tuben aus 80% Maisstärke, nur über Connections zu bekommen...)
- **Haargummis** (der Holzstab vom Weihnachtsmarkt ist zwar schick, aber nicht immer praktisch)
- Voltaren-Tabletten (auf diese Droge kann ich wirklich nur schwerlich verzichten...)
- **Schminke**: hat irgendwer eine Idee? Oder muss man einfach „natür pür“ rumlaufen?



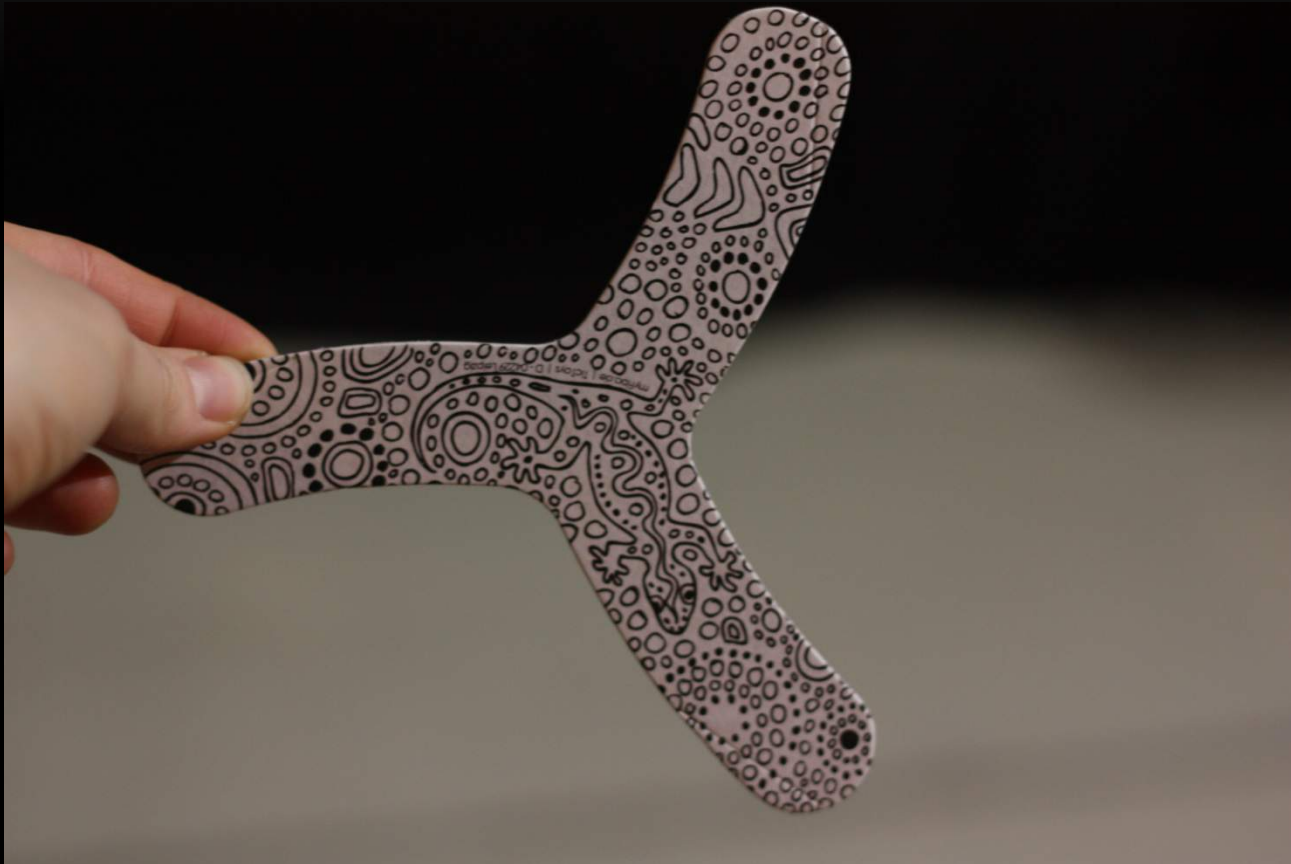
ende dezember

ich bin umgeben von weiß.
weich fällt der schnee vom himmel -
und es geht mir durch den kopf:
"auch wenn ich trotzig den plastiktüten
den kampf ansage und vor den regalen
im drogeriemarkt streike,
kann ich auf einige plastik-produkte
nicht verzichten..."



wie soll meine leica nur überleben ohne plastik-haut im kalten winter?
[#deephought](#) [#noplactic](#)

KEIN HOBBY OHNE PLASTIK?



oh doch...

POST PLASTIC TOYS

Die Jungs von TicToys verkaufen nicht nur Bewegungsspiele aus Holz oder Boomerangs aus Papier, sondern z.B. auch dieses hier: Tualoop [100% Nature / Made in Germany] geht genauso ab wie Frisbee ++VIDEO++

Jeder Spieler hat zwei Holz-Sticks, mit denen ein Reifen geworfen und gefangen wird. Gemacht ist er aus Aroblend, hier rechts das Rohmaterial in Kügelchen: Holzfasern, Harze und Glukose – so robust und elastisch wie Plastik, aber komplett biologisch abbaubar.



KUNST STATT KONSUM



Es macht so glücklich,
sein Geld nicht auf dem Weihnachts-
markt sondern in eine Karte für die Leipziger Rachmaninow Ballett Inszenierung zu investieren.
Auch ein Geheimtipp für Weihnachtsgeschenke: 2 Konzertkarten statt Doppel-CD...

noch mehr kunst...

THERESA LEISGANG/
HEIDELBERG 2014



pplastic is beautiful

PLASTIC IS BEAUTIFUL

Dies ist die zweite Chance.
Nimm etwas:
14% cis 1,4-Polybutadien
Lass es dir auf der Zunge zergehen....
Cyclo-Olefin-Copolymere.
Ein Gedicht, ich sage es dir.
Ein Schaumstoffbecken
rinnt mir durch die Finger.
Ich seife mich mit dir ein
und nehm dich mit ins Bett.
Ich bums dich durch,
dann schmeiß ich dich weg.

So einfach ist das.
Und keiner sagt was.
Polytrimethylenterephthalat,
jetzt haben wir den Salat.
Ich krieg Juckreiz,
wenn ich dich ausspreche.
Ich kann einfach nicht von dir lassen!
Am Wegesrand liegt ein wilder Haufen
syndiotaktisches-1,2-Polybutadien.
Was bist du bloß?
Halb Mensch, halb Kunst.
Stofffffff.

...

...

Zärtlich streiche ich über dein
Ethylen-Ethylacrylat und schnupper:
Essig und Rose.
Ich leck mir die Finger ab
und du wirst ein Teil von mir.
Monomerchen treiben in meinen Bahnen,
es kitzelt ein bisschen.
Ich muss lachen.
Auf einmal liegt meine Wärmekapazität bei
 $1,3 \text{ kJ} \cdot \text{kg}^{-1} \cdot \text{K}^{-1}$.
Und das alles nur dank dir.
Ich nehm dich auf die leichte Schulter
und tanz mit dir im Sommerregen.
Du spendest mir Schatten und
Östrogen.

Was machst du nur mit mir?
Schritt für Schritt werde ich löslich
in Methylethylketon und Wasser.
Langsam rutsche ich herab von meinem
Acrylester-Styrol-Acrylnitril-Stuhl.
Ich stampfe auf, doch das Laminat
absorbiert mich.
Da verlässt mich mein Mut
und ich lutsch an einer Briefmarke
aus Lysergsäurediethylamid.
So erlieg ich deiner Verlockung.
Denn du bist gut zu mir.
Ich und du und wir und alle
verschmelzen.
Mein letzter Hauch:
«Plastic is beautiful.»

POST- PLASTIC WEIHNACHT

- * gemüse-stempel für kreative weihnachtskarten
- * ein christbaum ohne plastik: dafür mit nüssen, orangenschalen, holzsternen
- * recycle geschenkpapier
- * www.zeit-statt-zeug.de



zeit
statt
zeug



POST- PLASTIC WEIHNACHT

- * gemüse-stempel für kreative weihnachtskarten
- * ein christbaum ohne plastik: dafür mit nüssen, orangenschalen, holzsternen
- * recycle geschenkpapier
- * www.zeit-statt-zeug.de



zeit
statt
zeug



★ und für ganz ausgefuchste bastelfüchse: [christmas to go](http://christmas.to.go) mit dem reise weihnachtsbaum

die hälfte meiner weihnachts-spende geht 2014 an dieses projekt:

<http://www.theoceancleanup.com/>

...damit es keine plastikfische mehr gibt wie im weltsalon am münchener tollwood...



NETZWERKE OHNE PLASTIK

Du willst noch mehr wissen?
Hier ein paar Links zum Thema:

- [Leben ohne Plastik Blog](#)
- [Sueddeutsche.de](#) 360° Die Not mit dem Plastik
- [Plastikfreier Onlineshop Monomeer](#)

ich freu mich über rückmeldungen unter
theresa@leisgang.de oder auf meiner [facebook](#) seite

