|  |
| --- |
| Здоровье — это самое главное. Заботьтесь о себе и покупайте все необходимые лекарства и медицинские изделия.    О чём же тогда будет это письмо? О том, как лечиться и выздоравливать с меньшим количеством мусора!    Итак, представьте: вы зашли в поликлинику, где вам с большим энтузиазмом выпишут целый список лекарств. Но как вы зашли? |

|  |
| --- |
| ***Бахилы*** |

|  |
| --- |
| https://aaf1a18515da0e792f78-c27fdabe952dfc357fe25ebf5c8897ee.ssl.cf5.rackcdn.com/1863/Pl_15_1.jpg?v=1586414790000 |

|  |
| --- |
| Вы смиренно взяли голубенькие бахилы, которые просто лежат на входе или продаются в пластиковых капсулах. Возможно, сердце у вас дрогнуло, когда вы надевали кусок одноразового пластика на ботинок. Дрогнула рука — бахила порвалась.    Скрепя сердце вы тянетесь за новой.    Бахилы легко выходят из строя и теряют всякий смысл: если на улице было мокро, за вами всё равно останутся следы, по которым вас и найдёт уборщица.    ***Как поступить?***    Обзаведитесь многоразовыми бахилами. Выберите тот цвет, который вам наиболее мил, и носите их с удовольствием. Они будут служить долго и выручат вас не только в медицинских учреждениях, но и в спортзале, и в любых местах, где попросят надеть бахилы.    Часто многоразовые бахилы продаются вместе с мешочком, в котором их удобно носить с собой, не пачкая сумку.    Заветный листок с назначениями уже у вас? Давайте разберёмся, что делать дальше. |

|  |
| --- |
| ***Лекарства: как покупать?*** |

|  |  |
| --- | --- |
| **1.** | Прежде чем мчаться в аптеку, проверьте лекарства, которые уже есть у вас дома. Аптечка может скрывать многое: вы не помните про эти таблетки, а она их хранит. Выделите время и наведите порядок в аптечке — так будет легче следить, что есть, а что нужно купить. |

|  |  |
| --- | --- |
| **2.** | Отдавайте предпочтение стеклянной упаковке, если есть выбор. |

|  |  |
| --- | --- |
| **3.** | Покупайте лекарства, которые действительно необходимы. |

|  |  |
| --- | --- |
| **4.** | Не покупайте лекарство большого объёма, если не сможете израсходовать его полностью до истечения срока годности. Здесь опт работает против вас. |

|  |
| --- |
| Если в вашей аптечке что-то уже испустило свой медицинский дух, не поддавайтесь соблазну!    **НЕ принимайте просроченные лекарства.**    Пожалуйста, берегите себя. Вы заслуживаете только лекарств с неистекшим сроком годности!    Что делать с просроченными? Только не в терновый куст!    **Нельзя смывать лекарства в раковину или унитаз.** Водоочистные сооружения не способны отфильтровать действующие вещества, поэтому вы снова встретитесь с ними: только на этот раз они будут течь у вас из-под крана.    Выкидывать в мусорку МОЖНО: не раздавливая таблетки, смешайте их с кофейной гущей, грязью или использованным наполнителем для кошачьего лотка и запакуйте в пакет.    ***Вуаля, вы великолепны!***    Как вы уже поняли, чтобы не выбрасывать лекарства, нужно покупать их в разумных количествах. Учитывайте свои потребности, и всё получится! |

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | Команда проекта «Ноль отходов» Greenpeace России | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | | Greenpeace – это независимая международная организация, цель которой сохранить природу и мир на планете. Для этого мы изменяем отношение людей к природным богатствам Земли. Greenpeace существует только на [пожертвования частных лиц](https://join.greenpeace.ru/zerowaste2020/index.php?ea.tracking.id=auto-email-19&utm_source=e-cyber&utm_medium=email&utm_campaign=sup&utm_content=link&utm_term=auto-email-19), разделяющих наши идеалы, и не принимает денег от государственных, коммерческих структур и политических партий. Это позволяет быть нам независимыми в нашей борьбе за сохранение природы и мира на Земле.   |  | | --- | |  | | |