**Presseinformation**

Nadine Schubert: »Noch besser leben ohne Plastik«

**Neue Tipps und Tricks der Bestsellerautorin**

**Seit dem großen Erfolg von »Besser leben ohne Plastik« ist sie gefragt wie nie: Nadine Schubert wird für Auftritte im gesamten deutschsprachigen Raum gebucht, ist gern gesehener Gast in Funk und Fernsehen und gibt Workshops zur Plastikvermeidung. Jetzt hat die Spiegel-Bestsellerautorin nachgelegt und präsentiert in »Noch besser leben ohne Plastik« neue Tipps und viele Anregungen, den ebenso unschönen wie schädlichen „Kunst“-Stoff aus unserem Leben zu verbannen. Ihr Fokus liegt dabei diesmal auf dem hochaktuellen Thema Mikroplastik.**

*»Ich habe 2013 erkannt, dass es so nicht weitergehen kann – mit all dem Müll, den unser Einkauf verursachte, und mit den Schadstoffen, die angeblich im Plastik steckten. Ich suchte nach Alternativen – und siehe da: Es funktionierte, auch wenn es seine Zeit brauchte, bis das Haus ›plastikfrei‹ war.«* Sagt Nadine Schubert – Autorin, Bloggerin und mehrjähriger Profi in Sachen Plastikvermeidung. Zehntausende von Leserinnen und Lesern inspirierte sie in den vergangenen Monaten mit ihrem Blog und gleichnamigen Bestsellerratgeber »Besser leben ohne Plastik«. Wie viel sich seither in den Köpfen der Verbraucher (und auch der Unternehmer) getan hat – darüber ist fast täglich in den Medien zu lesen. Menschen kaufen bewusster ein, verzichten auf Plastiktüten und unnötige Verpackungen. Geschäfte bieten lose Waren an, Handelsketten wie REWE haben Laserstempel eingeführt, um auf Plastiketiketten bei Obst und Gemüse verzichten zu können.

*»Trotzdem: Es gibt noch viel zu tun!«,* appelliert die Autorin, *»Vieles geht nach wie vor nur in Eigeninitiative«.* Der Verbraucher kann den Apfelsaft in der Glasflasche dem aus dem Tetra Pak vorziehen. Er kann seine Dose mit an die Käsetheke bringen, um nicht den eingeschweißten Plastikkäse kaufen zu müssen. Doch was ist mit dem Plastik, das wir nicht sehen? Mikroplastik taucht in all jenen Produkten auf, die wir täglich benutzen und deren Inhaltsstoffe – ob wir wollen oder nicht – über den Abfluss ins Abwasser gelangen und letztlich im Meer landen.

**»Noch besser leben ohne Plastik«** zeigt, was wir gegen die große wie (mikro-)kleine Plastikflut tun können – zu Hause, beim Einkaufen, in der Schule oder am Arbeitsplatz – und präsentiert darüber hinaus viele neue Ideen für ein schöneres und gesünderes Leben, vom Plastikfasten über Beauty-Rezepte bis hin zu plastikfreiem Schenken. Eine große Portion Tatendrang und viel Lust auf Neues – das sind für Nadine Schubert die wichtigsten Zutaten für den Einstieg in ein plastikfreies Leben: *»Es wird nicht von heute auf morgen gehen. Aber ist der Anfang erst gemacht, geht bald vieles von allein. Packen Sie`s an!«*

In Ihrem durchaus unterhaltsamen Vortrag gibt Nadine Schubert viele Praxistipps und macht Lust darauf, Plastik aus dem Alltag zu verbannen. Wichtig ist ihr dabei auf den erhobenen Zeigefinger zu verzichten. „Es soll Spaß machen und muss einfach sein“, so die Autorin. Und wer die Tipps einmal gehört hat, will schnell damit loslegen.

**Nadine Schubert** lebt mit ihrem Mann und zwei Kindern im unterfränkischen Landkreis Haßberge. Die ehemalige Radiomoderatorin lässt das Thema Plastik seit 2013 nicht mehr los. Auf ihrem Blog »Besser leben ohne Plastik« und ihren gleichnamigen Ratgebern zeigt sie, wie der Einstieg in ein plastikfreies Leben problemlos gelingt.