



Indra Starke-Ottich  
**Mein Weg aus der  
Plastikfalle**

*Wie sich Kunststoffe im Alltag vermeiden lassen*

216 Seiten, Softcover,  
ISBN 978-3-96238-240-7,  
22,00 € (D).  
Auch als E-Book erhältlich.

Plastik ist heute in aller Munde – und das wortwörtlich. In Form kleinster Teilchen, des sogenannten Mikro- und Nanoplastik, lassen sich die Spuren der Wegwerf-Gesellschaft inzwischen in vielen Lebensmitteln nachweisen. Plastik findet sich aber auch in den Böden, auf Gletschern, in der Luft und selbst auf dem Grund der Meere.

Indra Starke-Ottich machte sich auf, ihren »Plastik-Ausstoß« zu verringern, und begann vor einigen Jahren, ihr Leben in kleinen Schritten zu verändern. Doch der Teufel steckt im Detail, und nicht immer sind Kunststoffe so leicht zu erkennen und vermeidbar wie bei Plastiktüten. Wie man Plastikfallen erkennt und umgeht – dazu will dieses Buch verhelfen. Humorvoll, kenntnisreich und ermutigend schildert die Autorin ihre Erfahrungen – und animiert dazu, den eigenen Weg aus der Plastikfalle zu finden.



© Indra Starke-Ottich

## Indra Starke-Ottich

Indra Starke-Ottich setzt sich für ein harmonisches Miteinander von Mensch und Natur ein – beruflich und privat. Die Biologin erforscht am Frankfurter Senckenberg-Institut die Stadtnatur und ihre Veränderungen. Sie ist in der Umweltbildung und der Bildung für nachhaltige Entwicklung engagiert und bemüht sich, auch ihren eigenen Alltag möglichst nachhaltig zu gestalten.

## Pressestimmen

»Das Buch liest sich stets kurzweilig, animiert zum Umdenken und wurde (...) per Crowdfunding mitfinanziert. Eine runde Sache.«

Frankfurter Rundschau