

# UMA VIDA SEM LIXO

GUIA PARA REDUZIR O DESPERDÍCIO NA SUA CASA E SIMPLIFICAR A VIDA



Cristal Muniz  
criadora do blog [Um ano sem lixo](#)

EDITORA  
**ALAÚDE**

# Resumo de Uma Vida sem Lixo. Guia Para Reduzir o Desperdício na Sua Casa e Simplificar a Vida

É possível viver sem produzir lixo? Sim, e pode ser mais simples do que parece. A criadora do blog Um ano sem lixo, Cristal Muniz, compartilha todas as dicas para gerar menos lixo dentro e fora de casa.

Você vai aprender a comprar comida sem embalagem, maneiras de aproveitar a casca dos alimentos na cozinha, construir uma composteira para dar fim ao lixo orgânico, como limpar a casa usando apenas três ingredientes, como montar um guarda-roupa sustentável e outras dicas para diminuir o consumo de plástico.

Adotando algumas mudanças sugeridas aqui, você estará iniciando um caminho sem volta para um estilo de vida mais sustentável, que de quebra é mais saudável, simples e barato.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)