



페트병으로 만드는 깨알같은 아이템

물, 주스, 우유…… 생활하다 보면 플라스틱병에 든 식품을 섭취하는 경우가 많다. 그런데 식품을 모두 섭취하고 나면 남은 플라스틱병은 재활용을 하기도 하지만, 분리수거가 생활화 되지 않은 미국에서는 일반 쓰레기와 함께 폐기하는 경우가 대부분이다.

이처럼 폐기되는 플라스틱병을 활용하는 창의적인 방법을 '더팁' (www.thetip.kr)이 소개했다.

■ 아름다운 화병



- ▶준비물: 빈 페트병 2개, 커터칼, 가위, 핫글루, 흰색, 금색 아크릴 물감, 석회 가루, 물, 사포
- ▶만드는 방법
 1. 페트병 하나를 3등분하여 중간 부분을 빼내고, 가장 위의 주둥이 부분도 잘라낸다.
 2. 다른 페트병의 윗부분을 잘라서 마찬가지로 주

둥이 부분을 제거한다.

3. 가장 먼저 중간 부분을 빼냈던 페트병의 위와 아래 부분을 서로 연결하여 접착하고, 두 번째로 잘라냈던 윗부분을 뒤집어서 주둥이가 붙어있던 부분끼리 접착한다. 그리고 흰색 아크릴 물감으로 겉면을 칠한다.

4. 석회 가루를 공예용 풀, 물과 섞어서 연결한 플라스틱 병의 표면에 발라서 말린 후 사포로 표면을 매끄럽게 문지른다.

5. 표면을 매끄럽게 만든 화병을 아크릴 물감으로 칠하면 완성!

■ 화분



- ▶준비물: 페트병 1개, CD 1개, 핫 글루, 스프레이 페인트
- ▶만드는 방법

1. 페트병 윗부분을 자르고 뒤집어서 CD의 가운데에 주둥이를 맞추어 접착한다. 뚜껑은 닫은 채로 이어 붙인다.

2. 스프레이 페인트를 사용해서 원하는 색상을 채색하면 예쁜 화분 완성

■ 작은 온실



- ▶준비물: 페트병 1개, 커터칼, 원예용 흙, 다육 식물
- ▶만드는 방법
 1. 페트병을 3 등분하여 가운데 부분을 잘라내고 아랫부분에는 원예용 흙을 채운다.
 2. 흙에 다육 식물을 잘 얹어 자리 잡게 해 준 뒤 조약돌과 흙을 추가로 더 얹어준다. 그런 다음 페트병의 윗부분으로 뚜껑을 덮으면 완성!

사진=더팁



미국 내과·스포츠의학과 보드전문의

김진세

내과/통증전문의
스포츠의학과

스포츠 부상 전문 치료병원
근골격계 통증, 신경통증 전문의

P.R.P.(자가혈청) Stem Cell(줄기세포) 치료
USC 의과대학 레지던트 Training 지정병원

한국인 유일의 미국내과 및 통증의학
미국 스포츠 의학 보드전문의



Chin Se Kim M.D.

- ◆ 미국내과보드전문의
- ◆ 미국스포츠의학보드전문의
- ◆ 미국통증의학보드전문의
- ◆ 가주정부 Qualified medical evaluator

전문진료분야

- ▶ 일반 내과질환 : 고혈압, 당뇨병, 심장질환, 폐질환, 응급치료
- ▶ 각종 스포츠 관련 부상 치료 전문
- ▶ 각종 통증치료 : 관절염, 통풍, TMJ, 목, 허리디스크, 건비통, 두통
- ▶ 최신 물리치료 : 침 치료, 교통사고, 직장상해
- ▶ 종합 진단검사 : 초음파, 심전도, ECHO, 폐기능 검사
Treadmill, Holter
- ▶ 가주정부 Disability evaluation 지정병원
- ▶ Sports injuries, 탈골, 골절치료, Cast, Custom brace
- ▶ 수술 후 재활 치료, 중풍 물리치료

최첨단 C-Arm 통증치료, 초음파 MRI, CT촬영, 각종 내과 질환 종합검진, 한인 Program 제공

오바마케어 취급
각종 HMO-PPO/보험/교통사고
직장상해보험/메디케어 취급
여행자 보험/종합 혈액 검사

문의전화 **714-520-0809**

1736 W. Medical Center Drive #B Anaheim, CA 92801

