

Vorwort	7
<b>ÜBERALL PLASTIK</b>	11
<b>DER EINSTIEG</b>	27
<b>PLASTIKFREI VON A BIS Z</b>	33
<b>EINFACH ANDERS EINKAUFEN</b>	41
<b>NÜTZLICHE BASICS</b>	49
<b>MEIN PLASTIKFREIER HAUSHALT</b>	57
<b>PLASTIKFREI AUSSER HAUS</b>	91
<b>PLASTIKFREI SCHENKEN</b>	97
Register	104
Über die Autorin	107