

# INHALT

## ZERO WASTE — MEHR ALS EIN LIFESTYLE

Müllberge 3x Gold .....	6
Gesundheit .....	8
Gespart.....	10
Minimalismus .....	12
Entschleunigung.....	14
Schritt für Schritt .....	15
Selbst genährt .....	18
Nachhaltig Nähen .....	19
Warenkunde .....	20

## ESSEN & TRINKEN

Kochspaß.....	24
Schüsselabdeckung .....	30
Stoffvervieten .....	32
Kaffeefilter.....	34
Teebeutel.....	36

## EINKAUFEN

Neues & Altes entdecken .....	40
Brotbeutel.....	44
Obst- und Gemüsenetz.....	48
Einkaufstasche .....	50
Flaschentasche.....	52

## UNTERWEGS

Müllfrei to go .....	56
Lunchbeutel .....	58
Bestecktasche .....	60
Tasche für Trinkflasche .....	62

## PUTZEN & ORDNUNG

Entrümpeln und Putzen .....	66
Küchenrolle .....	70
Wischtücher .....	72
Bodentücher .....	74

## BEAUTY & PFELGE

Was ist schön?.....	78
Kosmetikpads mit Beutel.....	80
Seifen Aufbewahrung.....	82
Zahnbürstentäschchen .....	84

## GESCHENKE

Schenken – Ein „Geben und Nehmen“ .....	88
Flaschenhülle.....	90
Furoshiki-Tuch .....	92

Die Autorin.....	96
------------------	----

Impressum .....	96
-----------------	----