

Inhalt

Vorwort	9
Teil I: Das Problem	
Einleitung	19
1. Was wir von Gesetzen lernen können	34
Teil II: Die Lösungswege	
2. Nicht blind den Anführern folgen	57
3. Die eigenen Rechte – verantwortungsvoll – einfordern	86
4. Mehr Zeit auf einer Piazza verbringen	121
5. Die eigenen Tomaten anbauen und sie mit anderen teilen	156
6. Öfter mal »Ethno-Food« essen	179
7. Mit all dem sehr früh anfangen, ungefähr mit drei Jahren	201
Fazit	226
Anhang	
Dank	235
Anmerkungen	237