

Inhalt

Steigt ins kalte Wasser	7
Die Zukunft in der Hand	13
Lasst sie nicht allein	21
Lest Bücher	27
Seid zuversichtlich	35
Auf die Straße, auf die Bühnen	43
Holt Atem	50
Schafft Räume	56
Seid feministisch	62
Schaut hin	70
Kauft euch frei	78
Sorgt euch	84
Rauft euch zusammen	92
Trauert gemeinsam	98
Feiert Feste	105
Seid Menschen	111
Be kind	120
Dank	123
Anmerkungen	124