

<b>Vorwort .....</b>	<b>4</b>	<b>125 Liter Wasser in einem Apfel.</b>	
<b>Zur Arbeit mit diesem Buch .....</b>	<b>5</b>	<b>Über den Wasserfußabdruck .....</b>	<b>30</b>
<b>Umweltschutz von Anfang an .....</b>	<b>6</b>	<b>Einmal um die ganze Welt. Lebensmittel-</b>	
<b>Die Spuren, die wir hinterlassen.</b>		<b>transporte schaden der Umwelt .....</b>	<b>32</b>
<b>Auswirkungen unseres Verhaltens auf die Erde .....</b>	<b>8</b>	<b>Hoch hinaus!</b>	
<b>Auch kleine Schritte verändern die Welt.</b>		<b>Ein Hochbeet für Kinder anlegen .....</b>	<b>34</b>
<b>8 Ruck-zuck-Umwelttipps .....</b>	<b>10</b>	<b>Fleisch oder nicht Fleisch?</b>	
<b>Umweltschutz in der Kita.</b>		<b>Der Streit um die tierischen Produkte .....</b>	<b>36</b>
<b>In 4 Schritten zu mehr Nachhaltigkeit .....</b>	<b>12</b>	<b>Essen fürs Klima.</b>	
<b>Die Umweltpros kommen.</b>		<b>Wie sich Klimatarier ernähren .....</b>	<b>38</b>
<b>Marie und Nick stellen sich vor .....</b>	<b>14</b>	<b>Essen ohne Müll. Verpackungsfrei</b>	
<b>Das Umweltschützer-Quiz .....</b>	<b>16</b>	<b>einkaufen, geht das? .....</b>	<b>40</b>
<b>Was unser Essen mit der Umwelt zu tun hat .....</b>	<b>18</b>	<b>Das kommt mir nicht in die Dose!</b>	
<b>In aller Munde: Gesunde Ernährung.</b>		<b>Umweltfreundlich vespeln in der Kita .....</b>	<b>42</b>
<b>Rohkost, glutenfrei oder vegan? .....</b>	<b>20</b>	<b>Liebe geht durch den Magen. Leckere</b>	
<b>Zu gut für die Tonne! Lebensmittel-</b>		<b>Geschenkideen ganz leicht selbst gemacht .....</b>	<b>44</b>
<b>verschwendungen den Kampf ansagen .....</b>	<b>22</b>	<b>Zuckersüß! Selbstgemachte Süßigkeiten –</b>	
<b>Meal Prep für die Kita. So können</b>		<b>gesund und umweltfreundlich .....</b>	<b>46</b>
<b>auch die Eltern helfen .....</b>	<b>24</b>	<b>Das Umweltretter-Rezeptebuch .....</b>	<b>48</b>
<b>Krumme Dinger. Von Normäpfeln</b>		<b>Checklisten &amp; Vorlagen .....</b>	<b>61</b>
<b>und geraden Bananen .....</b>	<b>26</b>	<b>Über die Autorin .....</b>	<b>79</b>
<b>Schmeckt man, wie krumm eine Banane</b>			
<b>ist? Kreative Obst- und Gemüseideen .....</b>	<b>28</b>		