

Ernährung

WIE UNSERE ERNÄHRUNG DAS KLIMA BEEINFLUSST	14	JUSTINE SIEGLER #JUSTINEKEPTCALMANDWENTVERGAN	28
VERENA HIRSCH #ALLMYDEAR	16	GEFÜLLTE SÜSSKARTOFFELN MIT GRÜN- KOHLPesto UND KICHERERBSen	31
GRUNDWISSEN ZU BIO-LEBENSMITTELN	18	VEGANE „BROWNIES“	33
REGIONAL UND SAISONAL EINKAUFEN	21	JULIA MARIA KLÖS #GREENANDWHALES	34
JULIUS FRIEDRICH #JULIUS_FRIEDRICH97	22	TIPPS ZUR VERMEIDUNG VON LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG	36
FLUFFIGE APFELPANCAKES	25		
VEGANES „RÜHREI“	27		

Kosmetik

NATURKOSMETIK UND WENIGER PLASTIK IM BAD	42	DESIRÉE SCHMITT #TWOANDAHALFSEAMS	50
LAURA LOUISE MITULLA #THE.OGNC	44	DEO SELBER MACHEN	53
ALLESKÖNNER TONERDE	46	BADEBOMBEN	55
TONERDE REZEPTE	49	JULIA MARIA BLESIN #NICETOHAVEMAG	56
		TROCKENSHAMPOO SELBER MACHEN	59
		DIY-ABSCHMINKPADS	61

Mode

UNSER MODEKONSUM UND SEINE AUSWIRKUNGEN	64	LARISSA MCMAHON #LARYTALES	74
BINA NÖHR #BINANOEHR	66	CAPSULE WARDROBE	77
DIE WICHTIGSTEN SIEGEL FÜR FAIRE UND NACHHALTIGE KLEIDUNG	69	FASHION CHANGERS #FASHIONCHANGERS	80
		KLEIDUNG NACHHALTIG KONSUMIEREN	82

Wohnen

HAUSHALT UND WOHNEN	88	PHOEBE NICETTE	
ANDREA UEHR		#PHOENOMENAL_COM	96
#NACHHALTIGKEIT.WARUM.NICHT	90	DIY-HAUSMITTEL	98
NACHHALTIGES ZUHAUSE	93	DIY-ESSIGREINIGER	101
WENIGER PLASTIK IM HAUSHALT	94	TATJANA FRANZ #INCAPITALLETTERS	102
10 WIEDERVERWENDBARE		WOHNEN IM TINY HOUSE	104
ALLTAGSGEGENSTÄNDE	95		

Naturschutz

UMWELTSCHUTZ UND AKTIVISMUS	110	MARISA BECKER #MYSUSTAINABLEME	118
LOUISA DELLERT #LOUISADELLERT	112	WIE GRILLEN DEM REGENWALD SCHADET	120
WIE DU AKTIVISTISCH WERDEN KANNST	115	HANNAH NELE #HANAH.NELE	124
		PLASTIK IM MEER	127

Reisen

NACHHALTIGE MOBILITÄT UND		ANGELIQUE VOCHERER #ANGELIQUELINI	142
KLIMAFREUNDLICHES REISEN	132	14 NACHHALTIGE TIPPS FÜR	
FRANZI SCHÄDEL #FRANZISCHAEDEL	134	DEINE NÄCHSTE REISE	145
TIPPS FÜR EINEN			
NACHHALTIGEREN URLAUB	137		
INDEX	148	QUELLEN	151
FAIR FASHION MARKEN	150	IMPRESSUM	156