

SPIS TREŚCI

Od Autorki 5

Zdobienia polskiego stroju ludowego 7

Podstawowe narzędzia hafciarskie 8

Przenoszenie wzoru na tkaninę 9

Ściegi i techniki hafciarskie 10

Kaszuby 20

Warmia 42

Kurpie Puszczy Zielonej 52

Kurpie Puszczy Białej 60

Region łowicki 72

Region opoczyński 92

Region sieradzki 104

Kujawy 112

Biskupizna 126

Region szamotulski 134

Ziemia lubuska 144

Podlasie 152

Region biłgorajski 158

Region krzczonowski 166

Krakowiacy zachodni 174

Krakowiacy wschodni 186

Region rzeszowski 196

Żywiec 204

Lachowie Sądeccy 214

Dolny Śląsk 226

Górny Śląsk 234

Cieszyn 244

Beskid Śląski 256

Orawa 272

Podhale 278

Słownik terminów ogólnych 290

Ważniejsza literatura 297