

SPIS REWOLUCJI

1 - Przestań kupować wodę w butelkach.....	11
2 - Naucz się jednego słowa z każdego kraju na świecie.....	18
3 - Spróbuj popracować.....	21
4 - Przygotuj mapę dźwiękową swojego miasta.....	24
5 - Dzień bez telefonu.....	28
6 - Życz sąsiadom miłego dnia.....	31
7 - Zorganizuj pogotowie informatyczne.....	34
8 - Idź na jeden dzień do pracy z rodzicami.....	38
9 - Zrób sobie różne selfie ze starszymi osobami.....	41
10 - Naucz się ograniczać swój ślad węglowy.....	44
11 - Zbierz fundusze na szczytny cel.....	49
12 - Odwiedź grób na cmentarzu.....	52
13 - Pójdź na przynajmniej 10-kilometrowy spacer.....	55
14 - Używaj częściej słownika.....	59
15 - Zapytaj nauczyciela, jak się miewa.....	63
16 - Podawaj piłkę wszystkim, nawet tym, którzy słabo grają.....	67
17 - Posłuchaj starej piosenki i przeczytaj starą książkę.....	71
18 - Odkryj rewolucję, przez którą się urodziłeś.....	74
19 - Posprzątaj trochę swoje miasto.....	77
20 - Poszukaj informacji bez korzystania z Wikipedii.....	81
21 - Przestań kłamać i zachęcać innych do kłamstwa.....	84
22 - Skłoń burmistrza, żeby złożył ci trzy obietnice.....	88
23 - Ustanów dzień uśmiechu.....	92
24 - Przestań podążać za modą.....	95
25 - Poproś innych, żeby opowiedzieli ci różne historie (może być gwarą).....	98

SPIS REWOLUCJI

26 - Zostań mistrzem segregacji odpadów.....	101
27 - Zagraj w gry komputerowe, ale w grupie.....	106
28 - Wymieniaj się książkami i komiksami.....	109
29 - Pokonaj strach.....	112
30 - Spędź dzień bez prądu.....	115
31 - Spróbuj przeżyć jeden dzień, zużywając tylko dwa litry wody.....	118
32 - Otwórz bank przysług.....	121
33 - Jedz tylko to, co jesteś w stanie sam zdobyć.....	124
34 - Używaj wielokrotnie.....	127
35 - Przeżyj tydzień tak jak się żyło w latach osiemdziesiątych.....	131
36 - Naucz się przemieszczać... bez samochodul.....	134
37 - Zrób pięć rzeczy, które robi płeć przeciwna.....	137
38 - Zorganizuj igrzyska zapomnianych gier.....	140
39 - Odkryj, jakie zwierzęta żyją wokół ciebie.....	143
40 - Zrób coś charytatywnie.....	146
41 - Odmień swoją szkołę.....	149
42 - Zorganizuj kolację z daniami z całego świata.....	152
43 - Pomóż pszczołom!.....	155
44 - Naucz się, jak ponownie wykorzystywać papier.....	158
45 - Wyszukuj i rozpowszechniaj jedynie dobre informacje.....	162
46 - Zostań wegetarianinem na tydzień.....	165
47 - Spróbuj żyć, nie kupując nic nowego... przez miesiąc.....	169
48 - Baw się zarówno z dziewczynami jak i z chłopakami.....	172
49 - Spójrz na świat oczami kosmity.....	175
50 - Rewolucja ostatnia: spędź cały dzień, ani razu nie mówiąc „nie”.....	179