

SPIS TREŚCI

	Od redakcji.....	7
ROZDZIAŁ 1	Uwolnić się od plastiku	15
ROZDZIAŁ 2	Dobry plastik, zły plastik.....	25
ROZDZIAŁ 3	Stare nawyki trudno wykorzenieć.....	39
ROZDZIAŁ 4	Zaczynamy.....	47
ROZDZIAŁ 5	Kuchnia.....	59
ROZDZIAŁ 6	Pranie i zmywanie	79

ROZDZIAŁ 7	Łazienka.....	93
ROZDZIAŁ 8	Wasze szafy	115
ROZDZIAŁ 9	Dzieci wolne od plastiku	129
ROZDZIAŁ 10	Zapraszamy gości, jemy... i pijemy	147
ROZDZIAŁ 11	Koniec plastiku jednorazowego użytku? ...	163
	Co jeszcze możemy zrobić?	175
	Podziękowania	185
	Przypisy	187