

Dom w zgodzie z naturą : żyj prosto, zdrowo i ekologicznie / Christine Liu. – Wydanie I. – Białystok, 2019

Spis treści

Pokój dzienny	10
Minimalizm	12
Zużycie energii	18
Meble	24
Rośliny domowe	30
Kuchnia	36
Żywność pozyskiwana metodami przyjaznymi dla środowiska	38
Dania bezmięsne	46
Odpady żywnościowe	56
Odpady opakowaniowe	66
Naczynia kuchenne i techniki przygotowywania posiłków	72
Sypialnia	80
Szafa	82
Drugie życie ubrań	90
Jakość snu	96
Łazienka	102
Pielęgnacja zębów	104
Pielęgnacja ciała	110
Pielęgnacja włosów	118
Zużycie wody	128
Środki czyszczące	134
Poza domem	142
Miejsce pracy przyjazne środowisku	144
Jedzenie poza domem	146
Transport	148
Inicjatywy lokalne	150
Podsumowanie	154
Indeks	156
Podziękowania	159