

# Inhalt

Einleitung

**Der Test und ein Plan fürs ganze Jahr**

**9**

Januar

**Fehlstart und Bestandsaufnahme  
als Klimasünder**

**21**

Februar

**Äpfel, rülpsende Kühe  
und Vegetarier**

**41**

März

**Garten, Urlaubsplanung, Fliegen**

**68**

April

**Autos und Fahrradanhänger**

**97**

Mai

**Biogurke und Bulkshopping**

**118**

Juni  
**Wasser, Wein und die Moral  
beim Einkaufen**  
132

Juli  
**Alpen, Radtouren und ein Zelt am See**  
153

August  
**Nervensägen, Selbstbetrug,  
Kleiderschrank**  
172

September  
**Hobbys, Arbeit, Bücher**  
200

Oktober  
**Kürbis, Halloween und  
Verkehrspolitik**  
215

November  
**Licht, Strom, Heizung**  
234

Dezember  
**Richtig schenken – und Feste feiern!**  
252

**Schluss**  
**Das Jahr ist um,**  
**der Plan geht weiter**  
**267**

**Dank**  
**285**

**Anhang**  
**287**

**Sachregister**  
**302**