

Inhalt



	Einleitung	7
Kapitel 1	Natürlich lernen und spielen	8
	Kapitel 2 Ihr grünes Nest	30
	Kapitel 3 Kann ich das essen?	46
	Kapitel 4 Jäger und Sammler	62
	Kapitel 5 Körpersprache	82
	Kapitel 6 Kleine grüne Daumen	102
	Kapitel 7 Wie die Natur uns gut tut	126
	Kapitel 8 Grüne Feste	146
	Anmerkungen	164
	Dank	166
	Über die Autorin	167
	Serviceteil	168



REZEPTE, NICHT NUR FÜR DIE KÜCHE

Klapperrasseln für Babys 11
Weiche Knete für Vorschulkinder 12
Leucht-Smoothies 16
Löwenzahn-Pfannkuchen 66
Wildkräuter-Auflauf 67
Bärlauchbrot 68
Nessel-Muffins 69
Rotkleelimonade 71
Holundersirup 71
Riesenbovist-Pizza 75
Holunder-Apfel-Crumble 76
Omas Weihnachtsfüllung 78
Hagebuttensirup 80
Rezept für einen gut gewickelten Babypopo 87
Rezept für einen natürlichen Badezusatz 92
Natürliches Insektenspray 95
Bio-Sonnencreme 98
Meisenknödel selbst gemacht 109
Selbst gemachte Käsecracker 150

TOP 5/10-TIPPS & TRICKS ...

... wie Sie Ihr Kind nicht verwöhnen 13
... für elterliche Zurückhaltung 17
... Pflanzen für gute Raumlufte 35
... für umweltfreundliche Kleidung 41

... für fröhliches Kompostieren 43
... im Haushalt Energie zu sparen 44
... für umweltfreundliches Fläschchenfüttern 49
... für den Öko-Einkauf im Supermarkt 51
... für einen Besuch auf dem Bauernmarkt 52
... Kuchen mit Gemüse 57
... zur Verwendung von Brombeeren 73
... für eine natürliche Schwangerschaft 84
... für Stoffwindeln 87
... gemeinsam Achtung zu üben 94
... Sinnesfreuden im Garten 107
... für Erfolg im Schrebergarten 121
... Pflanzen, denen man lieber aus dem Weg geht 122
... wie Sie dem Natur-Defizit-Syndrom vorbeugen 129
... für gelungenes Zelten 140
... wie Sie ihr Kind bei jedem Wetter nach draußen locken 143
... Gründe, die Natur zu feiern 148
... für gesunde und ökologische Partysnacks 151
... umweltfreundliche Dekoartikel 151
... für tolle Kinderfotos in der Natur 162

