

Indice

Prefazione	di Eric Holthaus	vii
Introduzione		3
	Perché tu sei importante, p. 6	
	Fa' che le tue azioni siano importanti, p. 9	
	Misura il tuo impatto, p. 12	
1.	Spostarsi	19
	Vacanze, p. 22	
	Spostarsi nella vita di tutti i giorni, p. 33	
2.	Cosa mangiamo	47
	Perché la carne fa male al clima?, p. 52	
	Scarti alimentari, p. 64	
	Chilometri di cibo e serre, p. 66	
	Quanto è lontano il tuo cibo?, p. 68	
3.	Azione collettiva	71
4.	Vita quotidiana	97
	A casa, p. 100	
	Al lavoro, p. 113	
	Ambarabà ciccì coccò, p. 118	
	Di più, nuovo e più grande non significano migliore, p. 121	

Conclusioni. Per tirare le fila del discorso	123
In quali azioni ti impegnerai?	133
Note	137