

Obsah

Úvod	9
1 Cesta k minimalistickému rodičovství	25
2 Je to váš život, naladte se a určete si priority	39
3 Minimalistické triky pro organizaci času	58
4 Nový způsob přemýšlení o životních potřebách	77
5 Od nepořádku k uzdravení: minimalizace domova	89
6 Financování minimalistického života	115
7 Čas na hraní: dobrá a jednoduchá zábava	146
8 Školní a mimoškolní vzdělávání	162
9 Strategie pro zjednodušení školního roku	186
10 Za zdmi školního dvora: mimoškolní aktivity	213
11 Plánování jídla	230
12 Jak jídlo zjednodušit a skvěle si ho užít	245
13 Oslavy a dovolené: více zábavy, méně trápení	265
14 SEBE, ještě zminimalizujte sebe!	295
Doslov: Co dál?	316
Informační zdroje	317
Poděkování	331
Rejstřík	336