

Vorwort	5
----------------------	----------

RETHINK FASHION 7

Fast Fashion: Die Schattenseite der Textilindustrie	8
Retouren: Schnell bestellt und dann entsorgt?	14
Der ökologische Fußabdruck von Mode wird größer.....	15
Der Gegentrend: Slow Fashion.....	16
Regenerative Mode – was steckt dahinter?.....	18
Recycling: Ist das die Zukunftsperspektive?.....	20
Alternativen zum Neukauf.....	24
Secondhand im Trend.....	25
Shoppen mit Plan – Fehlkäufe vermeiden.....	30
Listen als Planungshilfe.....	33
So gelingt mehr Nachhaltigkeit im Kleiderschrank	34
Capsule Wardrobe – mehr Mode brauchst du nicht	38

Das Pflegeetikett	40
Die Pflegeversicherung für deine Garderobe	40
Es hängt im Schrank und ist aus	42
Kunstfasern	46
Cool down! Es muss nicht immer 60 Grad sein	48
Schon wieder Waschtag?.....	50
Die Saubermacher: Waschmittel.....	52
Schön geschmeidig: Weichspüler	56
Weniger ist mehr.....	58
Funktionskleidung richtig waschen.....	60
Frischekur für die Imprägnierung	61
Darf Bademode in die Waschmaschine?	62
Schuhe und Stiefel – von Leder bis Textil	64
Das Spa-Programm für Schuhe.....	67
Gefaltet oder doch auf den Bügel? Die optimale Aufbewahrung im Kleiderschrank.....	70
Kleine Hängepartie: Die Vielfalt der Kleiderbügel.....	74
Platz für Accessoires	76

Platz da! Kleidung im Saisonquartier ...	80
Zeit zum Aussortieren!.....	82
Wohin mit Kleidungsstücken, die aussortiert werden müssen?.....	84
Ausbessern und Reparieren	88
Flecke oder Risse kaschieren	89

REPARIEREN	91
Knöpfe annähen	92
Löcher klassisch stopfen.....	94
Löcher dekorativ reparieren.....	98
Löcher in T-Shirts unsichtbar reparieren.....	106
Löcher in einer Jeans reparieren... 	108
Reparatur im Schriftbereich	110
Gummiband austauschen.....	112
Jeans im Used-Look reparieren....	116
Sweatjacken-Reißverschluss reparieren.....	120

ÄNDERN **123**

Jeans kürzen	124
Oberteil erweitern – zwei T-Shirts werden eins	126
Jeans erweitern.....	129
Elegantes Kleid ändern	132
Sweatshirtkleid kürzen	136
T-Shirt verlängern	138
Rockbund erweitern.....	140
Bund verkleinern.....	142

ALTE KLEIDUNG NEU ERFINDEN **145**

T-Shirt mit neuem Einsatz	146
Vom alten Hemd zur stylishen Unterziehbluse	148
Jeans und Kleid feiern ihr Comeback als Rock.....	150
Ein Volantkleid erfindet sich neu... 	152
Ein ausgedientes Hemd macht Karriere als Sommerbluse	154

Register.....	158
----------------------	------------