Nachhaltige Lebensführung und Lebenseinstellung – Nähen

Nicht nur in dem Bereich Gesundheit und Ernährung ist eine nachhaltige Lebensführung und Lebenseinstellung möglich.

Mein erstes Projekt in diesem Jahr, war das Ausmisten unseres Kleiderschrankes. Und ich habe es geschafft. 18 große blaue Mülltüten konnte ich aussortieren. Die Sachen waren allerdings zu schade zum Wegwerfen. Daher habe ich zugesehen, dass diese Sachen alle in gute Hände gekommen sind.

Im letzten Jahr habe ich angefangen, mich mit dem Nähen zu beschäftigen. Es war gar nicht so einfach, eine gerade Naht hinzubekommen.

Für den Anfang habe ich mir günstige Stoffe zu Üben gekauft. Heute kommt dies für mich nicht mehr in Frage. Die viele Arbeit, die in einem Kleidungsstück steckt, ist doch sehr zeitintensiv. Für mich lohnen sich heute keine günstigen Stoffe mehr. Ich achte jetzt auf Nachhaltigkeit und Qualität. Die günstigen Stoffe haben viele Nachteile. Sie färben ab, laufen meist extrem ein und können meist nach der 1. Wäsche in die Tonne entsorgt werden.

Schnittmuster gibt es als fertige Papierversion und als PDF File zum Ausdrucken und Zusammenkleben. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass das dünne Seidenpapier zu schnell einreißt. Sollen Schnittmuster öfter eingesetzt werden, dann rate ich Euch dazu, Packpapier zu nehmen. Das Papier ist schön fest und lässt sich viel einfacher ausschneiden. Dazu legt Ihr einfach das Schnittmuster auf das Packpapier und rädelt das Schnittmuster auf das Packpapier. Ausschneiden und fertig! Die fertigen Schnittmuster falte ich fein säuberlich zusammen und stecke diese dann in DIN A 4 Umschläge zum Aufbewahren. Vorne drauf schreibe ich, um was es sich in dem Umschlag handelt.

Dazu eventuell eine von Hand skizierte Zeichnung und schon ist das Schnittmuster in dem Umschlag fertig zum Aufbewahren.

Meine ersten Projekte waren Hoodie Kleider. Erst mit geraden Nähten, dann wurde eine Taille mit einbezogen und dann habe ich mich an das Nähen von Abnähern getraut. Es wurde mit jedem Teil, welches ich genäht habe immer besser.

Beim Stoffkauf habe ich nach kurzer Zeit darauf geachtet, das es sich um Bio-Stoffe handelt. Mir ist aufgefallen, dass sich das Angebot von Biostoffen, alleine vom letzten Jahr her, um ein vielfaches erhöht hat.

Baumwollstoffe in Bioqualität und Made in Deutschland! Schaut Euch mal um im Internet. Eine Google Suche mit dem Suchbegriff „Biobaumwollstoff hergestellt in Deutschland“ gibt Euch einen ersten Einblick.

Nach und nach werde ich Euch die Stoffläden vorstellen, bei denen ich kaufe und vor allem immer wieder gerne kaufe. Nicht nur die Qualität ist für mich wichtig. Auch der Service, die Kundenfreundlichkeit und noch einige andere Merkmale, auf die ich im Einzelnen noch eingehen werde. Auf meiner Homepage werde ich auf der Seite Interessante-Links eine Liste anlegen, mit Stoffeinkaufsquellen, die ich Euch gerne empfehlen möchte, wenn ich sehr zufrieden bin. Diese Liste werde ich immer wieder erweitern.

Heute möchte ich Euch gerne das Online-Stoff-Geschäft vorstellen. Es ist https://www.stoffe-hemmers.de. Dafür habe ich eine Mail an Stoffe-Hemmers gesandt und gefragt, ob ich einen Blogbeitrag über ihr Unternehmen schreiben darf. Dies wurde mir erlaubt. Vielen Dank dafür! Für diesen Blogbeitrag bekomme ich keine Bezahlung. Ich schreibe diesen Blog aus eigener freier Überzeugung.

Mir gefällt es sehr, dass bei Stoffe-Hemmers die Zeit von der Bestellung bis zur Auslieferung sehr zügig geht. Die Ware kam bisher immer in dem angegebenen Zeitraum bei mir an.

Bei https://www.stoffe-hemmers.de gab es bei einer Bestellung ein kleines Problem, der Stoff war nicht der, den ich bestellt habe. Daraufhin habe ich den Kundenservice telefonisch benachrichtigt. Sehr schnell, sehr freundlich und sehr kompetent wurde der Stoff getauscht.

Der Bezahlvorgang ist sehr vielfältig. Ich freue mich darüber, dass Stoffe-Hemmers auch per Rechnung versendet. Das heißt für mich, das diese Firma ihren Kunden vertraut. Es gab bisher nie Probleme.

Es gibt bei https://www.stoffe-hemmers.de eine Unterkategorie die sich „nachhaltig Nähen“ nennt: https://www.stoffe-hemmers.de/nachhaltig-naehen. Eine sehr interessante Rubrik. Das Preis-Leistungsverhältnis finde ich absolut in Ordnung. Bei https://www.stoffe-hemmers.de gibt es in der Rubrik SALE immer wieder auch Biostoffe zu reduzierten Preisen.

„Was sind Biostoffe?

Biostoffe stammen aus kontrolliert biologischem Anbau, die Produktion erfolgt nach GOTS-Standard oder aber auch nach Öko-Tex-Standard 10.

Egal ob Bio-Baumwolle, Bio-Leinen oder Bio-Jersey – eines vereint alle Stoffarten: Sie sind schadstoffgeprüft, dermatologisch unbedenklich und stammen aus nachhaltigem Rohstoffanbau.

- Bio-Stoffe mit GOTS *(Global Organic Textile Standard)*
- Bio-Stoffe mit GOTS *(Organic Certified by CU 1010800)*
- Bio-Stoffe nach Öko-Text-Standard 10 *(Produktklasse 1)*
- Bio-Stoffe nach Öko-Text-Standard 10 *(Produktklasse 2)*“
  Quelle: Stoffe-Hemmers

Wenn Ihr Fragen habt, dann könnt Ihr Euch gerne mit mir per E-Mail in Verbindung setzen.
KatrinSchoefer@outlook.de oder weitere Informationen über

meine Homepage erfahren.

Ein schönes Wochenende und viele liebe Grüße sendet Euch Katrin

Meine Publikationen
28.07.2017
Aus meinem 5. E-Book wurde heute ein Buch!
ISBN: 978-3-6684-83743
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung. Teil IV – Ein Blog-Tagebuch

17.07.2017
Mein 5. E-Book ist heute erschienen!
ISBN: 978-3-6684-83736
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung. Teil IV – Ein Blog-Tagebuch

31.01.2017
Aus meinem 4. E-Book wurde heute ein Buch!ISBN: 978-3-6683-84316
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung. Teil III – Ein Blog-Tagebuch

20.01.2017
Mein 4. E-Book ist heute erschienen!ISBN: 978-3-6683-84316
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung. Teil III – Ein Blog-Tagebuch

18.08.2016
Aus meinem 3. E-Book wurde heute ein Buch!
ISBN: 978-3-6682-63420
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung – Teil II – Ein Blog-Tagebuch

20.07.2016Mein 3. E-Book ist heute erschienen! ISBN: 978-3-3668-26341-3 Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung – Teil II – Ein Blog-Tagebuch

18.03.2016
Aus meinem 2. E-Book wurde heute ein Buch!
ISBN: 978-3-668-16742-1
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung – Teil I – Ein Blog-Tagebuch

08.03.2016
Mein 2. E-Book ist heute erschienen!
ISBN: 978-3-668-16741-4
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung – Teil I – Ein Blog-Tagebuch

04.12.2015
Aus meinem 1. E-Book wurde heute ein Buch!
ISBN: 978-3-668-08752-1
Salutogenese in der Gesundheitsberatung. Theorie und praktische Umsetzung

16.11.2015
Meine Abschlussarbeit ist beim GRIN-Verlag veröffentlicht worden!
ISBN: 978-3-668-08751-4
Salutogenese in der Gesundheitsberatung. Theorie und praktische Umsetzung

Der Provider dieses Blogs