



CHARLOTTE SCHÜLER

# Mein nachhaltiger Kleiderschrank

Infos, Tipps & DIYs  
rund um Fair Fashion



südwest



CHARLOTTE SCHÜLER

# Mein nachhaltiger Kleiderschrank

.....  
Infos, Tipps & DIYs  
rund um Fair Fashion

südwest

# INHALT

<b>EINLEITUNG</b> .....	6
<b>1. DER GUT SORTIERTE KLEIDERSCHRANK</b> .....	14
<b>EIN ÜBERSICHTLICHER KLEIDERSCHRANK</b> .....	16
<b>CAPSULE-WARDROBE</b> .....	18
<b>KLEIDUNG RICHTIG AUFBEWAHREN</b> .....	42
<b>SAISON-GARDEROBE</b> .....	47
<b>REISEOUTFITS PLANEN</b> .....	51
<b>2. DER KAUF VON KLEIDUNG &amp; ACCESSOIRES</b> .....	56
<b>NACHHALTIG UND FAIR</b> .....	58
<b>SHOPPINGTOUR</b> .....	68
<b>FAIR FASHION</b> .....	70
<b>SECONDHAND-KLEIDUNG</b> .....	71
<b>SCHUHE</b> .....	79
<b>SCHMUCK</b> .....	80
<b>3. KLEIDERPFLEGE</b> .....	82
<b>MIKROPLASTIK</b> .....	84
<b>ETIKETTEN RICHTIG LESEN</b> .....	88
<b>KLEIDUNG NACHHALTIG PFLEGEN</b> .....	92
<b>OMAS FLECKENENTFERNER</b> .....	93
<b>DIY-REZEPTE</b> .....	96
<b>FUSSEL ENTFERNEN</b> .....	105

<b>4. STYLING-HACKS</b> .....	108
<i>KLEIDUNG ANPASSEN</i> .....	110
<i>KLEIDUNG STYLEN</i> .....	115
<i>KLEIDUNG UPCYCELN</i> .....	120
<i>KLEIDUNG REPARIEREN</i> .....	123
<b>5. KLEIDUNG WEITERGEBEN</b> .....	128
<i>KLEIDUNG AUSSORTIEREN</i> .....	130
<i>KLEIDUNG SPENDEN</i> .....	132
<i>KLEIDUNG SECONDHAND VERKAUFEN</i> .....	135
<i>SUSTAINABLE-FASHION-CHALLENGE</i> .....	141
<b>ANHANG</b> .....	143
<i>INFORMATIONEN ZU VERSCHIEDENEN SIEGELN</i> .....	143
<i>FAIR-FASHION-LABELS</i> .....	143
<i>SECONDHAND ONLINE-SHOPS</i> .....	153
<i>NACHHALTIGE UND FAIRE SCHUHLABELS</i> .....	155
<i>NACHHALTIGE SCHMUCKLABELS</i> .....	157
<i>VERÄNDERUNGEN</i> .....	159
<i>DANKSAGUNG</i> .....	159



# Einleitung

## ***FÜR WEN IST DIESES BUCH?***

Das Buch ist genau das Richtige für dich, wenn du dich für faire und nachhaltige Fashion interessierst – aber nicht auf die neuesten Styles verzichten möchtest –, Ordnung in deinen Kleiderschrank bringen willst, deine eigene Capsule-Wardrobe zusammenstellen möchtest und deinen Kleidungsstücken eine lange Lebenszeit schenken willst.

Ich erkläre dir, wie du dich endlich nicht mehr durch einen vollen Kleiderschrank wühlen musst, nur um am Ende festzustellen, dass du doch nichts zum Anziehen hast. Oder wie du schon beim Einkauf im Geschäft erkennst, ob dir das potenzielle neue Kleidungsstück langfristig Freude bereiten wird. Vielleicht passt es dir schon im Laden nicht richtig, sodass es womöglich als Schrankleiche in deinem Kleiderschrank einstauben wird. Und das nur, weil du im Laden nicht die ersten Anzeichen dafür gesehen hast, dass das Kleidungsstück gar nichts für dich ist. Es gibt zum Glück ganz einfache Wege, diese Fehlkäufe zu vermeiden, sodass du nicht nur deinen Geldbeutel, sondern auch die Ressourcen unserer Umwelt schonst.

## ***WAS FINDEST DU IN DIESEM BUCH?***

Ich gebe dir einen guten Überblick über alles, was du für einen nachhaltigen Umgang mit Kleidung wissen solltest. Angefangen bei der Herstellung und Herkunft der verschiedenen Stoffe, über den Einkauf und die richtige Pflege deiner Kleidung bis hin zum Sortieren und Einräumen des Kleiderschranks. So kannst du schnell und einfach deine Outfits zusammenstellen. Schließlich erkläre ich dir auch, was du am besten mit Kleidung machst, die du nicht mehr trägst, wo du sie am einfachsten verkaufen kannst oder welche Anlaufstellen es gibt, um Kleidung zu spenden. Für Kleidung, die abgetragen und nicht mehr zu reparieren ist,



zeige ich dir, wie du sie am besten entsorgst, sodass sie im Idealfall noch recycelt wird und du auch hierbei keine Ressourcen verschwendest.

Im Buch findest du:

- Tipps zum Einrichten einer Capsule-Wardrobe
- Einen Shopping-Leitfaden für neue Kleidung und Secondhand-Kleidung
- Anleitungen zur richtigen Wäschepflege, Reparatur, zum Upcycling
- DIY's (Textilauffrischer, Waschmittel, Weichspüler, Fleckentferner)
- Ideen für verschiedene Stylingvarianten
- Checklisten
- Infoboxen zu Siegeln, Stoffen und Herstellungsarten

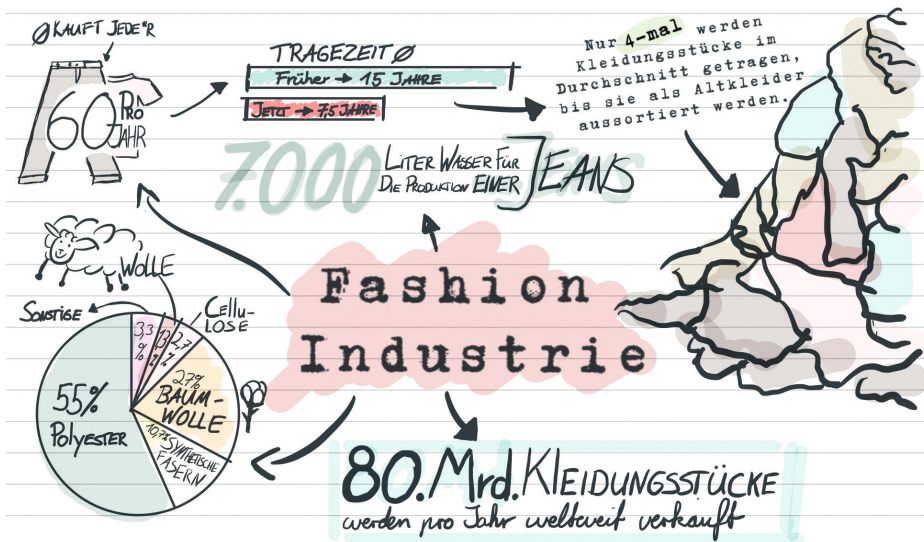
## **WARUM IST EIN NACHHALTIGER UMGANG MIT TEXTILIEN WICHTIG?**

Wenn du dich noch nicht so intensiv mit der Textilindustrie beschäftigt hast, fragst du dich vielleicht, warum es einen anderen Umgang mit unseren Kleidungsstücken geben muss. Der Grund dafür ist, dass seit einiger Zeit in der Fashion-Branche so manches schiefläuft und immer mehr Schattenseiten dieser wachsenden Branche ans Licht kommen. Die Modewelt hat sich inzwischen zunehmend zu einer »Fast«-Fashion-Branche entwickelt. Fast-Fashion bedeutet, dass hauptsächlich auf Schnellebigkeit gesetzt wird. Qualität- oder Arbeitsstandards in den Fabriken sind nicht wichtig, stattdessen wird nur noch dem neuesten Trend hinterhergejagt. Die Kleidungsstücke werden auf Kosten von Fabrikarbeiter\*innen und Umwelt zu immer günstigeren Preisen produziert. Um das Kaufverhalten der Konsument\*innen stetig voranzutreiben, werden in immer kürzeren Abständen neue Styles gelauncht. Qualität und Verarbeitung der Kleidungsstücke sind nicht darauf ausgerichtet, lange zu halten, sondern

um mehr Umsätze für die Produzenten zu generieren. Um immer mehr Ware zu immer günstigeren Preisen anbieten zu können, arbeiten Fabrikarbeiter\*innen oft unter unwürdigen Bedingungen zu niedrigen Löhnen, die trotz vieler Arbeitsstunden nicht zum Leben reichen. Neben dem ganzen anderen Müll aus unserer Wegwerfgesellschaft wird unser Planet noch zusätzlich mit immer mehr Müll aus der Fashion-Branche belastet.

Hier kommen einige Fakten zur Textilindustrie, die ich besonders schockierend finde:

- Die Produktion von Kleidungsstücken hat sich von 2000 bis 2014 verdoppelt.
- Jede\*r Deutsche kauft im Durchschnitt 60 Kleidungsstücke pro Jahr.
- Kleidungsstücke werden im Schnitt nur noch halb so lang getragen wie vor 15 Jahren.
- Einige Fast-Fashion-Modehäuser bringen bis zu 24 Kollektionen im Jahr heraus. Das ist fast alle zwei Wochen eine neue Kollektion. Eine Mode-Marke fügt ihrem Sortiment sogar täglich bis zu 5000 Produkte hinzu.



## ABOUT ME

Hey – freut mich, dass du mein neues Buch in der Hand hältst! Ich bin Charlotte Schüler, komme aus München und beschäftige mich seit einigen Jahren mit allen Facetten zum Thema Nachhaltigkeit. Dabei informiere ich meine Community immer über meine neuesten Erkenntnisse und Entdeckungen.

Diejenigen von euch, die mich bereits kennen, wissen bestimmt, dass mein Einstiegsthema »plastikfrei leben« war. Vor etwa sieben Jahren habe ich begonnen, immer mehr auf Plastik zu verzichten. Irgendwann habe ich dann auch angefangen, mein gesammeltes Wissen und neu entdeckte Produkte auf Social Media zu posten. Schnell kamen immer mehr Bereiche hinzu, in denen es ebenfalls wichtig ist, auf mehr Nachhaltigkeit zu achten. Die Fashion-Industrie nimmt dabei einen großen Teil ein, weil sie sich leider zum regelrechten Müll- und Konsumwahnsinn entwickelt hat.

Tragischerweise geht es in der Fashion-Industrie nicht nur um den verschwenderischen Umgang mit Ressourcen, sondern auch um den unwürdigen Umgang mit den Menschen, die unsere Kleidung herstellen. Es herrschen widrige Arbeitsbedingungen und es werden keine fairen Löhne gezahlt. Da ich mich gern mit Mode beschäftige, ist das sehr schnell ein wichtiges Thema für mich geworden.

Mittlerweile gibt es in der Fashion-Branche viele Facetten zu betrachten und es sollten Wege gefunden werden, um auch hier wieder auf mehr Nachhaltigkeit zu achten. Um dir die Einarbeitung in diese Thematik zu erleichtern, habe ich das Buch geschrieben. So erhältst du von der Produktion über den Einkauf, die Pflege und Reparatur deiner Kleidungsstücke bis hin zur richtigen Entsorgung einen guten Überblick. Ich wünsche dir ganz viel Spaß mit diesem Buch und hoffe, dass es dich bei der nachhaltigen Gestaltung deines Kleiderschranks unterstützen kann.

# THAT'S ME ↴

Augenfarbe: Grün/Blau



Lieblings-  
Farbe:  
**PINK**

MEIN HUND  
LUNA ♥

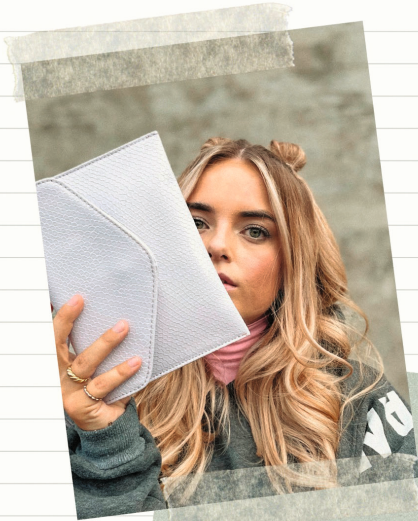


Mission:  
↳ ZU EINEM  
**NACHHALTIGEREN LEBEN**  
↳  
**INSPIRIEREN** ♥

Social Media:    
@charlotteschueler

weitere Bücher  
von mir:









# Der gut sortierte Kleiderschrank

## *EIN ÜBERSICHTLICHER KLEIDERSCHRANK*

Wer kennt das nicht? Du stehst vor einem vollen Kleiderschrank und denkst, dass du nichts zum Anziehen hast. Wir alle wissen in dem Moment, dass wir offensichtlich genug Kleidung haben – wir stehen schließlich vor einem randvoll gefüllten Schrank. Trotz der Kleiderberge finden wir jedoch nichts, was uns gefällt.

In dieser Situation hat es mir geholfen, meinen Kleiderschrank übersichtlicher einzuräumen. Ist der Kleiderschrank gut und überschaubar sortiert, ist das schon die halbe Miete, um sich morgens in einer vertretbaren Zeit schöne, passende Outfits für den kommenden Tag herauszusuchen.

Beim Schreiben dieses Buchs habe ich überlegt, ob das Kapitel »Der gut sortierte Kleiderschrank« oder »Der Kauf von Kleidung« an erster Stelle stehen sollte. Beide Themen sind superwichtig für einen übersichtlichen Kleiderschrank, aus dem man in wenigen Sekunden immer wieder tolle Kombinationen zusammenstellen kann. Ich habe mich dazu entschieden, das Thema Ordnung zu priorisieren, da es nachhaltiger ist, erst einmal mit dem zu arbeiten, was man hat. Danach kann man erst entscheiden, was man braucht – und was nicht – und was man gegebenenfalls in der Garderobe ergänzen könnte, um immer den Style tragen zu können, in dem man sich rundum wohlfühlt.

Im folgenden Kapitel gebe ich dir Tipps und Anregungen, um Ordnung in deinen Kleiderschrank zu bringen. Ich möchte dir zeigen, welche Methoden mir geholfen haben. Aus diesen Vorschlägen kannst du dir heraussuchen, was am besten für dich passt und in deinem Alltag funktioniert, und es gegebenenfalls noch ergänzen.