



Wenn der Wandel Mode wird

Ökologisch-soziale Textilien
für eine bessere Welt

Mode und Identität

Was außen ist,
ist auch innen

Alles wird grün

Christine Fehrenbach
über nachhaltige Textilien

Kultur zusammen nähen

Das Sozialunternehmen
Nouranour

Unser Titel zum Themenschwerpunkt dieses Heftes.



Dieses Buch ist für alle Menschen, die das Reparieren von Grund auf lernen oder auch bereits vorhandene Fertigkeiten verbessern und neue Techniken entdecken möchten. So kann das Lieblingskleidungsstück noch gerettet und ein Zeichen gegen das Wegwerfen kaputter Kleidung gesetzt werden.

176 Seiten, gebunden mit Lesebändchen und Schablonenbeilage, durchgehend farbig
€ 28,00
 Art.Nr. 5195

Das Wissen, wie man Kleidung repariert, wurde viele Jahrhunderte von Generation zu Generation weitergegeben. Heute, im Zeitalter der Fast Fashion, in der immer alles verfügbar ist, geraten die vielfältigen und vielseitigen Reparaturtechniken immer mehr in Vergessenheit. Hier wurde dieses verschwindende Wissen gesammelt, neu interpretiert und weiterentwickelt. Schritt für Schritt werden die wichtigsten Reparaturtechniken in diesem Buch erklärt. Verschiedene Stoffarten mit ihren Eigenschaften, hilfreiche Reparaturwerkzeuge und Pflegetipps werden vorgestellt. Die Geschicklichkeit unserer Hände steht dabei im Mittelpunkt, alle gezeigten Techniken werden ohne Nähmaschine ausgeführt.

Soeben erschienen

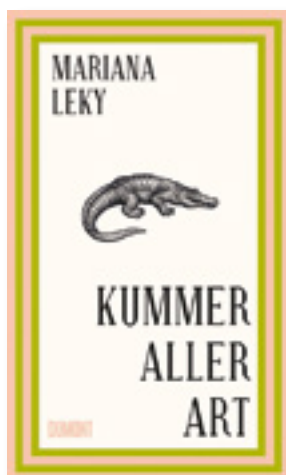


Ein Buch für Praktiker, Skeptiker und Öko-Landbau-Begeisterte

160 Seiten, Broschur herausgegeben von Demeter NRW
€ 20,00
 ISBN 978-3-95779-163-4

Die ökologische Land- und Gartenwirtschaft leistet einen wichtigen Beitrag zur Produktion gesunder Nahrungsmittel und zum Erhalt einer resilienten Mitwelt. Es wird nicht gegen, sondern mit der Natur gearbeitet. Sie nahm 1924 ihren Anfang mit der Begründung der biologisch-dynamischen Landwirtschaft. Die Marke „Demeter“ steht inzwischen weltweit für besonders hochwertige Bioqualität. Dieses Buch gibt Auskunft über die anthroposophischen Grundlagen dieser Landwirtschaftsmethode. Es ist der erste von insgesamt drei Bänden.

Klug, humorvoll und mit großem Sinn für Feinheiten und Absurditäten porträtiert Mariana Leky Lebenslagen von Menschen.



176 Seiten, gebunden mit farbigem Vorsatz und Lesebändchen
€ 22,00 Art.Nr. 5222

Mit Natron, Soda, Essig, Zitronensäure und Kernseife lassen sich fast alle Drogerieprodukte ersetzen und viele Herausforderungen des Alltags lösen.



192 Seiten, Klappenbroschur, durchgehend farbig gestaltet mit zahlreichen Fotos
€ 14,95 Art.Nr. 5223

Viele Menschen sind der Meinung, dass sie weder malen noch zeichnen können. Peng weiß, dass das nicht stimmt!



160 Seiten, Broschur, vom Autor durchgehend von Hand geschrieben und farbig illustriert
€ 20,00 Art.Nr. 5221



Bequem online bestellen: www.info3.de

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Dass sich in der Landwirtschaft und auf dem Energiesektor etwas tun muss für einen echten Wandel, das ist inzwischen den meisten Menschen klar. Aber nicht nur die Art, wie wir essen, heizen und wohnen, auch wie wir uns kleiden hat großen Einfluss auf die Umwelt. Denn Textilien sind ein gewaltiger Wirtschaftsfaktor und ein bewusster Einkauf hat Wandlungspotenzial. Während jedoch der Zuwachs an ökologischem Landbau und erneuerbaren Energien inzwischen als Ziel – immerhin – klar formuliert ist, bleibt beim Thema Textilien noch fast alles beim Alten: Viel zu viele Klamotten aus viel zu umweltschädlichen Materialien werden unter viel zu unsozialen Bedingungen hergestellt. Deshalb haben wir in diesem Heft nachgefragt, wie Mode stärker zum Bestandteil des sozialökologischen Wandels werden kann.

Denn in der Kleidungsbranche tut sich inzwischen einiges. Drei Praxisbeispiele von vielen stellen wir in dieser Ausgabe vor: Zwei junge Frauen machen nachhaltige Mode für Kinder, ein junger Unternehmer produziert schicke Schuhe ohne Dreck und Ausbeutung, und eine Sozialfirma in Witten bringt nähedoch Kulturen zusammen. Spannend ist auch zu lesen, welche neuen Materialien aus alternativen Fasern derzeit im Kommen sind. Beim Thema Kleidung darf natürlich auch die Frage nach der Rolle modischer Trends nicht fehlen: „Kleidung ist selbstverständlich ein Ausdruck von Kultur“, hat Jil Sander einmal gesagt. Damit haben sich für uns Laura Krautkrämer und Renée Herrnkind beschäftigt. Und Anna-Katharina Dehmelt hat zu diesem Thema ein ungewöhnliches Gespräch geführt: Eine Waldorferzieherin mit Mode-Faible erzählt über die Rolle von Kleidung als Zeitgeist-Faktor und Ausdruck der Selbstwertschätzung – unbedingt lesen!

Abgesehen vom Titel-Thema freue ich mich diesmal besonders, dass unser Gesundheitsautor Frank Meyer sich die Mühe gemacht hat, auf grundlegende Weise das Thema *Transhumanismus* kritisch für uns zu hinterfragen. Hier geht es nicht nur um medizinische

Fragen, sondern um Manipulationen, die bis in das soziale Gefüge hineinreichen und das Verständnis vom Menschen selbst grundlegend verändern werden. Ich meine, wenn unsere Zeitschrift helfen kann, Bewusstsein über solche elementaren Entwicklungen der Gegenwart zu schaffen, dann hat sie ihren Zweck schon erfüllt.

Eine aufschlussreiche
Lektüre wünscht Ihnen

Jim Hirtkamp





Die „3“ spielt eine zentrale Rolle in unserem Leben: Körper, Gefühl und Weisheit machen uns Menschen aus – Wirtschaft, Politik und Kultur das soziale Leben. Inspiriert von den Impulsen der Anthroposophie Rudolf Steiners heißt die Leitidee unserer Zeitschrift: Bewusst leben · Gesellschaft gestalten.



STANDARDS

EDITORIAL	1
LESERBRIEFE	4
KURZ NOTIERT	6
DIE FREUDENBERG-SEITE	9

WENN DER WANDEL MODE WIRD

Interview	10
Nachhaltige Kleidung als Schlüssel zum Wandel	
Im Gespräch mit der Designerin Christine Fehrenbach	
Ingo Leipner	14
Mode und der Müll von morgen	
Im Sog der Influencer	
Interview	18
„Was außen ist, ist auch innen“	
Im Gespräch mit der Waldorfpädagogin Irina Baumgärtner	
Laura Krautkrämer	24
Spiel der Zeichen	
Wie machen Kleider Leute?	
Andrea Kreisel	28
Mit sich selbst wachsen	
Das nachhaltige Label Oktopulli	
Bernd Rodekohl	33
Keine Prokrastination in der Agrarpolitik!	
Die Aurelia-Kolumne	
Jens Heisterkamp	34
Nachhaltig auftreten	
Auch Schuhe gehen öko	
Renée Herrnkind	38
Mein T-Shirt ist aus Kaffeegarn	
Neue Materialien für die Kleidung	
Renée Herrnkind	36
Gegen Nässe, Kälte und Wind	
Wolle statt Kunststoff	
Alexander Capistran	44
Kulturen zusammen nähen	
Die Initiative <i>nouranour</i> in Witten	

WENN DER WANDEL MODE WIRD

48	Anna-Katharina Dehmelt
	Haare sind mehr als Mode
	Zu Besuch bei der Naturfriseurin Marion Alemeier
51	Renée Herrnkind
	Sprechen Haare?
	Identität auf dem Kopf

LEBENSFÄDEN

52	Hans Bartosch
	Kleines Kriegstagebuch
	Erfahrungen eines Seelsorgers am Krankenbett
55	Claudia Mönius
	Spiritualität als Übungsweg
	Unsere Mutmach-Kolumne
56	Walter Beutler
	Ein Kongress bewegt
	Mit und ohne Behinderung
58	Wolfgang G. Vögele
	Steiners Verlobung und andere Entdeckungen
	Ein neues Buch über Steiners Wiener Jahre
60	Frank Meyer
	Das Gespenst des Transhumanismus und die Anthroposophie
	Atemberaubende Ausblicke
65	Neue Bücher
68	Johannes Denger
	Kloballisierung
	Denger denkt
66	PARTNERBUCHHANDLUNGEN
69	KATALOGSTREIFEN
70	SCHAUFENSTER
72	STELLENANZEIGEN
85	BUNDESFREIWILLIGENDIENST
86	KLEINANZEIGEN
87	IMPRESSUM
88	VORSCHAU