

VORWORT	6
<b>Kapitel 1</b>	
<b>Was steckt hinter der Modeindustrie?</b>	9
<b>Kapitel 2</b>	
<b>Starten Sie die Revolution im Schrank</b>	15
Wir haben genug! Plädoyer für einen anderen Lebensstil	16
Unser Mode-Fahrplan. Zehn Schritte gegen Wegwerfmode	18
Der Kleiderschrank-Check. Mehr Platz für Ihre Lieblings Sachen	24
Recycling, Kleiderspende & Co. Wohin mit alten Sachen?	32
<b>Kapitel 3</b>	
<b>Gekommen, um zu bleiben</b>	37
Outfits und Lieblingsstücke. Persönliche Empfehlungen von Kirsten und Alf	38
Jetzt geht es um Knopf und Kragen. Reparieren, Umstylen und Upcyceln	52
Das zweite Leben der Kleidung. Vintage und Secondhand	58
Geteiltes Kleid ist doppelte Freude. Leihen und Leasen	62
<b>Kapitel 4</b>	
<b>Wenn schon neu, dann öko!</b>	67
Ökomode ist doch ... Drei Ammenmärchen über Grüne Mode	68

Wem kann ich glauben? Ein Überblick über die Textilsiegel	70
Versteckte Kosten. Warum Ökomode ihren Preis hat	76
Hausgemacht. Der Produktionsstandort Deutschland	80
Öko – geht das auch in Groß? Die grünen Linien von H&M, Zara und Co.	86
Unter Schweiß und Tränen. Sport- und Funktionskleidung	90
Der neue Goldstandard. Nachhaltiger Schmuck	96
Die besondere Herausforderung. Nachhaltige Kinderkleidung	98
Gute Fasern, schlechte Fasern? Materialien im Fokus	102
<b>Service teil</b>	117
Diese Experten sollten Sie kennen	118
Engagieren Sie sich!	122
Bezugsquellen / Läden	126
Weitere Empfehlungen	134
Quellen	137
ÜBER DIE AUTOREN	138
DANKSAGUNG	139