



Kursübersicht

Modul 1: Mein Einkauf, mein Stimmzettel - Fabienne Müller

Der Einfluss der Modeindustrie auf Mensch und Umwelt ist immens. Mit irreführendem Wording und Aktionen versuchen Modeunternehmen, die unschöne Seite hinter der schillernden Kleidung zu vertuschen. Doch nicht nur der Umwelt und den Näherinnen schadet Fast Fashion. Was die Modeindustrie mit Dir als Konsumentin macht, zeigen wir Dir in diesem Modul auf. Wichtig ist hier, dass wir nicht die Moralkeule schwingen und verurteilen, sondern aufklären und bewusst machen wollen.

Modul 2: Mein Körper, mein Zuhause - Andrea Dubach

Andrea nimmt Dich mit auf eine kleine bestärkende Reise. Die Zieldestination ist liebevolle Selbstannahme, also eine Umarmung von allem, das uns ausmacht: Geist, Seele UND Körper. Andrea ist Psychologin und Coach. Sie begleitet seit mehr als 20 Jahren Menschen in ihren Entwicklungs- und Veränderungsprozessen.

Eine neue Garderobe kann schön aussehen und gut sitzen. Wenn sie von Dir auch noch mit Selbstannahme und ganzheitlicher Überzeugung getragen wird, dann wird Nohea spür und erlebbar.

Modul 3: Meine Masse, meine Sache - Fabienne Müller

In diesem Modul widmen wir uns Deinen Körpermassen. Aber keine Angst, das Massband kannst Du getrost in Deiner Schublade lassen. Wir erledigen das einfach und unkompliziert mit Deinem Smartphone. Du brauchst Dir keine Gedanken um Deine Masse zu machen. Das erledigen wir für Dich.

Modul 4: Meine Figur, mein Stil - Steffi Fissel

Steffi zeigt Dir, worauf Du beim Erstellen Deiner persönlichen Garderobe achten kannst und gibt Dir Tipps, wie Du Deine Figur am besten zur Geltung bringst. Die persönliche Garderobe passt sich Deinem Körper an und lässt Dich strahlen! Steffi hat sich voll und ganz dem Style-Coaching verschrieben und gibt ihre Leidenschaft gerne an Dich weiter.

NOHEA

Modul 5: Meine Kleidung, mein Schnitt - Steffi Fissel

Wie Du aus unseren Basic Schnittmustern Deine persönlichen Lieblingskleidung erschaffen kannst, zeigt Dir Stefanie Fissel in diesem Modul. Sie erklärt Dir, welche Schnittmuster-Varianten Du kombinieren und damit einen komplett anderen Look kreieren kannst. Du wirst erstaunt sein, was individuelle Anpassungen mit Deinem Look anstellen können!

Modul 6: Meine Farben, meine Muster - Steffi Fissel

Mit dem Schnitt alleine ist die Sache noch nicht getan. Welche Farben und Muster passen zu Dir und Deinem Typ? Auch in diesem Bereich ist Steffi Fissel ein wahrer Profi! Am Ende dieses Moduls verfügst Du nicht nur über einen grossen Inspirations-Schatz, Du hast auch eine Idee, aus welchen Stoffen, Farben und Mustern Du Deine persönliche Garderobe nähen könntest.

Modul 7: Mein Nähwerk, mein Stolz - Stefanie Kroth

Auch in der Verarbeitung überlassen wir Dich nicht Dir selbst. Du bekommst in diesem Kursteil für alle Kleidungsstücke einzelne Anleitungen als PDF, die Du je nach Vorliebe einzeln herunterladen kannst. Am Ende dieses Moduls bist Du ausgerüstet und bereit, Deine persönliche Capsule Wardrobe zu nähen. Viel Spass dabei!