

DDDr.ⁱⁿ Sabine Wöger, MMMSc, MEd
 Tiefenpsychologie - Psychotherapie – Mediation & Konfliktregelung
 Palliative Care - Gesundheitswissenschaft - Erziehungs- und Bildungswissenschaft
 Mobil: 0699/81297144 / E-Mail: sabine.woeger@gmail.com
 Homepage: <http://www.sabinewoeger.at>

Zauberhaftes und nachhaltiges Nähen

Liebe Nähfreundin, lieber Nähfreund!

Sie nähen gerne in netter Gemeinschaft, möchten kreative Upcycling-Ideen umsetzen oder nicht mehr passender Kleidung und Stoffen ein zweites Leben schenken? Dann sind Sie beim Workshop **„Zauberhaftes und nachhaltiges Nähen“** genau richtig!



Nähanfänger*innen herzlich willkommen

Sie haben lange nicht mehr genäht oder sind noch Anfänger*in? Kein Problem! Zu Beginn machen wir uns gemeinsam mit der Nähmaschine vertraut. Auf einem Probefleck üben wir einige grundlegende Nähte und schaffen eine gute Basis für Ihr persönliches Projekt.

Stoff-Upcycling - kreativ und nachhaltig

Upcycling ist ein wertvoller Beitrag zur Ressourcenschonung und zur Vermeidung von Abfall - ein bewusstes Gegenmodell zu Fast Fashion und Wegwerfmentalität. Stoffe, die scheinbar ausgedient haben, erhalten eine neue, sinnvolle Verwendung. Ihr Wert geht dabei nicht verloren, sondern wird oft sogar gesteigert. Besonders gut eignen sich Stoffreste, Verschnitte, Farbmuster, alte Vorhänge, Tischdecken, Hemden, Jeans oder Wollpullover.

Interessante Informationen

Hier finden Sie spannende und nachdenklich stimmende Informationen zum Kaufverhalten, zur Tragedauer und zur Entsorgung von Kleidung in Österreich:

- [Mode als Wegwerfware](#)
- [Kleidung landet zu oft im Müll](#)

Kreative Upcycling-Ideen und kleine Nähprojekte

Gemeinsam entstehen individuelle und praktische Einzelstücke, zum Beispiel:

- Täschchen und Federpenale
- Shopping-Bags
- Kräuterkissen
- Bucheinbände und Lesezeichen

- Tablet-Hüllen
- Tischsets und Bestecktaschen
- Eierwärmer
- Wandorganizer
- Wäscheklammerkleidchen
- Girlanden mit Stoffmotiven
- Bilder mit Stoffapplikationen
- Kochschürzen
- weiche Stoffpuppen für Babys
- und vieles mehr

Bitte mitbringen

Je nach Projektvorhaben benötigen Sie:

- Ihre eigene Haushaltsnämaschine inklusive Standard- und Reißverschlussfüßchen
- Stoffreste oder ausgediente Kleidungsstücke für Ihr Wunschprojekt
- Stecknadeln oder Stoffklammern
- Stoffschere
- verschiedenfarbige Nähgarne
- Aufbügellies
- Zierbänder und Borten
- Kunststoff- oder Metallreißverschlüsse
- Füllwatte, Soft-Flocks oder Kissenfüllung (falls benötigt)

Und falls Sie eine Brille tragen: Bitte nicht vergessen einzupacken!

Termine - Kosten - Anmeldung - Ort

Sie können einzelne Workshops besuchen oder gerne mehrere Termine kombinieren.

Workshop-Termine:

→ 06. August 2026

→ 03. Dezember 2026

→ 06. Juli 2027, jeweils von 08:00 bis 12:00 Uhr.

Unkostenbeitrag: € 20,-

Anmeldung: office@sabinewoeger.at oder sabine.woeger@gmail.com

Veranstaltungsort: Praxis Sabine Wöger: Pfalzgasse 2, 4055 Pucking.

Ich freue mich auf inspirierende Stunden, kreative Ideen, nachhaltige Projekte und natürlich auf das fröhliche Surren unserer Nähmaschinen!

Herzlich, Sabine Wöger.