Pressemitteilung München, (26.03.2025)

Nachhaltigkeit als zweite Haut:

# Warum wir mehr Bewusstsein für Mode brauchen

*Von Maximilian Rupp, Gründer von HACOY*

Das Bewusstsein für gesunde Ernährung und Lebensführung sowie nachhaltigen Konsum ist in den vergangenen Jahren stark gestiegen. Bio-Lebensmittel, Superfoods, Nahrungsergänzungsmittel und Achtsamkeitstechniken sind längst keine Randerscheinungen mehr, sondern zählen zu festen Bestandteilen eines modernen Lebensstils. Wer Wert auf seine Gesundheit legt, hinterfragt, woher seine Lebensmittel kommen, wie sie produziert werden und wie sie von seinem Körper vertragen werden.

Doch warum endet dieses Bewusstsein oft beim Teller? Warum reflektieren wir nicht mit derselben Akribie, was wir am Körper tragen? Während gesunde Ernährung und ganzheitliches Well Being mittlerweile in vielen Lebensbereichen Standard ist, bleibt Kleidung für viele Konsumenten ein blinder Fleck. Dabei verdient die Kleidung, die wir täglich auf uns tragen, ebenso viel Aufmerksamkeit wie das, was wir zu uns nehmen.

## Mode als unterschätzter Gesundheitsfaktor

Kleidung ist unsere zweite Haut. Wir tragen sie von morgens bis abends und sogar nachts beim Schlafen. Sie schützt uns, definiert unser Auftreten, sorgt für körperliches Wohlbefinden, fördert positive Emotionen durch die harmonische Verbindung von Farbe, Materialien und individuellen Designs. So kann sie Stress reduzieren und eine tiefere Verbindung zum Körper herstellen und das Selbstbewusstsein stärken.

Doch wie sehr achten wir darauf, aus welchen Materialien sie besteht? Unter welchen Bedingungen sie hergestellt wurde? Welche Stoffe mit unserer Haut in direkten Kontakt treten? Textilien, die mit Pestiziden behandelter Baumwolle, chemisch gefärbten synthetische Fasern oder industriellen Weichmachern versehen sind, können nicht nur die Umwelt, sondern auch unsere Haut und langfristig die Gesundheit belasten. Es mutet paradox an, wenn wir Bio-Obst bevorzugen, aber Kleidung tragen, die unter Bedingungen hergestellt wurde, die wir in der Lebensmittelindustrie längst als inakzeptabel betrachten würden.

**Die ethische Verantwortung des Konsums**

Neben der individuellen Gesundheit trägt Mode auch eine gesellschaftliche Verantwortung. Die globale Textilindustrie ist eines der größten Verursacher von Umweltverschmutzung und sozialer Ausbeutung. Während wir bei unserer Ernährung verstärkt auf Regionalität, Fairness und ökologische Standards achten, ist der Textilkonsum häufig von schnellen Trends und niedrigen Preisen geprägt-
Mit fatalen Folgen für Mensch und Natur. Fakt ist: Jedes Kleidungsstück hat eine Herkunftsgeschichte. Und sie ist oft alles andere als ethisch vertretbar. Die Arbeitsbedingungen in der konventionellen Modeindustrie sind vielfach geprägt von Niedriglöhnen, Überstunden, mangelnden Sicherheitsstandards und giftigen Chemikalien.

**Nachhaltige Mode als Teil eines ganzheitlichen Lebensstils**

Mode sollte sich nicht beim äußeren Erscheinungsbild enden. Es ist an der Zeit, dass Mode denselben Stellenwert bekommt, wie Ernährung, Well-Being und Gesundheit und erkannt wird als eine Form von Selbstfürsorge und eine Entscheidung für eine nachhaltige Zukunft. Denn echtes Wohlbefinden bedeutet nicht nur, was wir essen oder wie wir leben, sondern auch wie wir uns kleiden, bewusst, fair und im Einklang mit unserer Umwelt.

**Ein neues Bewusstsein für Mode ist überfällig**

Ein nachhaltiger Wandel in der Modebranche beginnt mit der bewussten Kaufentscheidung jedes Einzelnen. Wir alle haben die Möglichkeit – und die Verantwortung – Mode als integralen Bestandteils eines gesunden Lebensstils zu betrachten und auf die Qualität, Herkunft und Produktionsweise seiner Kleidung zu achten.

„Nachhaltige Mode ist keine Frage des Trends, sondern eine Frage der Haltung. Wer bewusst leben möchten, sollte Mode nicht als Konsumgut, sondern als Verantwortung verstehen- für sich selbst, für andere und die Umwelt“ – Maximilian Rupp, Gründer von HACOY



**Über Maximilian Rupp**

Maximilian Rupp absolvierte seinen Bachelor in Wirtschaftspsychologie an der Hochschule Macromedia in München und erwarb anschließend einen Master in Fashion Brand Management am renommierten Polimoda Institut in Florenz. Mit der Kombination aus psychologischen Know-how und fundierter Expertise entwickelt er innovative Konzepte und Strategien für nachhaltige und ethische Mode. Als Gründer der Modemarke HACOY setzt er sich aktiv für Transparenz, Nachhaltigkeit und eine werteorientierte Modebranche ein.

**Anmerkung für Fachmedien**
Dieser Presseartikel steht zur Veröffentlichung zur Verfügung. Bei Interesse an einem ausführlicheren Fachbeitrag, einem Interview oder weiterführende Einblicke in nachhaltige Mode, kontaktieren Sie mich gerne, ich freue mich über Ihr Interesse!