

# F(r)isch.mich

## Die natürliche Alternative

Diese Tasche ist für all jene, die für ihren Einkauf auf die Einwegtüten für ihr Obst und Gemüse verzichten und dafür einen wiederverwendbaren Gemüse- und Obstbeutel benützen möchten: ein echtes Highlight, denn sie ist individuell, waschbar und umweltfreundlich.

Natürlich soll die Tasche auch nichts wiegen, aus diesem Grund wird sie mit leichten Stoffen aus nachhaltigen Materialien angefertigt. Der Obst- und Gemüsebeutel besteht aus reiner Baumwolle. Alle Materialien wurden in lokalen Geschäften erworben und in Handarbeit zum „F(r)isch.mich“ - Obst- und Gemüsebeutel genäht.

Mit dieser Anleitung können auch Sie die umweltschonende Tasche Schritt für Schritt nachmachen.



**Maße der Tasche: 28cm x 39cm**

### *Material*

- Zwei verschiedene leichte Stoffe aus Baumwolle
  - Karierter Stoff für Boden: 10cm x 60cm
  - Brauner Stoff für Mittelstück: 30cm x 60cm
  - Karierter Stoff für Schlaufe: 5cm x 60cm
- Baumwoll-Faden
- Baumwoll-Kordel, ca. 70cm
- Sicherheitsnadel
- Schere
- Meterband





Südtiroler  
Bäuerinnen

*Aus unserer Hand*



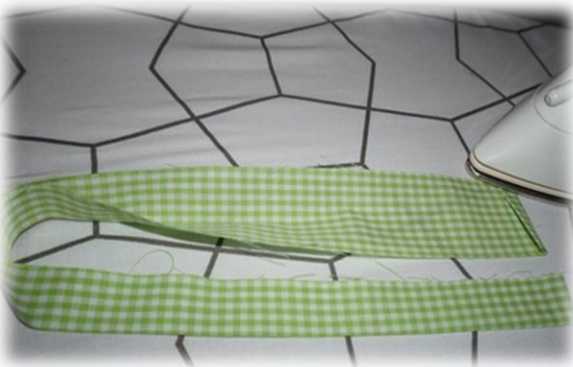
### *Schritt 1*

Die beiden Stoffe zu der gewünschten Größe zuschneiden. Man benötigt drei Stoffteile: für den Boden, für den Bereich zum Einfädeln der Kordel (Schlaufe) und für das Mittelstück. Wir nehmen den karierten Stoff als Boden und für die Schlaufe, den braunen Stoff als Mittelstück.



### *Schritt 2*

Als erstes näht man den Stoff für den Boden rechts auf rechts an das Mittelstück und versäubert es am Boden mit dem Zick-Zack-Stich. Versäubern ist notwendig, damit der Stoff nicht ausfranst und sich die Fäden nicht vom Stoff lösen. Rechts auf rechts legen bedeutet, dass man beim Nähen die schöne auf die schöne Seite legt, damit man auf der weniger schönen Seite näht und dort die Naht zu sehen ist.



### *Schritt 3*

Als nächstes wird die Schlaufe vorbereitet. Der Stoff wird auf der kurzen Seite auf beiden Seiten zweimal für einen halben Zentimeter umgebugt und mit einer Steppnaht befestigt. Auf dem nächsten Bild sieht man links, wie das aussehen sollte.



### *Schritt 4*

Dann bügelt man den Stoff der Länge nach zur Mitte, wobei die rechte Seite innen ist.





Südtiroler  
Bäuerinnen

Aus unserer Hand



### *Schritt 5*

Jetzt wird das Stoffteil, so wie es nach dem Bügeln vorliegt, an das Mittelstück genäht. So entsteht die Schlaufe für die Kordel.



### *Schritt 6*

Die Tasche wird jetzt an der Seite zusammengenäht und mit dem Zick-Zack Stich wiederum versäubert.



### *Schritt 7*

Die Kordel in die Sicherheitsnadel fädeln...



### *Schritt 8*

...und in die Tasche einfädeln. Die Enden miteinander verknoten.





Südtiroler  
Bäuerinnen

*Aus unserer Hand*



### *Schritt 9*

Zu guter Letzt wird die Tasche auf die richtige Seite gedreht und schon ist sie einkaufsbereit.

Die Bäuerinnen-Dienstleisterin Mathilde Wieser Reichhalter hat die Taschen für die Aktion Verzicht genäht. Sie ist eine von vielen Bäuerinnen-Dienstleisterinnen der Südtiroler Bäuerinnenorganisation, die ihr Wissen an Interessierte weitergeben – in den Bereichen Handarbeit und Dekoration, Kulinarik und Kultur und Natur. Damit wollen die Bäuerinnen Werte vermitteln. Werte wie Leidenschaft, Geduld, Ausdauer und Wertschätzung.

*Viel Vergnügen beim Nachmachen!*

*Gerne könnt ihr uns Fotos Eurer selbstgemachten Taschen für unsere Social-Media-Kanäle an [info@baeuerinnen.it](mailto:info@baeuerinnen.it) schicken! 😊*



#### **Südtiroler Bäuerinnenorganisation**

Kanonikus-Michael-Gamper-Straße 5, I-39100 Bozen, Postfach 421,  
Tel. 0471 999 460, [info@baeuerinnen.it](mailto:info@baeuerinnen.it), [www.baeuerinnen.it](http://www.baeuerinnen.it)



Südtiroler  
Bäuerinnen-  
organisation