

Presstext

Wie schafft man es nachhaltig(er) zu konsumieren, ohne, dass es wehtut? Was muss ich über Produkte wissen und wo informiere ich mich am besten? Welche Alternativen gibt es bereits auf dem Markt? Und woher weiß ich, ob mein Handeln wirklich nachhaltig ist? Mit ihrem umfassenden Guide gibt die Expertin und Geschäftsführerin des Avocadostores Mimi Sewalski Antworten auf diese und viele weitere Fragen rund um einen grünen Lifestyle. Von der in Plastik verpackten Bio-Gurke bis zum digitalen Fußabdruck: In fundierten Faktenchecks und Infografiken hat sie Hintergründe und Zahlen zusammengestellt, geht häufigen Vorurteilen auf den Grund und liefert schlüssige (Gegen-)Argumente. Sie zeigt auch, dass Nachhaltigkeit selten „schwarz-weiß“ ist und warum es sich lohnt, den eigenen Konsum zu überdenken und ihn in einfachen Schritten zu verändern. Für alle Lebensbereiche von Mode, Wohnen, Garten und Arbeiten über die Ernährung bis hin zum Reisen und für die Freizeit liefert das Buch Ideen und Lösungen. In jedem Kapitel finden sich zahlreiche Tipps, mit denen man sofort loslegen kann. Dazu hat Mimi auch einige Pionier*innen und Expert*innen befragt, die einen Einblick in ihr Leben geben sowie wertvolle Anregungen, die sich im Alltag umsetzen lassen.

Zudem werden gängige Siegel, Inhaltsstoffe und Materialien unter die Lupe genommen. Mit einer Vielzahl nützlicher Adressen und den besten Blogs und Apps an der Hand, kann jede*r noch tiefer einsteigen. Denn dieser Guide beweist: Ein nachhaltiger Lebensstil bedeutet längst keine Einschränkung mehr und kann richtig Spaß machen.



Mimi Sewalski (40) ist Soziologin und Geschäftsführerin von Avocadostore, Deutschlands größtem Online Marktplatz für Eco Fashion & Green Lifestyle in Hamburg. Seit 2011 baut die gebürtige Fränkin den digitalen Store mit seinen über 200.000 nachhaltigen Produkten kontinuierlich und erfolgreich aus. Dabei sind ihr

nicht nur ein gut gepflegtes Sortiment spannender und innovativer Artikel wichtig, sondern sie sieht sich auch als aktive Netzwerkerin in Sachen Nachhaltigkeit, hält zahlreiche Vorträge und steht jungen Start-ups mit Rat und Tat zur Seite, um dieses Thema in der Gesellschaft mehr und mehr zu verankern.

KNESEBECK
Das besondere Buch



Mimi Sewalski

Nachhaltig leben jetzt! *Hintergründe verstehen – Fakten checken – Gewohnheiten etablieren*

**Klappenbroschur, 272 Seiten,
mit 180 farbigen Abbildungen
Preis € 28,- [D] 28,80 [A]
ISBN 978-3-95728-408-2
Erscheinungstermin 25. Juni 2020**

Die Autorin und Avocado Store im Netz:

www.avocadostore.de

Instagram: [@avocadostore.de](https://www.instagram.com/avocadostore.de)

[facebook.com/avocadostore](https://www.facebook.com/avocadostore)

Der Hashtag zum Buch:

#nachhaltiglebenjetzt

Gerne senden wir Ihnen die Übersicht aller freigegebenen Pressebilder. Im Rahmen einer Rezension sind das Cover, ein Autorinnenfoto sowie bis zu drei der folgenden Fotografien zum Abdruck freigegeben: - folgt -

Pressebilder Mimi Sewalski: Nachhaltig leben JETZT!

KNESEBECK
Das besondere Buch



Bild 1
Seite 6

© Julian Essink

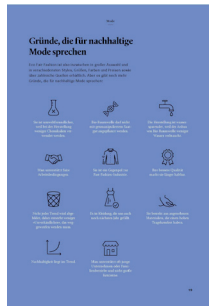


Bild 2
Seite 19



Bild 3
Seite 30

© Julian Essink



Bild 4
Seite 51

© Florian Gobetz, Hamburg



Bild 5
Seite 58

© Florian Gobetz, Hamburg



Bild 6
Seite 60

© Florian Gobetz, Hamburg



Bild 7
Seite 69

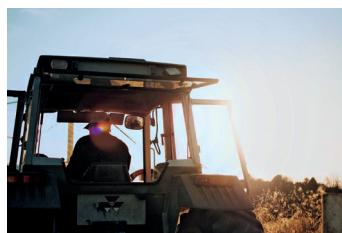


Bild 8
Seite 123

© Spencer Pugh/Unsplash



Bild 9
Seite 158

© Room in a box



Bild 10
Seite 166

© Eco You/Avocadostore



Bild 11
Seite 173

© Sylvie Tittel/Unsplash



Bild 12
Seite 202

© Annie Spratt



Bild 13
Autorinnenfoto I
Mimi Sewalski
© Markus Püttmann



Bild 14
Autorinnenfoto II
Mimi Sewalski
© Markus Püttmann

Copyright:
(Name des*der Urheber*in,siehe Bildlabel)/Knesebeck Verlag

Auf Wunsch senden wir Ihnen gerne Druckdaten. Bis zu drei Fotos, ein Autorenfoto sowie das Cover sind im Kontext einer Buchbesprechung honorarfrei. Online dürfen Sie gern mehr Bilder (in geringerer Auflösung) zeigen. Für TV-Beiträge können Sie ebenfalls mehr Bildmaterial verwenden. Melden Sie sich dazu gern bei uns!