

von Patricia Hobi

Das Zimmer wirkt chaotisch und gleichzeitig strukturiert. Überall sind Stoffe in den verschiedensten Mustern und Farben zu finden. An der Wand hängen unzählige Bilder und Fotos. In diesem Arbeitszimmer lässt Gioanna Michel aus Landquart ihrer Fantasie freien Lauf. Michel ist 23 Jahre alt und Jungdesignerin.

Zurzeit arbeitet sie an ihrer vierten Kollektion. Ihre ersten beiden Projekte waren eher klein und doch sehr gelungen. Letztes Jahr dann wagte sie sich einen Schritt weiter. Ihr drittes Projekt stellte sie im Rahmen einer geschlossenen Modenschau vor, insgesamt waren es 31 selbst gemachte Stücke. «Das war eine tolle Erfahrung. Die Rückmeldungen waren ehrlich und haben mir bei meiner Entwicklung sehr geholfen», meint die junge Designerin.

Altkleider für die Wiederverwendung

Bei der Herstellung ihrer Stücke setzt Michel auf Nachhaltigkeit und Qualität. Dafür verwendet sie hauptsächlich Altkleider. Diese erhält sie aus ihrem Bekanntenkreis. «Altkleider kann ich immer gebrauchen», antwortet sie auf die Frage, ob sie auch immer genug zur Verfügung habe. Michel möchte damit vor allem der Wegwerfgesellschaft entgegenwirken. Trends seien so schnell-

«Das war eine tolle Erfahrung. Die Rückmeldungen waren ehrlich und haben mir bei meiner Entwicklung sehr geholfen.»

Gioanna Michel
über ihre erste Modenschau



Freut sich auf die Modenschau anfangs Dezember: Gioanna Michel trägt auf dem Foto eine Eigenkreation.

Bild Patricia Hobi

Gioanna zeigt «GIO»-Mode in Flums

Gioanna Michel ist Jungdesignerin aus Leidenschaft. In Landquart wohnend, arbeitet sie zurzeit an ihrer vierten Kollektion. Diese wird sie am Sonntag, 6. Dezember, unter dem Namen «GIO» in der Flumserei in Flums vorstellen.

lebig und vergänglich, sie aber möchte Mode kreieren, die auch im Design zeitlos sei, so die Igerin. «Ausserdem finde ich es erschreckend, was teilweise mit den Altkleiderspenden in den Containern geschieht. Mit den gespendeten Kleidern wird unter anderem in Drittweltländern gehandelt, was schlimme Folgen für die dortige Textilindustrie haben kann.»

Aus diesen Altkleidungsstücken stellt sie dann nach eigenen Ideen und Kreationen neue Stücke her – ganz nach dem Motto «Aus Alt mach Neu». Teilweise kauft sie auch selber Stoffe,

damit sie ihren Vorstellungen gerecht werden kann. Wie würde sie ihren Stil bezeichnen? «Verspielt, geometrisch und strukturiert. Ich mag klare Linien. Mein Stil entwickelt sich aber von Kollektion zu Kollektion», so Michel.

Inspirieren lässt sie sich von ihrem eigenen Charakter, aber auch von der Umwelt und von dem, was sie halt gerade sieht. «Manchmal schaue ich beispielsweise ein Bild an und denke mir dann: 'Genau, das wäre auch noch was.'» Des Weiteren produziert Michel Kleider erst ab Grösse 36. «Ich störe mich am vorherrschenden Mager-

wahn in der Modeindustrie», erklärt Michel, welche vor drei Jahren von Igis nach Landquart zog. «Für mich persönlich ist es eine Schande, dass nichts gegen den Hype um Size 0 unternommen wird und dies teils sogar durch dürre Models promotet wird.» Ihr Label ist somit nicht nur umweltbewusst, sondern auch gesund.

Viel Arbeit steckt dahinter

Vor ein paar Jahren hat sie die Fachmaturität an der evangelischen Mittelschule in Schiers abgeschlossen. Danach arbeitete sie oft an ihren Kreatio-

«Ich bin durch und durch ein kreativer Mensch. Gestalten, malen, mit den Händen arbeiten – das ist meine Welt.»

nen, absolvierte ein Praktikum als Schneiderin und jobbte nebenbei wie heute noch in einem Café. Im nächsten Jahr möchte sie in Zürich eine Schule für Design besuchen. «Ich denke, es ist wichtig, die Materie richtig zu lernen. Schliesslich habe ich keine Schneiderinnenlehre abgeschlossen.» Ein realistische, junge Frau mit genauen Vorstellungen.

«Natürlich wäre es schön, wenn ich meinen Traum verwirklichen und von meinen Arbeiten leben könnte», so Michel weiter. Schon als kleines Mädchen hat sie in den Katalogen den Bikinimodels Kleider aufgemalt. «Ich bin durch und durch ein kreativer Mensch. Gestalten, malen, mit den Händen arbeiten – das ist meine Welt.»

Für ihr neuestes Projekt hat sie sich richtig ins Zeug gelegt. Zum ersten Mal organisiert sie eine öffentliche Modenschau. Diese findet am Sonntag, 6. Dezember, in der Flumserei in Flums statt. Dort kann die «GIO»-Mode direkt auf dem Laufsteg betrachtet werden. Falls ein Stück auf Anhieb gefällt, gibt es danach die Möglichkeit, dieses beim Verkauf zu ergattern. Es sind nämlich alles Einzelstücke. «Ich bin jetzt schon ein wenig aufgeregt, und die kommende Zeit bis zur Modenschau gibt es noch viel zu tun. Die Vorfreude auf die erste öffentliche Präsentation meiner Kleider überwiegt aber klar.»

«GIO»-Modenschau, Sonntag, 6. Dezember, 16 Uhr, Flumserei, Flums, Tickets erhältlich auf www.gioannamichel.ch

Das Ziel im (inneren) Auge behalten

Am Dienstag gab es für die Sportschülerinnen und -schüler der Sportschule in Unterterzen spezielle Unterstützung im Schulzimmer. Mentaltrainerin Nicole Ackermann und Ex-Spitzensportler Raimund Hug erklärten den Wert von «Kopfarbeit».

von Katrin Wetzig

Unterterzen.– Ihre Passion sind Ski- und Snowboardwettkämpfe. Die Rede ist von den 30 Schülerinnen und Schülern der Sportschule in Unterterzen. Geschwindigkeit und Bewegung sind ihr Lebenselixier. Das war auch an diesem Nachmittag im Schulzimmer untermenschlich deutlich spürbar. Lieber hätte sich der eine oder die andere an diesem sonnigen Nachmittag sicher draussen bewegt, anstatt nun im Schulzimmer den Kopf anzustrengen. Nicht umsonst umfasst der schulische Alltag der Sportschülerinnen und -schüler etwas mehr Sport und Trainingseinheiten als der anderer Jugendlichen. Wer im Spitzensport Erfolg haben möchte, muss früh anfangen, zu trainieren. Doch Talent und Training sind nicht alles auf dem steinigen Weg zum Erfolg. Dazu müssen noch diverse andere Faktoren stimmen. So gilt es beispielsweise, sich realistische Ziele und Zwischenziele zu setzen und diese fokussiert und konzentriert anzugehen.

Selbstkompetenz ist dabei genauso wichtig wie die Sach- und die Sozialkompetenz. Da die Konkurrenz ebenfalls den Sieg anstrebt, gilt es zudem, sich durch Misserfolge nicht aus der Bahn werfen zu lassen. Frustrationstoleranz ist wichtig. Genau dafür ist ein gutes Mentaltraining hilfreich, betonte die Mentaltrainerin Nicole Ackermann eingangs.

Triebfeder zu Spass und Erfolg

Einer, der dies selbst erlebt hat, ist der ehemalige Schweizer Meister im Langlauf, Raimund Hug. Zunächst gab er einen kurzen Einblick zu seinem persönlichen Weg bis auf das Podest. Für ihn ist klar, dass neben der äusseren auch die innere Haltung stimmen muss. Nur topmotivierte Sportler erreichen ihr Ziel. Motivation sei die Triebfeder für Spass und Erfolg, ist sich Hug sicher. Für ihn sei es zudem wichtig, dass man sich realistische Ziele abstecke und diese auch immer wieder anpasse, wo dies nötig sei. Er erinnerte sich dabei an einen Arbeitsunfall, der

ein normales Training verunmöglichte. Ein angepasster Trainingsplan sorgte für die Erhaltung der Motivation und liess ihn am Erfolg anknüpfen. Mit einer Körperübung führte Nicole Ackermann die Jugendlichen dazu, ihrem persönlichen Ziel nachzuspüren und es sich dabei vor dem inneren Auge inklusive Erfolg ganz genau vorzustellen – es zu visualisieren. Die erneute Körperbewegung liess sich danach deutlich besser ausführen. Die beiden Fachleute motivierten die Jugendlichen, sich die Kraft des positiven Denkens zunutze zu machen. Auch wenn man oft äusseren Faktoren wie dem Material die Schuld am Misserfolg gebe, so entscheide doch letzten Endes nur der eigene Kopf über Sieg oder Niederlage, war man sich einig.

Sie wissen, worauf es ankommt, wenn man im Spitzensport Erfolg haben möchte: Die Jugendlichen der Sportschule Unterterzen sammeln mit Raimund Hug Faktoren, die Erfolg ermöglichen.

Bild Katrin Wetzig

