

5 TVÄTTA RÄTT

En stor del av ett plaggs miljöpåverkan sker efter att vi köpt det, när vi tvättar, torkar och stryker. Här finns det mycket vi kan göra!

- Tvätta inte i onödan, ofta räcker vädring.
- Använd miljömärkt tvättmedel och ta inte för mycket.
- Tvättar du i en gammal tvättmaskin så fyll maskinen. Nyare tvättmaskiner brukar själva väga tvätten och avgöra hur mycket vatten som behövs utan att slösa.
- Använd inte sköljmedel, det är en riktig miljöbov och innehåller mängder med kemikalier som åker ut med avloppsvattnet. Om det känns svårt att vara utan mjukmedel är ättika ett bra alternativ.
- Tvätta inte i högre temperaturer än nödvändigt, många plagg räcker att tvätta i 30 eller 40 grader.
- Lufttorka istället för att använda tumlare eller torkskåp om du har möjlighet.

SKIPPA VÄRSTINGEN FLEECE

När syntetplagg tvättas släpper tyget ifrån sig små, små plastpartiklar som våra reningsverk inte klarar av att ta hand om. Dessa mikroplaster hamnar därför i sjöar och hav där de påverkar djur och växter. Fleece är den största boven. Varje gång ett fleeceplagg tvättas lossnar nästan 2 000 partiklar som äts av djurplankton, som äts av fiskar. Det kan påverka djurens livskraft och fortplantningsförmåga och ingen vet hur det i längden påverkar oss.

7 NÄR NI VILL SKILJAS

Idag finns ingen storskalig återvinning av kläder. När du lämnar din tröja till klädinsamling kommer den alltså sannolikt inte att återvinnas till ett nytt plagg, men det pågår forskning för att hitta sätt att återvinna kläder i stor skala. Kanske kan vi i framtiden sortera och återvinna jeans och tröjor på samma sätt som vi återvinner glas, plast och papper idag!

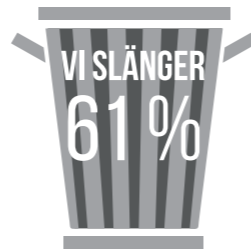
Allra viktigast är ändå att **MINIMERA** antalet kasserade kläder. Köp mindre och ta väl hand om dina plagg!

HUR GÖR JAG?

SKÄNK Hela och rena plagg lämnar du till organisationer som samlar in. Det finns också butiker som tar emot kläder. En annan bra idé är att låta en kompis eller ett syskon arva.

ÅTERVINNING Trasiga plagg kan lämnas in till vissa stora återvinningscentraler som samarbetar med forskare för att hitta sätt att återvinna. Vissa butiker och organisationer tar också emot trasiga kläder som skickas till fabriker för att bli stoppning eller isoleringsmaterial.

SISTA UTVÄGEN Soppåsen för ett enstaka plagg eller grovsopor för fler eller större. De här kläderna förbränns – det sämsta alternativet för klimatet. Av de 13 kg textilier vi köper varje år slängs 61 % i soptunnan.



6 TA HAND OM DET DU HAR

VÅRDA DINA SKOR

- Rengör med fuktig trasa och mjuk borste.
- Behandla ofta med naturligt vax eller fett. Köp eller gör eget av kokosolja och bivax till exempel.
- Använd skoblock eller proppa skorna fulla med tidningspapper. Då håller de formen och det blir färre sprickor i lädret.
- Använd sulor så sparar du på skorna.
- Använd helst inte impregnering, det är inte bra för miljön.

SKOMAKARE

Förläng livet på dina skor genom att lämna dem till skomakare. Du kan klacka om dem till exempel.



Förvara dina kläder väl, häng upp på galgar eller vik noga.

LAGA

Du behöver inte alltid slänga plagg som gått sönder eller slitits. Men laga hål direkt, ett litet blir snabbt stort.

SY OM

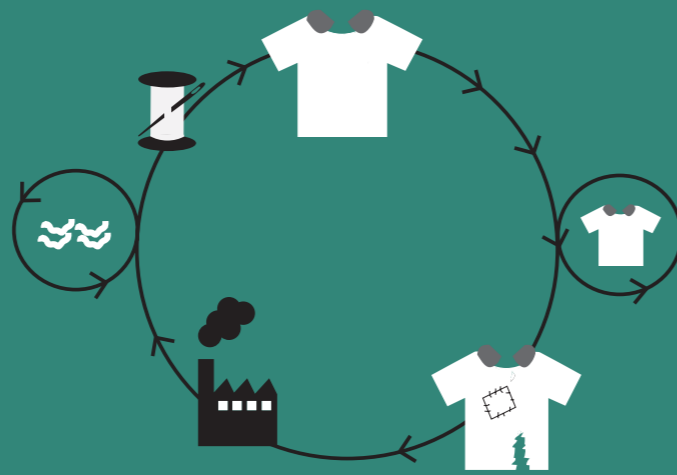
Istället för att slänga. En t-shirt kan bli en tygpåse, ett Halsband eller tygrasor som du till exempel kan använda när du putsar skor.

SKRÄDDARE

Tänk på att du kan sy om plagg som inte riktigt passar, det behöver inte vara så dyrt. Kanske har du också köpt det billigt på second hand!



Återanvända eller återvinna



ÅTERANVÄNDNING

T-shirten används flera gånger och fyller samma funktion som den ursprungligen var avsedd för. Ju längre liv ett plagg har desto mer hållbart, därför ska plagget helst återanvändas så många gånger som möjligt.

ÅTERVINNING

Först när t-shirten inte går att använda längre återvinnas den och kommer till nytta genom att bli till exempel isolering eller stoppning. I vissa fall kan själva fibrerna bli till nya kläder, men ännu går det inte att göra i stor skala.

HANDBOK I SCHYSST MODEKONSUMTION

- 7 sätt att tänka kring kläder och hållbarhet

Stilmedveten är ett projekt som vill uppmuntra till en roligare, smartare och mer hållbar modekonsumtion.

Instagram: @stilmedveten
Facebook: @medvetenstil

Sveriges Konsumenter THE SWEDISH CONSUMERS' ASSOCIATION

ANSVARDEN • HÅLLBARHET • KONSUMENTER

stilMEDVETEN

	Till viss del	Nej	Ja	Hållbara fiber*	Miljövänlig produktion	Kemikalfria plagg i butik	Funktionstest**	Schyssta arbetsvillkor
*ekologiskt odlade eller återvunna fibrer.	✓	✗	✗	✗	✓	✗	✗	✗
**färgbeständighet och att plagget håller för tvätt, nöttning och inte bleks av ljus.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	✓	✗	✓	✓	✓	✓	✗	✗
	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	✓	✗	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

1 MÅSTE DU KÖPA?

Varje år köper vi svenskar 13 kg textilier var, det motsvarar ungefär 65 t-shirts. Men det finns massa andra sätt att uppdatera garderoben, utan att köpa nytt.

LÅNA Av en kompis eller ett syskon till exempel. Kanske finns det ett klädbibliotek på din ort? Annars kan ni starta ett!

HYR Kläder du bara använder någon gång kan du hyra, till exempel en kostym eller klänning. Allt fler företag börjar med uthyrning - miljösamt att låta flera personer använda samma plagg istället för att alla köper varsin.

KÖP SECOND HAND Förläng livet på plagg som andra tröttnat på. Roligare, billigare och miljösamt.

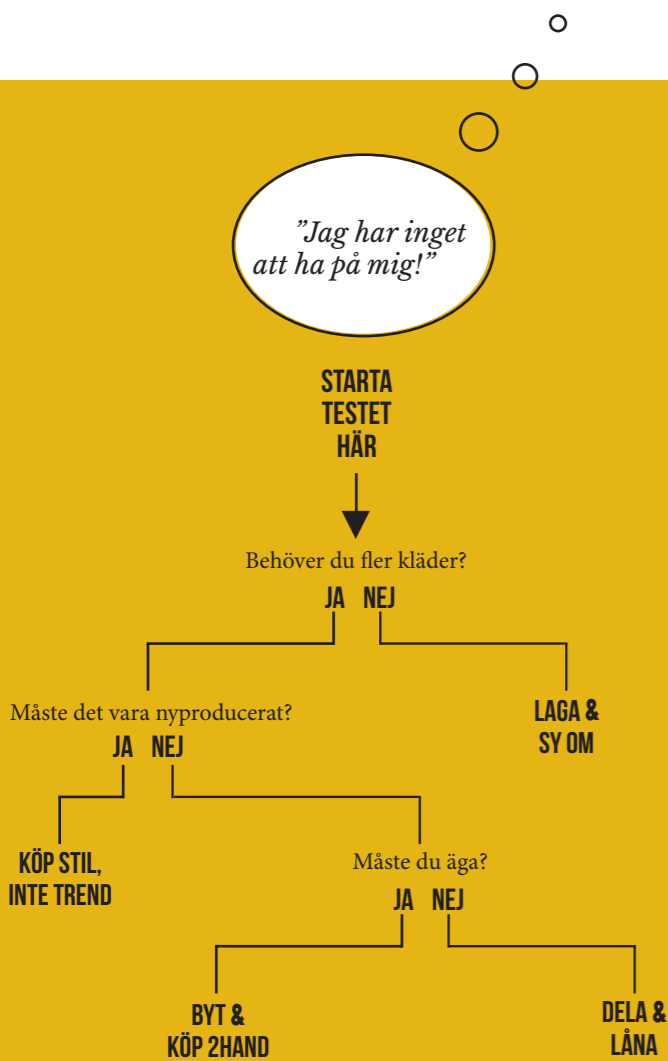
BYT Ibland ordnas stora klädbyten av till exempel organisationer, men du kan också fixa ett eget med vänner och klasskompisar. Då får alla byta till sig lika många kläder som de lämnat in. Fast såklart kan ni bara byta rakt av vilken dag som helst!

LAGA Kanske måste du inte köpa nytt? Laga det där hålet eller sy i knappen istället!

SY OM T-shirts kan bli tygpåsar eller linnen. Håliga jeans kan bli snygga med ännu fler hål. Bara fantasin sätter gränser.

KÖP STIL, INTE TREND Tänk efter före. Lär känna din stil och vad du trivs i, så att du vet vad som håller i längden.

Så, gör vårt *Måste-du-köpa-test* nästa gång du tänker



2 GÅR DET ATT VÄLJA BRA MATERIAL?

Det är faktiskt svårt. Att producera textil i stor skala innebär nämligen ofta problem.

Det vanligaste materialet i våra kläder är **BOMULL**. Det är ett naturmaterial, men det finns problem med bomullstillverkning.

- Det går åt massor av vatten. Grundvattnet sjunker och dricksvatten riskerar att bli en bristvara.
- 25 % av världens bekämpningsmedel mot insekter används vid bomullsodling.

EKOLOGISK BOMULL utgör bara någon procent av all bomullsodling. Det är ett bättre alternativ eftersom konstgödsel och kemiska bekämpningsmedel inte får användas. Men att något är märkt ekologiskt säger inget om hur bomullen behandlats efter odlingen.

Många kläder är helt eller delvis gjorda av syntetmaterial. Det innebär att de är gjorda av plast som tillverkas av olja. För att plast ska bli tygfibrer används kemikalier.

POLYESTER, ELASTAN, NYLON och **AKRYL** är vanliga syntetmaterial.

VISKOS är ett annat vanligt material. Det är gjort av cellulosa från träd. Trämassan görs till tygfibrer med hjälp av kemikalier. Lyocell, eller Tencel som det också kallas, är ett bättre alternativ med organiska lösningsmedel där kemikalierna används i ett slutet system.

ULL är relativt miljövänligt, men i storskalig produktion påverkar det ofta miljön och djuren riskerar att lida.

Lär dig mer om material på stilmedveten.se/materialskola

3 MÄNNISKORNA BAKOM PLAGGEN

På 1960-talet tillverkades 90 % av våra kläder i Sverige. Idag görs över 90 % i låglöneländer i Asien.

Många kedjor slår sig för bröstet för att de kräver att anställda i fabriker de anlitar ska få minimilön – men hur bra är det?

MINIMILÖN är den lägsta lön som får ges enligt ett lands lag. Den bestäms alltså av de som styr landet. Ofta är minimilönen så låg att den inte räcker för att leva ett drägligt liv.

Istället borde företagen ge **LEVNADSLÖN**, alltså en lön som går att leva på. Den ska räcka till:

- mat
- hyra
- sjukvård
- skola till barnen
- kläder
- transport till jobbet
- att spara för att ha en liten buffert

Tips!

Fråga efter märkningar som garanterar schyssta villkor

Vänd och kolla märkningsguiden om sociala villkor!

4 VAD FINNS I VÅRA KLÄDER?

När kläder tillverkas tillsätts farliga kemikalier i så gott som varje steg. De skadar förstas de som gör kläderna och miljön runt om dem, men riskerar också att skada oss och naturen här.

ODLING Kräver konstgödsel och bekämpningsmedel mot insekter.

FRAMSTÄLLNING För att göra hård trämassa eller plast till mjuk textil används ofta farliga kemikalier. Det gäller även vid färgning och blekning. Kemikalierna går inte sällan rakt ut i naturen på grund av dåliga reningssystem. För att mjuka upp plast som trycks på tröjor används farliga kemikalier ibland.

FRAKT För att inte mögla under långa båttransporter behandlas kläderna med kemikalier.

TVÄTT Sköljmedel och vissa tvättmedel innehåller kemikalier som kan påverka vattendjur negativt när de följer med avloppsvattnet ut.

MINSKA DIN RISK ATT UTSÄTTAS FÖR FARLIGA KEMIKALIER

- Tvätta alltid nya kläder och andra textilier innan du använder dem.
- Välj ekologisk bomull, då används inte kemiska bekämpningsmedel.
- Regnkläder och andra funktionsplagg innehåller kemikalier för att stöta bort vatten. Vissa träningskläder behandlas med kemikalier för att minska svettlukt, de märks ofta anti odör. Undvik impregnerade, flamskyddade och antibakteriella textilier om det är möjligt.
- Fråga i butiken, företagen har ett ansvar!
- Leta efter miljömärkningar.

Källa: Kemikalieinspektionen

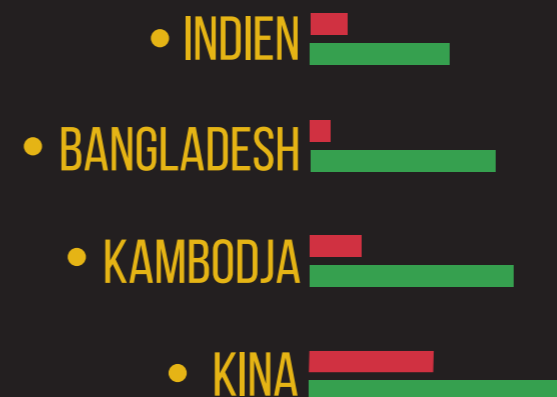
Vänd och kolla märkningsguiden om kemikalier!

Välj hellre det här... än det här

NATURMATERIAL	SYNTETMATERIAL
EKOLOGISK BOMULL	VANLIG BOMULL
RENA MATERIAL	MATERIALBLANDNINGAR
ÅTERVUNNEN POLYESTER	NYPRODUCERAD POLYESTER
ÅTERVUNNEN ULL & EKOLOGISK ULL	NYPRODUCERAD ULL
LYOCELL/ TENCEL	VISKOS
MERINOULL FRÅN SYDAMERIKA	MERINOULL FRÅN AUSTRALIEN ELLER NYA ZEELAND
CERTIFIERAD MULESINGFRI MERINOULL	OMÄRKT MERINOULL
NATURGARVAT LÄDER	KROMGARVAT LÄDER



Skillnaden mellan **minimilön** och **levnadslön** är ofta stor. Den röda stapeln visar minimilönen och den gröna visar levnadslönen. Som du ser är det rätt stor skillnad.



Källa: Clean Clothes Campaign

