

Slow Fashion Ratgeber



Dein Weg zum
öko-fairen Kleiderschrank



INHALT

| | |
|--|-----------|
| Vorwort | 5 |
| Fast Fashion, nein danke! | 6 |
| Mach mit bei Slow Fashion! | 8 |
| Wenn die Chemie nicht stimmt | 10 |
| Interview mit Deepika Rao von Cividep India | 12 |
| Heute Mode morgen Müll | 14 |
| Der richtige Umgang mit Altkleidern | 15 |
| Der Stoff aus dem unsere Kleider sind | 16 |
| Es geht auch anders! | 22 |
| Interview mit Sigrid Münzberg von SEKUNDÄR-SCHiCK | 24 |
| Tipps für deinen öko-fairen Kleiderschrank | 26 |
| Gesetze statt freiwilliger Selbstverpflichtung | 28 |
| Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser | 29 |
| Über das Umweltinstitut München | 34 |
| Impressum | 35 |

4 Euro für ein T-Shirt - wie kann das sein?

Kleider waren noch nie so billig und in so großen Mengen vorhanden wie heute. Innerhalb der letzten Jahrzehnte hat sich unsere Kleidung von einem wertvollen Gut, das es zu pflegen und möglichst lange zu tragen gilt, zum Einwegprodukt gewandelt. Nach kürzester Zeit wird die Bluse aussortiert, da die Farbe schon wieder out ist und die kaum getragene Hose landet wegen eines Lochs im Müll.

Große Modekonzerne wie H&M, Zara und Primark machen mit ihrem Konzept „Besonders viel für wenig Geld“ die Wegwerfmentalität erst möglich und heizen den Konsum immer weiter an. Um die Menschen in Kauflaune zu halten, investieren sie viel Geld in aufwändige Werbekampagnen und Vermarktungsstrategien und locken mit Rabattaktionen. Ständig wechselnde, billige Kollektionen lassen das Modekarussell sich immer schneller drehen. „Fast Fashion“ heißt dieses Geschäftsmodell, das unsere Kleiderschränke aus allen Nähten platzen lässt und den Unternehmen Milliardengewinne beschert. Grundlage dieses Systems ist eine fast vollständig ausgelagerte Produktion in Niedriglohnländer und die dortige gnadenlose Ausbeutung von Menschen, Tieren und natürlichen Ressourcen.

Zeit für ein Umdenken

Die Auswirkungen der Fast-Fashion-Industrie sind verheerend. Große Katastrophen wie der Einsturz der Textilfabrik Rana Plaza 2013 in Bangladesch, bei dem mehr als tausend Menschen getötet wurden, lösen immer wieder weltweites Entsetzen aus und lenken den Blick auf die Missstände in der Branche. Das öffentliche Bewusstsein für die dunklen Seiten der Modewelt ist in den letzten Jahren gewachsen. Immer mehr Menschen stellen kritische Fragen, suchen nach Alternativen und schließen sich der Slow-Fashion-Bewegung an, die der schnelllebigen Mode den Kampf angesagt hat. Ihr Ziel ist es, einerseits Kleidung ökologisch, fair und kreislauffähig zu produzieren und zu entsorgen, andererseits aber auch die Tragedauer von Kleidung zu erhöhen und den Konsum herunterzuschrauben.

Jetzt bist du dran!

Bist auch du bereit für diesen Wandel?! Dann werde Teil der Slow-Fashion-Bewegung und mache deinen Kleiderschrank fit für die Zukunft. In unserem Ratgeber bekommst du das nötige Hintergrundwissen und viele Tipps für deinen Alltag. Du musst auch nicht gleich alles hundertprozentig umsetzen. Nimm dir am besten erst einmal zwei oder drei Punkte vor, die dir relativ einfach fallen. Und dann kannst du dich langsam zu einem echten Slow-Fashion-Profi entwickeln. Die Hauptsache ist, du hast Spaß dabei und fängst damit an - am besten jetzt gleich!

Fast Fashion, nein danke!



7 unbequeme Wahrheiten über unsere Kleidung



1

Wir shoppen bis zum Umfallen.

Mehr als 100 Milliarden Kleidungsstücke werden jährlich weltweit produziert. Das sind doppelt so viele wie noch vor zwanzig Jahren. In Deutschland kauft jede:r Erwachsene durchschnittlich 60 neue Kleidungsstücke pro Jahr und wir tragen unsere Kleidung nur noch halb so lange wie vor 15 Jahren.

Wir ersticken im Kleidermüll.

Wir behandeln viele Stücke wie Wegwerfartikel und sortieren diese nach sieben bis acht Mal Anziehen bereits aus. Insgesamt 92 Millionen Tonnen Textilmüll fallen so jährlich weltweit bei der Produktion und Entsorgung von Kleidung an.



2



3

Wir heizen das Klima auf.

Die globale Textilproduktion stößt jedes Jahr mehr als 1,2 Milliarden Tonnen CO₂ aus. Das sind mehr klimaschädliche Emissionen als auf das gemeinsame Konto von internationalen Flügen und der Seeschifffahrt gehen.

Mach mit bei Slow Fashion!



7 Lösungen für einen achtsameren Umgang mit Kleidung



1

Entspann dich.

Du musst nicht jeden Modetrend mitmachen. Spring von dem sich immer schneller drehenden Modekarussell ab und genieße deine neu gewonnene Freiheit!

Liebe deine Klamotten.

Behandle deine Kleider gut und trage sie so lange wie möglich. Ein Loch oder ein kaputter Reißverschluss ist noch lange kein Grund, die Kleidung in den Müll zu schmeißen. Mit ein bisschen Übung und guten Ideen werden daraus deine neuen Lieblingsstücke.



2



3

Kauf Neues im Secondhandladen.

In Secondhandläden und auf Online-Plattformen kannst du wahre Kleiderschätze finden. Damit schonst du nicht nur die Umwelt, sondern auch deinen Geldbeutel! Und wenn du ein Kleidungsstück loswerden willst, dann verkaufe, tausche oder verschenke es.

Es geht auch anders! Wir zeigen dir wie.


Öko-faire Baumwolle und andere Alternativen:

Probiere doch mal Kleidung aus Leinen, Hanf oder Brennnesseln aus – am besten aus öko-fairer Produktion! Diese Pflanzen brauchen weniger Wasser als Baumwolle, kommen gut ohne Pestizide und mit wenig Dünger aus und können auch in Europa angebaut werden. Bei Kleidung aus Baumwolle kannst du darauf achten, dass die Fasern aus ökologischem und sozialem Anbau oder aus recycelter Baumwolle sind. Entsprechende Siegel helfen dir dabei!



Statt tierischer Fasern und Materialien:

Kaufe keine Pelze, Pelzapplikationen und Kleidung aus Angorawolle! Hier gibt es kein vertrauenswürdiges Siegel, das eine akzeptable Herstellung garantieren kann. Auch Kunstpelze sind keine gute Wahl, da sie bisher nur aus Plastikfasern hergestellt werden. Für Leder hingegen gibt es mittlerweile tierfreie und öko-faire Imitate, wie zum Beispiel aus den Blättern der Ananaspflanze, aus Rückständen der Apfelsaftproduktion oder aus dem Wurzelgeflecht von Pilzen. Anstelle von Daunen kommen neben synthetischen Alternativen auch immer häufiger pflanzliche Fasern wie Kapok zum Einsatz. Wenn du nicht auf tierische Fasern und Materialien verzichten möchtest, dann achte auf entsprechende Tierwohlsiegel.

A circular photograph showing a roll of white fabric on a wooden surface, with fresh green hemp leaves scattered around it. A dashed green arrow points from the text box to the fabric roll.

Mehr Infos
zu Siegeln
ab S. 29

A portrait of Sigrid Münzberg, a woman with short brown hair and glasses, wearing a dark purple jacket and white socks with green polka dots. She is sitting and looking towards the camera with a slight smile.

„Meine Arbeit beginnt da, wo andere Sachen wegschmeißen.“

Ein Interview mit der Modeaktivistin Sigrid Münzberg, die mit SEKUNDÄR-SCHICK Upcycling Workshops anbietet und zu mehr Wertschätzung gegenüber unserer Kleidung aufruft.

Was bedeutet Mode für dich?

Ich liebe Mode. Mode ist essenziell für uns Menschen und sie betrifft uns alle. Über Mode drücke ich aus, wer ich bin, was ich denke und was ich fühle. Mode ist ein sinnliches Erlebnis und sie soll Spaß machen – aber bitte nicht auf Kosten anderer!

Wann hast du angefangen, Mode selber zu machen?

Ich bin in der ehemaligen DDR aufgewachsen. Das Angebot an Kleidung war da extrem begrenzt. Einfach in einen Laden gehen und sich kaufen, auf was man Lust hat, war nicht möglich. Mir hat aber schon als Kind Kleidung viel bedeutet und ich hatte großen Spaß an Mode. Also habe ich angefangen, mir aus Vorhangstoffen und Bettlaken Kleider selbst zu nähen.

Wie bist du dann auf das Thema nachhaltige Mode gekommen?

Das hat relativ lange gedauert. Nach meiner Berufsausbildung zur Damenmaßschneiderin und meinem Modedesignstudium habe ich zehn Jahre bei verschiedenen großen Unternehmen gearbeitet und war Teil des Fast Fashion Business. In meinem letzten Job habe ich die Produktion in Asien betreut und die unfairen Arbeitspraktiken und den extremen Preisdruck gegenüber unseren Zuliefer:innen hautnah mitbekommen. Da bin ich dann an einen Punkt gekommen, an dem ich gemerkt habe: Ich kann und will da nicht mehr mitmachen. Die Idee, mich mit Upcycling Workshops selbstständig zu machen, ist dann langsam in mir gereift.