



Co-funded by  
the European Union

# odzież



**COCO**  
CONSCIOUS  
CONSUMPTION

**ŚWIADOMA KONSUMPCJA I MODA**

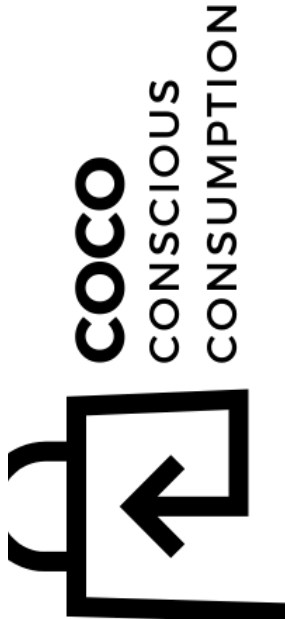
Comparative Research Network:



MICROPLASTICS

FAST FASHION

2ND HAND + UPCYCLING



# the micro lessons



Co-funded by the European Union

#1 Wprowadzenie



#2 Fast fashion



#3 Mikroplastik



#4 Zrównowazona moda



#5 Upcycling i 2nd Hand





# wprowadzenie

Moda to jedna z gałęzi przemysłu, która ma największy wpływ na klimat. Jest trzecim co do wielkości konsumentem wody na świecie (zużywa się 4% wody pitnej) i jednym z największych emitentów gazów cieplarnianych (co roku emitowanych jest 4 miliardy ton CO<sub>2</sub>).

Robiąc zakupy w znanych sklepach, przyczyniamy się do rozwoju branży tekstylnej. Sam przemysł ma szkodliwy wpływ na środowisko:

Produkcja materiałów zanieczyszcza oceany (głównie poliestrem), eksploatuje nasze zasoby wody (szczególnie w przypadku bawełny) lub przyczynia się do intensywnej hodowli i złego traktowania zwierząt (w przypadku materiałów pochodzenia zwierzęcego, takich jak wełna czy skóra).

Produkcja wiąże się ze stosowaniem środków chemicznych, które znajdując się w ściekach i nieoczyszczone, zanieczyszczają oceany.

Transport ubrań po całym świecie, a nawet dalej (1,5-krotność odległości dookoła planety: czyli 65 000 km) z miejsca produkcji surowca do naszych sklepów: tutaj emisja gazów cieplarnianych jest znaczna.

wpływ na środowisko

# oddziaływanie

Z drugiej strony, społeczne konsekwencje tego systemu są nie do pominięcia i niestety często ukrywane lub zbyt szybko zapominane:

Wyzysk ludności pracującej, niepewne płace, ogromne dzienne godziny pracy i nieznośne warunki pracy zagrażające zdrowiu pracowników.

Dwa główne zakłady produkcyjne głównych marek to Pakistan i Bangladesz – dwie lokalizacje plasujące się w pierwszej trójce najniższych wynagrodzeń na świecie.

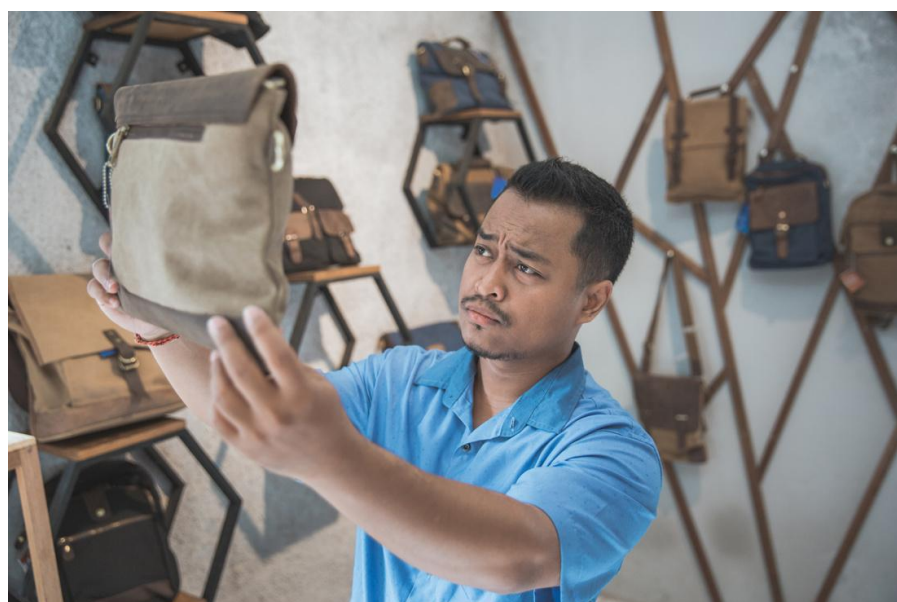
Wypadki w miejscu pracy w tych firmach wywołały już skandal, zwłaszcza na przedmieściach Dhaki (Bangladesz), gdzie w kwietniu 2013 roku zawalił się Rana Plaza, w wyniku czego zginęło 1138 pracowników, a 2500 zostało rannych.

W Europie co roku wyrzuca się 4 miliony ton odpadów odzieżowych, a wiele osób woli wyrzucić swoje ubrania, które jeszcze nadają się do noszenia, do kosza, niż zabierać je do miejsc, gdzie można im dać nowe życie.

Takie zachowania mają miejsce również u producentów odzieży, którzy produkują ją w zbyt dużych ilościach i często wyrzucają nadwyżki produkcyjne i niesprzedane rzeczy lub je spalają.

# Co możesz zrobić?

- kupuj jakość •



Kupuj produkty lepszej jakości i ze zrównoważonej produkcji. Zwracaj uwagę na certyfikaty, oznaczenie i miejsce produkcji. Czy jest odpowiedzialne za pracowników i środowisko.

- kupuj z drugiej ręki •



Wybieraj produkty z tzw. second-hand. Korzystaj z wymian. Dziel się ze znajomymi i rodziną.

- kup mniej •



Konsumuj mniej: zastanów się zanim coś kupisz. Napraw lub udoskonal rzeczy, które już masz.

## ŹRÓDŁA:



Co-funded by  
the European Union



# 01

### REWOLUCJA MODOWA

[www.fashionrevolution.org](http://www.fashionrevolution.org)

Fashion Revolution prowadzi kampanię na rzecz czystego, bezpiecznego, sprawiedliwego, przejrzystego i odpowiedzialnego przemysłu modowego.



# 03

### ZACHOWAJ SWÓJ STYL

[www.sustainyourstyle.org](http://www.sustainyourstyle.org)

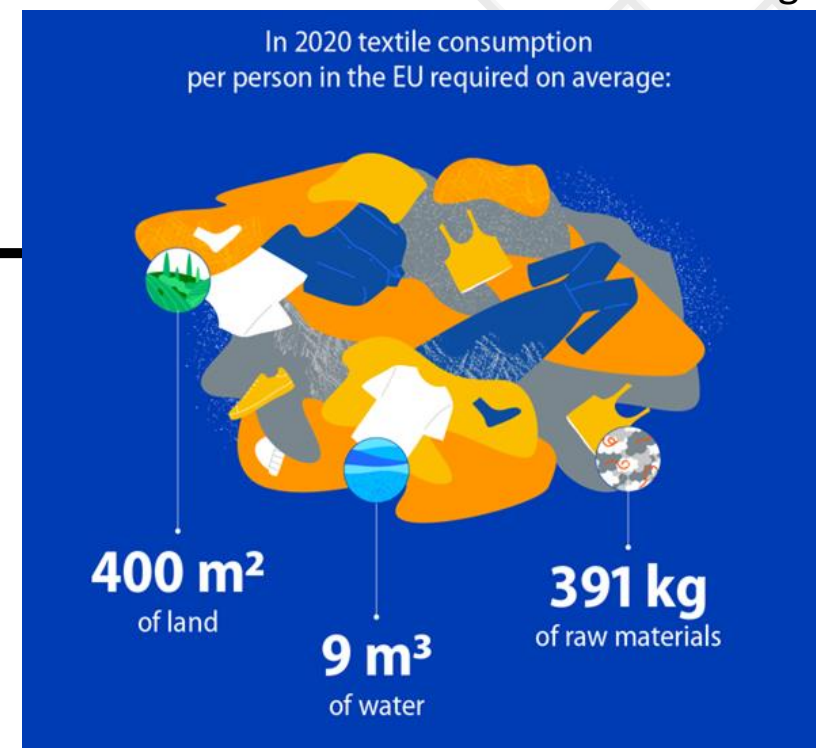
Strona oferuje przegląd marek zrównoważonej mody.

# 02

### WPŁYW MODY

#### Oświadczenie UE

Wraz z rozwojem szybkiej mody ilość produkowanych i wyrzucanych ubrań gwałtownie wzrosła. Dowiedz się więcej o wpływie na środowisko i o tym, co Unia Europejska robi w tej sprawie.



# 04

### DOKUMENT "NIEZSZYTY"

[Link do filmu w j. angielskim](#)

"Niezszyty" to dokument o zrównoważonej modzie, który rzuca światło na przemysł mody oraz jego wpływ na planetę i ludzi.



Comparative Research Network:



# fast fashion

## wprowadzenie

Szybka moda to szybka produkcja nie drogich, modnych ubrań, które są zaprojektowane tak, aby szybko reagować na najnowsze trendy mody. Przemysł szybkiej mody charakteryzuje się zdolnością do produkcji i dostarczania nowych stylów w przyspieszonym tempie, często naśladując projekty z domów mody luksusowej i udostępniając je masowemu rynkowi po niższych cenach. Szybka moda była krytykowana za jej wpływ na środowisko, nieetyczne praktyki pracy oraz jednorazowy charakter wytwarzanych produktów.

---



# co masz na sobie?

# krok 1 - Pobierz arkusz i sporządź listę 5 marek modowych, z których najczęściej kupujesz ubrania. Dlaczego kupujesz rzeczy tych konkretnych marek?



# sprawdzenie marki

# krok 2 - Sprawdź swoją markę na następujących stronach:

- <https://fashionchecker.org>
- <https://goodonyou.eco> (tutaj również sprawiedliwe marki, dostępna jest aplikacja)
- <https://www.fashionrevolution.org/about/transparency>
- <https://www.fairwear.org/programmes/brand-performance-checks>

Jak wypadają Twoje ulubione marki?

Pomyśl o kryteriach, które są dla Ciebie ważne.





SAY **NO**  
TO FAST  
FASHION

# nowy strój

# krok 3 - Czy możesz zastąpić marki, które wymieniłeś, sprawiedliwymi markami produkującymi podobne ubrania?

Poszukaj sprawiedliwych marek:

- <https://utopia.de/bestenlisten/modelabels-faire-mode>
- <https://goodonyou.eco>
- <https://www.fashionrevolution.org/about/transparency>
- <https://www.fairwear.org/programmes/brand-performance-checks>

# GOOD RESOURCES



Co-funded by the European Union

NAME / TEAM NAME: \_\_\_\_\_ 3

## Round 1 | Who Made My Clothes?

✓ Tick the answer you think is correct

- From Australia to Brazil, Uruguay to Vietnam, in April 2018 how many people engaged with Fashion Revolution events, social media posts, videos, and resources?  
a) 2.75 million  
b) 27.5 million  
c) 275 million
- According to a 2017 article in the Guardian, what was interesting about Alain and Gérard Wertheimer – the owners of Chanel – paying themselves a \$3.4 billion dividend in 2016?  
a) it was more than four times the company's profits that year  
b) it was 8 times more than the company paid to its entire workforce that year  
c) it was the exact amount of investment needed to make every garment factory in Bangladesh a safe place to work
- According to the Associated Press, who makes sportswear worn by US college sports teams in internment camps in the Xinjiang region of China?  
a) Uighurs, Kazakhs and others – mostly Muslims – detained to eliminate poverty and bring minorities into a 'modernised world'  
b) criminals, smugglers and vagrants captured at
- According to Fashion4Change, 83% of all of our waters contain plastic microfibers. What proportion is said to come from the fashion industry?  
a) one thirtieth  
b) one thirteenth  
c) one third  
d) 2.4%
- A sophisticated woolen coat from an Italian designer brand can cost up to €2,000. According to a 2018 New York Times investigation, if a middle aged woman in Bari, Italy carefully stitches two coats a day at her kitchen table, how much can she earn in that day?  
a) €8 to €10  
b) €24 to €30  
c) €48 to €60
- In which country would you find the Hawassa Industrial Park, the largest manufacturing park in Africa where up to 60,000 people are expected to work in textile and apparel factories?  
a) Ethiopia  
b) Angola  
c) Lesotho  
d) Nigeria  
e) Namibia

# 01

## FASHION REVOLUTION - QUIZ

[Download Pdf](#)

Fashion Revolution prowadzi kampanię na rzecz czystego, bezpiecznego, sprawiedliwego, przejrzystego i odpowiedzialnego przemysłu modowego.

FASHION REVOLUTION | RESOURCES WWW.FASHIONREVOLUTION.ORG

## MAKE AND PLAY FASHION REVOLUTION TRUMP CARD GAME

### AGES

- 11-16
- 16-18
- 18+

### AIMS

- Learn about fashion trade ethics through your clothes.
- Make Trump cards for your clothes, and play with your friends.
- Find out which brands are more ethical than others.
- Have some serious fun in the process!



### INSTRUCTIONS

#### 1. MAKE YOUR CARDS

- Download the [toolkit](#)
- Go to page 57 and find some familiar brands, making a note of the companies who own them
- Add a photo or sketch to a card of one of the clothing items you've chosen
- Find the grades for Overall, Policies, Knowing Your Suppliers, Auditing & Supplier Relationships and Worker Empowerment in the Executive Summary and add them to your card

#### 2. PLAY THE GAME

- Once you have enough cards, shuffle the pack and deal them out, face down
- The player to the right of the dealer starts – choosing a category from their first card and calling out the grade (e.g. 'Policies: A-')
- The other players call out their first card's grades for that category and the one with the highest grade takes them all and puts them at the bottom of their pile of cards!
- If two players have the same grade, the first player takes their next card and calls another

#### 3. CATEGORIES & KEY TERMS

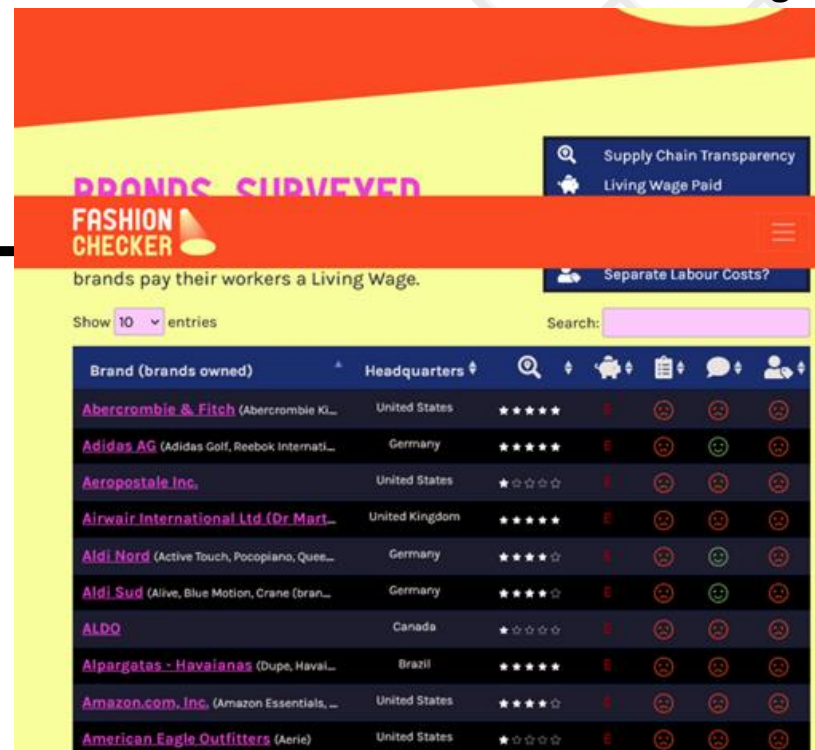
- **POLICIES** / Does the company or brand publicly state that it does not allow forced labour and child labour in its supply chain, allows freedom of association and makes provisions for worker health and safety?
- **KNOWING YOUR SUPPLIERS** / How much of the company's / brand's supply chain does it trace? Does it know where its clothes are made so that its policies are put into practice there?
- **AUDITING AND SUPPLIER RELATIONSHIPS** / How well do the company's / brand's

# 02

## FASHION CHECKER

[Link do strony](#)

Fashion Checker pokazuje, ile twoje ulubione marki płacą swoim pracownikom i jak traktują osoby, które produkują ich ubrania.



# 04

## GOOD ON YOU

[Link](#)

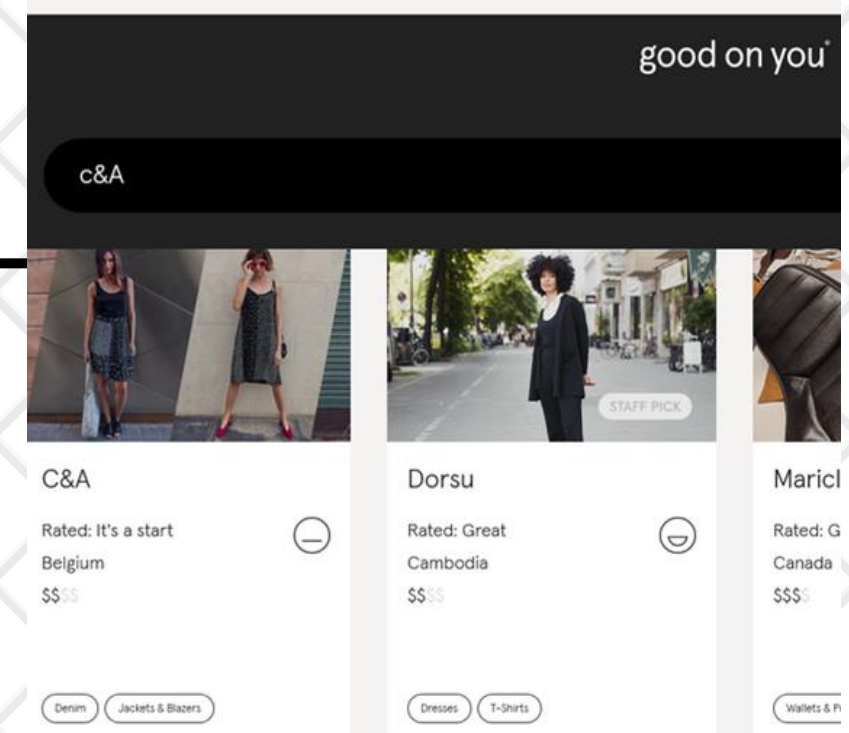
Oceny marek **Good On You** dają ci możliwość sprawdzenie greenwashingu we wszystkim, od emisji gazów cieplarnianych i zużycia wody po bezpieczeństwo pracowników, godziwe wynagrodzenie i dobrostan zwierząt.

# 03

## GRA KARCIANA FASHION REVOLUTION

[Pobierz Pdf](#)

Celem gry jest poznanie etyki handlu modowego poprzez swoje ubrania i dowiedzenie się, które marki są bardziej etyczne od innych. A przede wszystkim, aby dobrze się bawić podczas tego procesu!



Comparative Research Network:



greenwashing  
mikrorplastiki  
chemikalia  
woda

wpływ na  
środowisko

## wprowadzenie

Wpływ szybkiej mody na środowisko obejmuje wyczerpywanie nieodnawialnych zasobów, emisję gazów cieplarnianych oraz zużycie ogromnych ilości wody i energii.

Szkodliwe chemikalia stosowane w produkcji stanowią zagrożenie dla środowiska i ludzi. Większość problemów występuje w krajach produkcyjnych, ale odpady tekstylne są problemem globalnym.

Obecne praktyki konsumpcyjne skutkują dużą ilością odpadów, które często są spalane, składowane na wysypiskach lub eksportowane do krajów rozwijających się.

---



# kluczowe pojęcia

**Zużycie wody:** Przemysł modowy jest drugim co do wielkości konsumentem wody, wymagającym około 2700 litrów wody do wyprodukowania jednej bawełnianej koszuli i 7500 litrów do wyprodukowania pary dżinsów. Produkcja włókien ma największy wpływ na pobór wód słodkich. Produkcja skóry również wymaga dużych ilości wody do hodowli zwierząt.

**Zanieczyszczenie wody:** Barwienie tkanin jest drugim co do wielkości źródłem zanieczyszczenia wody na świecie, ponieważ pozostała woda jest często wyrzucana do rowów, strumieni lub rzek. Proces garbowania skóry jest jednym z najbardziej toksycznych w całym łańcuchu dostaw mody, ponieważ używane chemikalia nie są biodegradowalne i zanieczyszczają źródła wody.

# kluczowe pojęcia

**Mikroplastiki:** 35% wszystkich mikroplastików – małych kawałków niebiodegradowalnego plastiku – w oceanach pochodzi z prania syntetycznych tkanin, takich jak poliester, nylon i akryl.

**Greenwashing:** Marki szybkiej mody reklamują swoje ekologiczne inicjatywy, mimo że stanowią one tylko niewielką część ich działalności. To tylko taktyka marketingowa mająca na celu pozowania na markę przyjazną dla środowiska. Marki używają wprowadzających w błąd taktyk reklamowych, używając niejasnych i niepopartych terminów, takich jak "eko", "zielone" i "zrównoważone".

**Odpady i emisje:** Produkcja tkanin syntetycznych to proces energochłonny, wymagający dużych ilości ropy naftowej i uwalniający lotne cząsteczki i kwasy. Barwienie i wykańczanie odpowiadają za 3% globalnych emisji CO<sub>2</sub>. Na całym świecie tylko 12% materiału używanego do produkcji odzieży trafia do recyklingu.



# sprawdzanie marki

Otwórz stronę internetową swojej ulubionej marki fast fashion. Znajdź informacje o produkcji i zrównoważonym rozwoju. Czy dotrzymują obietnic, czy to tylko greenwashing? Co o tym sądzisz?

Szukaj:

- niejasnego, niezobowiązującego języka
- liczb: ile z ich wszystkich produktów jest zrównoważonych
- czy osiągają swoje cele (obniżenie emisji itp.)
- czy ustalają cele oparte na nauce (Science-Based Targets, SBTs) - zobacz zasoby

Nadal nie jesteś pewien? Sprawdź swoją markę, korzystając z jednej ze stron z poprzedniej lekcji.



# GOOD RESOURCES



Co-funded by  
the European Union



# 01

## ZWALCZANIE GREENWASHINGU I DEZINFORMACJI W PRZEMYSŁE MODOWYM [Link](#)

Artykuł napisany przez Collective Fashion Justice podkreśla wprowadzające w błąd twierdzenia dotyczące zrównoważonego rozwoju w modzie, wzywając do działań na rzecz stworzenia przejrzystego i zrównoważonego przemysłu.

## THE TRUE COST



# 03

## FILM "PRAWDZIWIY KOSZT" [Link](#)

Ten film dokumentalny, wyreżyserowany przez Andrew Morgana, bada wpływ przemysłu modowego na środowisko i społeczeństwo, ze szczególnym uwzględnieniem szybkiej mody.

# 02

## CELE OPARTE NA NAUCE

### [Link](#)

To są konkretne cele dla organizacji, mające na celu dostosowanie się do nauki o klimacie, dążące do ograniczenia globalnego wzrostu temperatury poniżej 2 stopni Celsjusza, zgodnie z Porozumieniem Paryskim.



## SCIENCE BASED TARGETS

DRIVING AMBITIOUS CORPORATE CLIMATE ACTION

# 04

## KAMPANIA CZYSTE UBRANIA

### [Link](#)

Kampania Czyste Ubrania to globalny ruch na rzecz poprawy warunków pracy, etycznych praktyk i zmian polityki w przemyśle modowym.



Comparative Research Network:





obieg  
konsumować  
przyjazne dla środowiska  
slow fashion

zrównowazona  
moda

# wprowadzenie

Zrównowazona moda, znana również jako moda ekologiczna lub etyczna, odnosi się do podejścia do projektowania, produkcji i konsumpcji odzieży, które uwzględnia wpływ na środowisko, aspekty społeczne i etyczne całego łańcucha dostaw mody.

Celem zrównowazonej mody jest minimalizowanie negatywnych skutków związanych z przemysłem modowym, w tym zanieczyszczenia środowiska, wyczerpywania zasobów i wycisku pracowników.

---



# kluczowe pojęcia

**Odpowiedzialność za środowisko:** Zrównoważona moda dąży do minimalizacji śladu środowiskowego produkcji odzieży poprzez stosowanie ekologicznych materiałów, zmniejszenie zużycia energii i wykorzystywanie procesów generujących mniej zanieczyszczeń. Może to obejmować używanie włókien organicznych lub z recyklingu, przyjaznych dla środowiska metod barwienia i wdrażanie zrównoważonych praktyk produkcyjnych.

**Równość społeczna:** Zrównoważona moda priorytetowo traktuje uczciwe praktyki pracy i odpowiedzialność społeczną w całym łańcuchu dostaw. Obejmuje to zapewnienie bezpiecznych warunków pracy, godziwych wynagrodzeń i poszanowanie praw pracowników zaangażowanych w produkcję odzieży.

# kluczowe pojęcia

**Gospodarka obiegu zamkniętego:** Zrównoważona moda wspiera model gospodarki obiegu zamkniętego, w którym produkty są projektowane z myślą o recyklingu, ponownym wykorzystaniu lub biodegradowalności. Takie podejście ma na celu minimalizację odpadów i wydłużenie żywotności odzieży, zmniejszając ogólny wpływ na środowisko.

**Przejrzystość:** Przejrzystość w łańcuchu dostaw jest kluczowym elementem zrównoważonej mody. Marki zaangażowane w zrównoważony rozwój otwarcie dzielą się informacjami na temat źródeł, procesów produkcyjnych oraz społecznego i środowiskowego wpływu swoich produktów.

**Etyczna konsumpcja:** Zrównoważona moda promuje świadome i odpowiedzialne zachowania konsumenckie. Obejmuje to dokonywanie świadomych wyborów, takich jak wspieranie marek stosujących zrównoważone praktyki, kupowanie mniej, ale lepszej jakości produktów oraz wydłużanie życia odzieży poprzez naprawy lub zakupy w sklepach z odzieżą używaną.



Oszczędzanie wody w modzie odnosi się do wdrażania środków mających na celu zmniejszenie ilości wody wykorzystywanej w produkcji tekstyliów oraz minimalizację zanieczyszczenia wody. Przemysł mody jest znaczącym konsumentem wody, a produkcja tekstyliów wymaga dużych ilości wody do barwienia, wykańczania i prania.

Technologia odgrywa kluczową rolę w tworzeniu ekologicznej mody, umożliwiając markom modowym stosowanie zrównoważonych materiałów i metod produkcji, redukcję odpadów oraz poprawę przejrzystości łańcucha dostaw.

Odnawialna energia w modzie odnosi się do wykorzystania czystych i zrównoważonych źródeł energii, takich jak energia słoneczna, wiatrowa lub hydroelektryczna, do zasilania procesów produkcji, dystrybucji i działalności detalicznej firm modowych.

Slow fashion to antyteza szybkiej mody, promująca zrównoważone i etyczne praktyki modowe poprzez priorytetowe traktowanie jakości nad ilością i zachęcanie konsumentów do kupowania i noszenia odzieży przez dłuższy czas. W przeciwieństwie do szybkiej mody, która koncentruje się na szybkim i masowym produkowaniu tanich, modnych ubrań.

#### Zrównoważone materiały

Wykorzystanie zrównoważonych materiałów, takich jak organiczna bawełna, bawełna BCI lub poliester z recyklingu, oraz naturalnych barwników pochodzących z roślin lub zwierząt.

#### Etyczna produkcja

Priorytetowe traktowanie uczciwych praktyk pracy i etycznych metod produkcji, takich jak bezpieczne warunki pracy, uczciwe wynagrodzenia i przejrzystość w łańcuchu dostaw.

#### Jakość nad ilością

Skupienie się na produkcji wysokiej jakości, ponadczasowych wzorów, które mają służyć przez długi czas, zamiast na modnej, jednorazowej odzieży.

#### Produkcja lokalna

Wspieranie lokalnej i małoskalowej produkcji, zmniejszanie wpływu transportu na środowisko i promowanie lokalnych gospodarek.

**Ekologiczne opakowania** w modzie odnosi się do wykorzystania zrównoważonych i przyjaznych dla środowiska materiałów oraz praktyk do pakowania produktów modowych.

Tradycyjne materiały opakowaniowe, takie jak plastik i papier, mogą mieć znaczący wpływ na środowisko z powodu ich produkcji, użytkowania i utylizacji. Ekologiczne opakowania w modzie mają na celu minimalizację tego wpływu i promowanie bardziej zrównoważonych praktyk pakowania.

**Zrównoważone materiały to materiały produkowane w sposób odpowiedzialny ekologicznie, mające mniejszy wpływ na środowisko niż tradycyjne materiały. Materiały te często są wytwarzane z naturalnych i odnawialnych zasobów lub materiałów pochodzących z recyklingu, a także są zaprojektowane tak, aby były trwalsze i bardziej wytrzymałe niż konwencjonalne materiały. Przykłady obejmują organiczną bawełnę, konopie, len, poliester z recyklingu, tencel i pinatex.**

**Moda obiegu zamkniętego** odnosi się do projektowania, produkowania i konsumowania odzieży w systemie zamkniętym, który minimalizuje odpady i maksymalizuje wykorzystanie zasobów. Ma na celu stworzenie gospodarki cyrkularnej dla mody, w której produkty są ponownie używane, naprawiane i poddawane recyklingowi, zamiast być wyrzucane po jednorazowym użyciu.

#### Projektowanie dla obiegu zamkniętego

Projektowanie produktów z myślą o cyrkularności, używając materiałów nadających się do recyklingu lub biodegradacji oraz tworzenie produktów łatwych do demontażu w celu ponownego użycia lub recyklingu. Na przykład możemy ponownie wykorzystać włókno poliestrowe zwane poliestrem z recyklingu w odzieży. Na metce odzieży wykonanej z poliestru z recyklingu można znaleźć informację o włóknie poliestrowym z recyklingu.

#### Przedłużenie życia produktu

Przedłużanie życia produktów poprzez naprawy, odnawianie lub upcykling, co zmniejsza ilość odpadów i wydłuża użyteczność produktu. Na przykład możemy użyć różnych ubrań do stworzenia dywaników.

# 7 Przyjaznych dla środowiska praktyk w przemyśle modowym



THE BUYERARCHY  
of NEEDS  
(with apologies to  
Maslow)

# zmiana myślenia

Krok 1 - Pobierz arkusz i sprawdź "Buyerarchy" - zastanów się, co oznaczają różne kroki. Jak poszczególne warstwy odnoszą się do Twoich nawyków związanych z odzieżą?

Krok 2 - Zbierz przykłady wokół siebie. Kiedy Twoi przyjaciele, sąsiedzi lub członkowie rodziny pożyczają, wymieniają lub tworzą ubrania?

Krok 3 - Przeprowadź badania w internecie i stwórz własną bazę kontaktów.

- Gdzie w Twojej okolicy można zrobić ubrania?
- Gdzie znajdują się sklepy z odzieżą używaną lub second hand?
- Gdzie i kiedy można wymieniać się ubraniami?
- Gdzie i od kogo można pożyczyć ubrania?
- Jak dbasz o swoje ubrania?

# DOBRE ŹRÓDŁA



Co-funded by  
the European Union

## SUSTAINABLE FASHION A GUIDE FOR TEACHERS



# 01

### OXFAM - PRZEWODNIK PO ZRÓWNOWAŻONEJ MODZIE

#### Pobierz pdf

Ten krótki przewodnik stanowi pomocny punkt wyjścia do wprowadzenia zrównoważonej mody do programu nauczania oraz zachęcania członków całej społeczności szkolnej do angażowania się w tę kwestię w ich codziennym życiu.



# 03

### PRZEMYŚLANA MODA Pobierz podręcznik

Podręcznik Pozytywnych Zmian jest przeznaczony dla różnych twórców, w tym małych i średnich projektantów/marek, producentów wydarzeń i działów public relations, z celem dostarczenia niezbędnych wytycznych i strategii dla procesu zmian.

# 02

### ZRÓWNOWAŻONY ROZWÓJ W TEKSTYLI

#### Link

Ekologiczne praktyki w przemyśle modowym odnoszą się do zrównoważonych i świadomych środowiskowo metod projektowania, produkcji i sprzedaży odzieży.



# 04

### THE BUYERARCHERY

#### Link

Kanadyjska ilustratorka i dziennikarka zajmująca się ochroną środowiska, Sarah Lazarovic, stworzyła ilustrację, która może pomóc nam wzięcie pod uwagę kilku rzeczy przed sprawdzeniem naszej listy życzeń. Zainspirowała ją hierarchia potrzeb Maslowa!



Comparative Research Network:



# upcycling & second hand

## wprowadzenie

Upcykling w kontekście mody odnosi się do procesu przekształcania odrzuconych lub nieużywanych materiałów w nowe i bardziej wartościowe produkty, często nadając im drugie życie i redukując odpady. W przeciwieństwie do recyklingu, który zazwyczaj polega na rozkładaniu materiałów w celu stworzenia nowych, upcykling polega na kreatywnym ponownym wykorzystaniu istniejących materiałów bez znaczącego zmieniania ich podstawowej struktury.

---



# Upcykling może być:

## **Rekonstrukcja odzieży**

Stare ubrania są rozkładane i rekonstruowane, aby stworzyć nowe i unikalne elementy. Może to obejmować łączenie różnych tkanin, dodawanie elementów lub przekształcanie w inny styl.

## **Ponowne wykorzystanie materiałów**

Nieużywane lub pozostające tkaniny są przekształcane w nowe akcesoria. Na przykład stare dżinsy mogą być przekształcone w torbę.

## **Moda vintage lub z drugiej ręki**

Przyjmowanie zakupów z drugiej ręki to forma upcyklingu. Nosząc wcześniej używane ubrania, przyczyniasz się do wydłużenia ich cyklu życia i zmniejszenia zapotrzebowania na nową produkcję.



# ZRÓB TO SAM/A

Zobacz tutaj kilka przykładów ubrań upcyklingowanych i wskazówek, jak upcyklingować odzież. Jakie wskazówki, triki i przedmioty masz? Podziel się nimi!

Odzież, którą można łatwo poddać upcyklingowi, obejmuje (ale nie ogranicza się do):

- T-shirty
- swetry
- dżinsy
- kurtki
- buty
- spodnie
- sukienki
- spódnice
- skarpetki
- bluzy

Podziel się swoimi pomysłami i doświadczeniami!

## 1. Farbowanie

Farbowanie może nadać używanemu przedmiotowi nowe życie. Możesz łatwo użyć materiałów, które masz w domu, takich jak cebula lub skórki i pestki z awokado.

## 2. Haftowanie

Wszystko, od T-shirtów po dżinsy, można wyhaftować. Wystarczy igła, nitka i trochę czasu na naukę nowego hobby.

## 3. Cięcie

Najprostszym sposobem jest po prostu przycięcie starych dżinsów na szorty. Stare, zbyt krótkie lub niemodne dżinsy można łatwo przekształcić w spódnice.

## 4. Łatanie

Użyj igły i nici (lub maszyny do szycia) do przyszycia łaty lub spróbuj ją przykleić. Jeśli stworzysz łaty z podobnej tkaniny, będą wyglądać bardziej jak celowe działanie, a nie jakbyś zakrywał błąd.

## 5. Zamień je w kołdrę

Na mniejszy koc na kolana potrzebujesz około 15 koszulek, a jeszcze więcej na coś tak dużego jak kołdra. Zaczynij od wybrania starych ubrań z ciekawymi kolorami lub wzorami, które dobrze by ze sobą wyglądały, a następnie zszyj koszulki razem.

## 6. Zamień je w torbę

Stwórz własne torby ekologiczne, używając starego swetra lub T-shirtu.

## 7. Podaruj psu

Możesz przerobić stare tkaniny na wszystko, od legowiska lub koca, po zabawkę dla zwierzaka - twój pupil pokocha to, że pachnie tobą. Dla małych psów i kotów użyj starej poszewki na poduszkę, aby zrobić legowisko. Weź stare ubrania, potnij je na paski i wypełnij nimi poszewkę.

## 8. Użyj do sprzątania domu

Stare body dziecięce? Koszula z długim rękawem, która już nie pasuje lub jest poplamiona nie do poznania? To wszystko i wiele więcej doskonale sprawdzi się jako ściereczki do sprzątania. Potnij je na kwadraty, aby używać ich jako wielokrotnych ściereczek do sprzątania domu.

## 9. Przekształć je w papier do pakowania prezentów

Zamiast marnować pieniądze na jednorazowy papier do pakowania, zawiń prezent w tkaninę, zbierz krawędzie tkaniny i pociągnij w górę, zawiąż końce tkaniny - gotowe.

# Co to jest?

Kupowanie rzeczy z drugiej ręki obejmuje dwa aspekty:

Po pierwsze, oznacza to wybór niekupowania nowych rzeczy. Odnosi się to do rodzaju przedmiotu, który kupujesz.

Po drugie, oznacza to zakupy w określonych miejscach lub korzystanie z określonych metod, które różnią się od tych, gdzie zazwyczaj kupujesz nowe przedmioty.

Mówiąc prościej, zakupy z drugiej ręki polegają na zdobywaniu używanych rzeczy w inny sposób niż w przypadku nowych rzeczy.



2nd Hand  
#REUSE

# druga tradycja

## historia

Historia i handel rzeczami z drugiej ręki rozpoczęły się w XIV wieku. W tamtych czasach niewielu ludzi mogło sobie pozwolić na nowe ubrania, ponieważ były one bardzo drogie. Każdy element był unikalny, szyty na miarę i używany przez lata, a nawet dekady. Suknie były przekazywane z matki na córkę jako dziedzictwo, a panowie mogli dawać swoim sługom noszone przez siebie ubrania jako zapłatę lub walutę.

Wraz z mechanizacją przemysłu tekstylnego koszty produkcji spadły, a ubrania szybko wymieniano lub wyrzucano. Moda zaczęła rozwijać się gwałtownie. Wraz z tą zmianą wzrosło zapotrzebowanie na towary z drugiej ręki, zwłaszcza w krajach rozwijających się. Kiedy na koniec XX wieku pojawił się trend vintage, na zachodzie Europy, w alternatywnych dzielnicach większych miast, pojawiły się różnorodne sklepy z odzieżą używaną, znane również jako sklepy vintage. Na wschodzie Europy odzież z drugiej ręki pozostała źródłem zakupu "zachodniej" mody, szczególnie w biedniejszych dzielnicach.

Podczas II wojny światowej w Europie pojawiło się kilka rynków z odzieżą z drugiej ręki, takich jak słynny targ żywności w Ercolano (Włochy). Ten rynek zaczął sprzedawać przedmioty i ubrania porzucone przez amerykańskich żołnierzy przejeżdżających przez miasto, a ostatecznie stał się jednym z najbardziej znanych targów z odzieżą vintage. Wraz z ruchami ludności spowodowanymi przez wojny i potrzebą taniej odzieży, odzież z drugiej ręki stała się biznesem.

# DLACZEGO 2ND HAND?

## 01

---

### OSZCZĘDNOŚCI

powstają dzięki tańszym produktom



## 02

---

### WYJĄTKOWOŚĆ

Ubrania, które nie są już masowo produkowane i sprzedawane na rynku, sprawiają, że noszący je stają się wyjątkowy w swoim wyborze mody. Przyjemność z poszukiwania i znajdowania rzadkiej perły również przyczynia się do atrakcyjności tego trendu.



## 03

---

### WPŁYW

Wpływ na środowisko motywuje konsumentów zarówno do przekazywania, jak i kupowania ubrań, zamiast kupowania niskiej jakości produktów fast fashion.



## SECONDHAND PURCHASES AMONG GENERATIONAL COHORTS IN THE UK

per selected fashion categories and overall

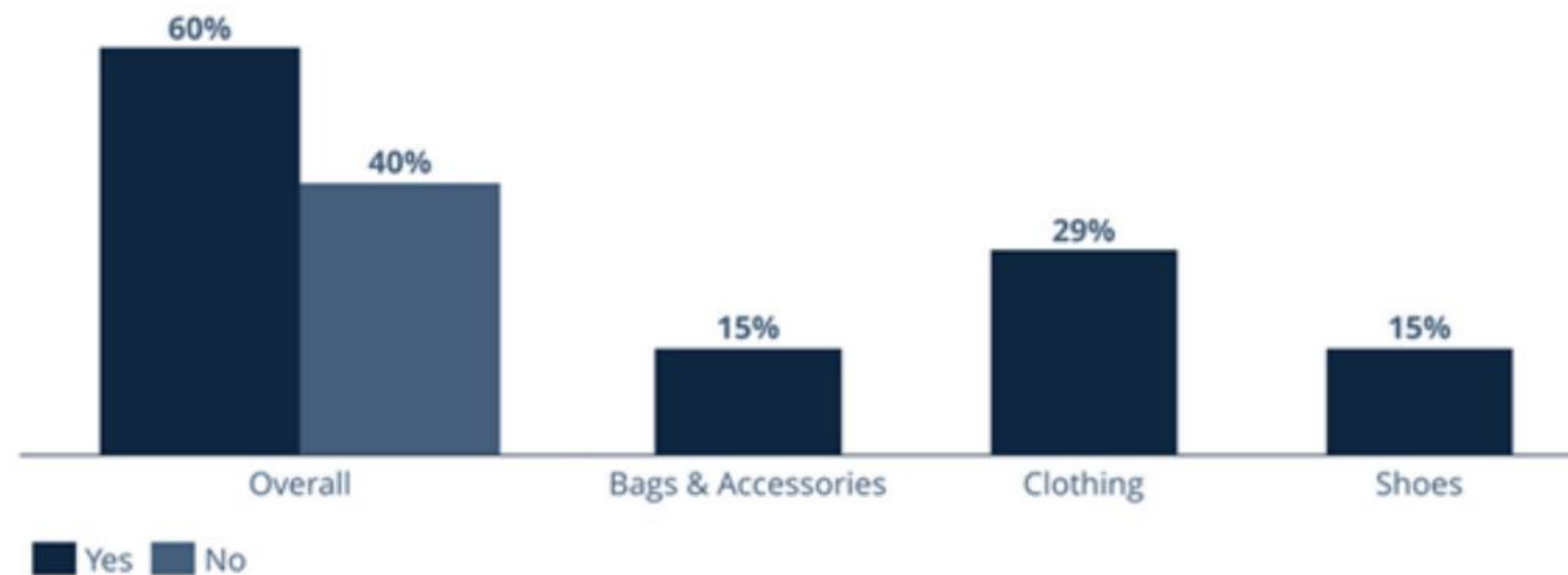
	Gen Z (1995-2012)	Millennials / Generation Y (1980-1994)	Generation X (1965-1979)	Baby Boomer (1946-1964)
Clothing	32%	32%	27%	22%
Bags & Accessories	22%	21%	9%	7%
Shoes	20%	21%	9%	6%
Overall	69%	67%	52%	45%

Notes: "Which of these articles have you bought secondhand in the past 12 months (no matter if online or in person)?" (Multi-Pick); Overall: Recode based on all secondhand purchases by category (single-pick); Base: n=3,940 online shoppers in the UK. / Sources: Statista Consumer Insights 2023 - Update 1

ECDB

## SHARE OF CONSUMERS IN THE UK WHO BOUGHT SECONDHAND IN THE PAST YEAR

overall and per selected fashion categories



Notes: "Which of these articles have you bought secondhand in the past 12 months (no matter if online or in person)?" (Multi-Pick); Overall: Recode based on all secondhand purchases by category (Single-Pick); Base: n=3,940 online shoppers in the UK. / Sources: Statista Consumer Insights 2023 - Update 1

EC

# 2nd hand dzisiaj

Fakty pokazują, jak duży wpływ ma rynek odzieży z drugiej ręki. Tripartie i Wavestone (dwie francuskie firmy) przeprowadziły w 2022 roku badanie rynku odzieży używanej, dochodząc do wniosku, że globalny rynek odzieży z drugiej ręki wzrośnie o 22% (do wielkości 105 miliardów euro) w porównaniu do 2020 roku. Badanie Statista przeprowadzone w latach 2018-2020 wykazało, że liczba kupujących odzież z drugiej ręki znacząco wzrosła w USA i w Europie. Według Médiamétrie, w 2022 roku 39% Francuzów kupiło odzież z drugiej ręki, a 47% sprzedało jakieś ubrania w tym samym roku.

Ostatecznie, według Volago, globalny rynek mody z drugiej ręki szacowany jest na 177 miliardów dolarów w 2022 roku, a do 2027 roku ma się prawie podwoić, osiągając wartość 350 miliardów dolarów.

# WPLYW SKLEPÓW 2ND HAND

Kupowanie rzeczy z drugiej ręki ma pozytywny wpływ na środowisko. Unikamy kupowania nowych produktów, co oznacza, że nie zużywamy tyle zasobów ani nie wytwarzamy tyle CO<sub>2</sub>. Badania pokazują, że odzież z drugiej ręki znacznie redukuje emisję CO<sub>2</sub> w porównaniu do nowej odzieży. Ślad węglowy odzieży z drugiej ręki jest zmniejszony o 82%.

Dodatkowo, produkcja nowych ubrań zużywa znacznie więcej energii i wody w porównaniu do ubrań z drugiej ręki. Tak więc kupowanie rzeczy z drugiej ręki jest korzystne dla planety, o ile robimy to umiarkowanie. Ważne jest jednak, aby nie używać tego jako wymówki do nadmiernej konsumpcji. Prawdziwym rozwiązaniem jest świadome podejście do konsumpcji i podejmowanie ekologicznych wyborów we wszystkich aspektach naszego życia.

Początkowo rynki z odzieżą z drugiej ręki miały na celu pomóc osobom o niższych dochodach w uzyskaniu dostępu do jakościowych przedmiotów poprzez darowizny. Jednak dzisiaj stało się to rynkiem nastawionym na zysk.

Ta zmiana oznacza, że darowizny do sklepów z odzieżą z drugiej ręki są mniejsze i gorszej jakości, ponieważ osoby często sprzedają wartościowe przedmioty dla zysku na platformach internetowych. Pomimo popularności zakupów z drugiej ręki, produkcja nowych ubrań nie zmniejszyła się, a wiele rzeczy sprzedawanych jako z drugiej ręki wciąż pochodzi z przemysłu fast fashion.

Duże sieci handlowe uczestniczące w sprzedaży odzieży z drugiej ręki wykorzystują to do greenwashingu, sprawiając wrażenie, że ich praktyki są bardziej przyjazne dla środowiska, niż są w rzeczywistości. Przedmioty w doskonałym stanie mogą być trzymane lokalnie lub w pobliskich krajach, podczas gdy nadwyżka, często ogromna, może być sprzedawana tanio w niektórych krajach globalnego Południa, takich jak Kenia czy Ghana. Niestety, ten napływ odzieży może zaszkodzić środowisku w tych krajach i przyczynić się do powstawania otwartych wysypisk odpadów.



# sprzedawaj 2nd hand

**Krok 1** - Pobierz arkusz i sprawdź platformy z odzieżą z drugiej ręki w internecie (eBay, Vinted, Fairmondo itp.) - rób notatki:

- Porównaj oferty i zwróć uwagę na cenę, opis, zdjęcia, oceny i stan.
- Zannotuj - w jakich kategoriach kupiłbyś produkty z drugiej ręki, a w jakich nie?
- Co zawiera dobra/zła oferta na stronie?

**Krok 2** - Stwórz własną ofertę. Użyj szablonu i uporządkuj ogłoszenie dotyczące drugiego przedmiotu do sprzedaży.

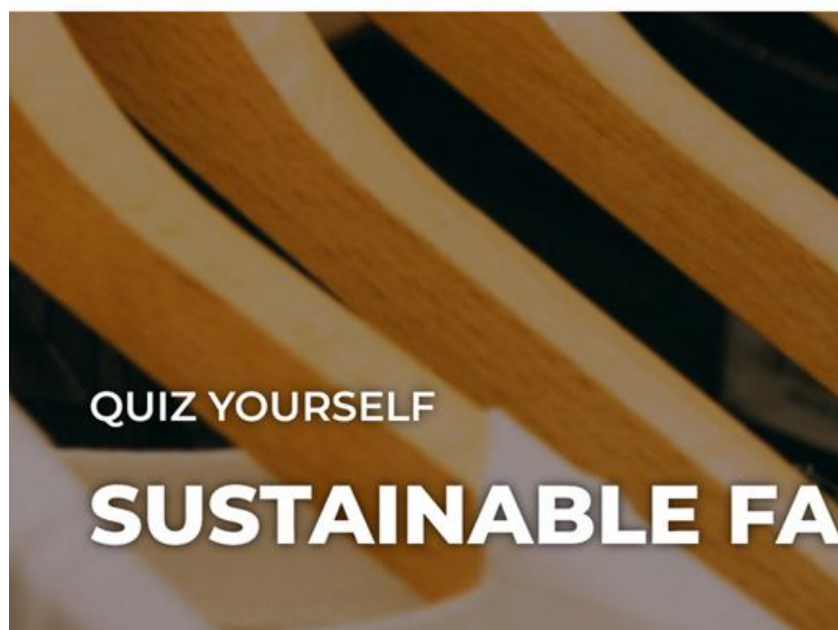
**Krok 3** - Zrealizuj to - sprzedaj go!

# DOBRE ŹRÓDŁA



Co-funded by  
the European Union

## 01



### JAK DBAĆ O UBRANIA?

[Link](#)

Narzędziownik „Moda dla Ziemi” – Jak dbać o swoje ubrania. Dostarczony przez Fundację Earth Day.



## 03

### PRZEMYŚLANA MODA [Pobierz Podręcznik](#)

Podręcznik Pozytywnych Zmian jest przeznaczony dla różnych twórców, w tym małych i średnich projektantów/marek, producentów wydarzeń i działów public relations, z celem dostarczenia niezbędnych wytycznych i strategii dla procesu zmian.

## 02

### ZRÓWNOWAŻONY ROZWÓJ W TEKSTYLIACH

[Link](#)

Ekologiczne praktyki w przemyśle modowym odnoszą się do zrównoważonych i świadomych środowiskowo metod projektowania, produkcji i sprzedaży odzieży.



## 04

### THE BUYERARCHERY

[Link](#)

Kanadyjska ilustratorka i dziennikarka zajmująca się ochroną środowiska, Sarah Lazarovic, stworzyła ilustrację, która może pomóc nam wzięcie pod uwagę kilku rzeczy przed sprawdzeniem naszej listy życzeń. Zainspirowała ją hierarchia potrzeb Masłowa!



Comparative Research Network:





# CZY TO JEST Z PLASTIKU?

Sprawdź swoje ubranie, z ilu rodzajów materiału się składa?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Plastik może mieć różne nazwy. Oznacz plastik

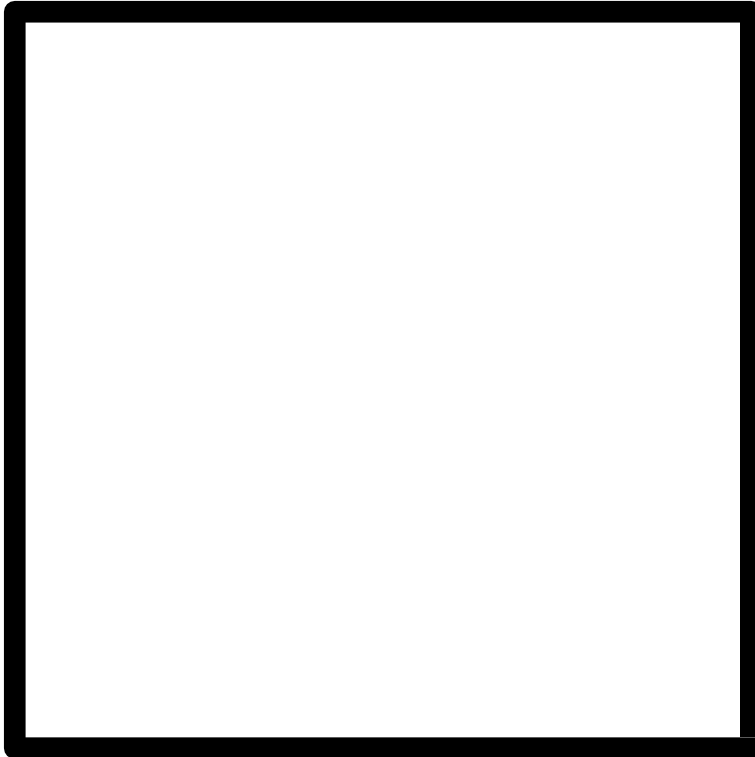
- |                                       |                                  |
|---------------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> POLIESTER    | <input type="checkbox"/> FILC    |
| <input type="checkbox"/> BAWĘLNA      | <input type="checkbox"/> JEDWAB  |
| <input type="checkbox"/> NYLON        | <input type="checkbox"/> WEŁNA   |
| <input type="checkbox"/> AKRYL        | <input type="checkbox"/> LYCRA   |
| <input type="checkbox"/> KONOPIE      | <input type="checkbox"/> ELASTAN |
| <input type="checkbox"/> POLIPROPYLEN | <input type="checkbox"/> LEN     |
| <input type="checkbox"/> SPANDEX      | <input type="checkbox"/> WISKOZA |
| <input type="checkbox"/> BAMBUS       | <input type="checkbox"/> AKSAMIT |



# Karta pracy:

## Jakie ubrania noszę?

Narysuj obrazek przedstawiający Twoją marynarkę, polar, bluzę lub ulubiony element garderoby:




Lubię ten element  
garderoby, ponieważ:

To ubranie zostało  
wyprodukowane  
w (kraj):

To ubranie jest  
wytworzone z tkaniny:

To ubranie zostało  
zakupione w:

Moje ulubione marki to:

	Jak traktują swoich pracowników?	Jak traktują środowisko naturalne?	Jaki mają wpływ na nas wszystkich?
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			



**Zmień markę** Wyobrażam sobie, że będę kupował więcej produktów tej marki:

---

---

---