

# Minnesant upptakt klädkampanjen Max 5

Ca 2000 medlemmar i Handla Miljövänligt-nätverket. Många nya och yngre har tillkommit.

Kampanjen "Max 5" handlar om att köpa max 5 nya klädesplagg/år och pågår 2 sept-13 okt. I den ingår "Green Action Week" (f d Miljövänliga Veckan) 28 september till 6 oktober. Vill gärna nå utanför medlemsbubblan. Vid kampanjstarten 2 september släpps rapporten "Monstret i garderoben".

Konsumtionen av kläder har ökat, särskilt de senaste åren. Då började snabbmodet komma; billigt, snabbt – korta ledtider, dålig kvalitet, snabba trender och stora volymer. "Ultra fast fashion", t ex Shein som kollar om digitala plagg har en efterfrågan och isåfall producerar de dom. I o f s bra, men de producerar så oerhört många plagg som i genomsnitt används endast 7 ggr! Ungdomar utsätts för massor av köptriggers dagligen, 4000 budskap/dag! Rider på rädslan att inte vara trendig. Aftonbladet märkte plagg som lämnades in i H&M:s återvinningsboxar och upptäckte att de till slut hamnade på en strand i Benin, illegal tipp. Finns även en hel ö av dumpade kläder utanför Chile?!

## Problem

- Mikroplaster
- Vattenföroreningar, vattenbrist
- Bekämpningsmedel, kemikalier
- Fossil råvara, till syntet
- Avfallsberg, kläddumpning
- Fossila energikällor
- Helt linjära affärsmodeller, väldigt lite återvinning. Globala transporter hit och dit. Andelen flygtransporter av färdiga plagg ökar gentemot fraktfartyg.

Liten fiberlära, men det kommer kampanjen inte gå in på. Alla olika fibrer har miljöpåverkan så det viktigaste är att konsumera mindre. Bra textilforskning från "Mistra future fashion" finns att läsa. Den största klimatpåverkan kommer från själva produktionen (se diagram).

H&M äger Sellphy. Naturkompaniet och Polarn & Pyret säljer sina plagg second hand.

Inte bara materialet utan produktionen är problematisk. För polyesterplagg går det åt 10 ggr mer olja än plagget väger, ca 300 g klänning = 3 liter olja.

Svenskarna köper ca 25 nya plagg per år (som har lager eller butik i Sverige), 4 privatimport (på nätet från Kina t ex, ökande trend), 4 second hand (ökat lite). Om man tar med underkläder ca 40 plagg! 9 plagg per person exporterar vi, till sopberg..... Second hand är inte lösningen utan det är att minska konsumtionen. Sy- och lagningskunniga behövs! (Katthemmet i Borlänge tar emot plagg att sy nya grejer av och i Krylbo bl a finns företag som lagar plagg.)

Vad är hållbart? Max 5 nyproducerade plagg per år per person i världen. Har med klimaträttvisa att göra. Å andra sidan sägs det att det finns så mycket kläder på jorden att vi skulle klara oss i sex generationer! Försök få bort tänket att man offrar sig, tryck på att man vinner något istället.

Hur många gånger måste ett plagg användas om vi ska köpa max 5 nya plagg/år? 270 ggr = 1 gång/vecka i 5 år eller varje vardag i ett år. Uthållighet, användning och recirkulation.

På gång EU:s textilstrategi

- Producentansvar
- Produktpass
- Ekodesignkrav
- Gröna påståenden
- Förbud mot destruktion av osålda plagg

“Fast fashion is out of fashion”

EU är vårt hopp på miljöområdet numera. Fast de kan också förstöra för små producenter och majbrasor 😊

## Material

Beställ material utan kostnad via [www.naturskyddsforeningen.se/kampanj/green-action-week/](http://www.naturskyddsforeningen.se/kampanj/green-action-week/)

- Faktahäfte
- Kampanjhandledning med aktivitetsförslag. Se som ett smörgåsbord att välja ur.
- Affischer: stora för utställning och mindre för affischering överallt
- Broschyr
- Klädbytarbiljetter
- Quiz

Frågor om materialet ställs till [jessica.andreason@naturskyddsforeningen.se](mailto:jessica.andreason@naturskyddsforeningen.se)

Tidigare teman: kaffe, byt till eko, antiscampi, fräsch på riktigt, fixa grejen m.m.

## Studiecirklar/studieplaner från Studieförbundet:

- UR-program som heter ”Kvalitet” 8-10 program på nätet och en studieplan
- Årsboken ”Viktigt på riktigt” + film med Therese Lindgren i en second hand butik
- Studieplan ”Aktivera din garderob”
- Böckerna DoReDo om att göra om plagg, Ägodela eller Grön design t ex. Man kan bara välja ett kapitel.

Behöver bara vara 3 st och träffas 3 ggr. Man kan också köra digitalt.

Studieförbundet sprider gärna kampanjen och aktiviteter på sociala medier.

## Idéer

Huvudbudskapet är att anta utmaningen ”Max 5”. Då kommer man med i en mejl-resa med pepp på vägen. Scanna en QR-kod på materialet som leder till webbsida. Det kommer bli mycket på sociala medier från rikskansliet också, bara att dela.

Huvudaktiviteten är klädbyttardag lördag 5 oktober. Byt 5 plagg och informera om kampanjen.

Var på en plats där många samlas som gallerior, torg eller gågata. Gör en klädhög av 125 plagg med stolar under. Låt folk gissa antalet plagg som motsvarar 5 personers klädkonsumtion på ett år. Prisförslag: bok om lappa/laga, Therese Lindgrens bok ”Viktigt på riktigt”, Gretas Klimatboken, presentkort hos skräddare/skomakare etc.

Mall för pressmeddelande och insändare finns på medlemssidorna på [www.naturskyddsforeningen.se/medlem/artiklar/max-5-med-green-action-week](http://www.naturskyddsforeningen.se/medlem/artiklar/max-5-med-green-action-week) Lillian brukar skicka ett pressmeddelande så meddela era planer under veckan för sammanställning. Johanna från Rebellmammorna hjälper gärna till med kommunikation och texter.

Ordna workshop eller föreläsning om klädvård, lagning, broderi, re-design. Tips, se [www.textilklok.se](http://www.textilklok.se)

Samarbeta med skolor, ungdomar, Fältbiologerna och Studieförbundet så hjälps vi åt att sprida. Samarbeta med Sätergläntan och hantverkspersoner.

Se [www.facebook.com/greenactionweek](https://www.facebook.com/greenactionweek)

### Gruppdiskussion aktiviteter

Falun: Klädbytdag på Kulturhuset 1014 i november. Utställning i skyltfönster/på bibliotek med böcker om ämnet, quiz och klädhög. Workshop på Kulturhuset tillsammans med Hemslöjdsföreningen. Tveksamt att stå utanför H&M där kunderna kanske inte är så påverkbara. Vissa tycker att det är ett bra ställe att stå på snarare.

Starta en vandrande klädkasse (riks tar fram steg för steg-guide). Vandrande klädkassar i Falun. FB-grupp. Geografisk indelning. Tre plagg i startkassen, sen lägger folk i och tar ur plagg, skickar vidare efter ca tre dagar, får tillbaka efter några veckor. Ca 15 st är med per kasse.

XR/Rebellmammorna hade Green Friday på Black Friday i en av Faluns gallerior: ge bort-loppis, med en lapp med historien kring föremålet.

Göra en klädhög på gymnasiet, högskolan och ev. någon galleria – låt högen vandra runt. Unga människor borde stå där. Biblioteket, kanske fel målgrupp för en klädhög, men där kan det passa med en utställning.

Gävle: Byta grejer-dag kring 5 oktober, löpande inlämning. 7-15 st brukar hjälpa till. Lägg inte ut allt ni tagit in, ska vara helt. Smarta kartan i Gävle är en mycket bra guide till second hand, skomakare, skraddare m.m. "Second hand resa" med Smarta kartan 9 november (idé från Karlstad) - i stället för att shoppa.

Sandviken: Utställning och klädhög på biblioteket samt quiz. Göra en förteckning över second hand-butikerna. Använda materialet även efter veckan. Västerbergs folkhögskola har haft återbrukskurs. Samarbeta med skolor inom textilslöjden, sy om ett plagg så kan NF ordna med en utställning. UF-företag som kan tävla. Ta kontakt med Fältbiologerna.

Smedjebacken: klädbytdag med kommunen som sponsor

Leksand: utställning på biblioteket, gärna en workshop med hemslöjden lappa och laga

Mora: utställning på biblioteket, samarbete med kyrkan som bl a vill ha en modevisning med second hand-kläder, kläd- och prylbytdag i samband med Black Week i november.

Byteshylla på förskolor, second hand för balkläder.

Ta upp glömd kunskap om att lappa och laga.

## Övrigt

Använd allt i garderoben, räkna antalet gånger du använder ett plagg.

Undvik elastan, det blir bara sladdrigt.

2025 kommer insamlingskrav på textilier och kommunerna är ansvariga.

Kapselgarderob. Sortera först ut så att du bara har säsongens kläder i garderoben. Rensa ut det som du inte använder. Fundera sedan i vilka sammanhang du vill ha olika kläder, t ex jobb, fest (få plagg), träning, hemmams, trädgårdsarbete. Gör små kapslar för varje tillfälle. Kombinera gärna med färganalys så att du vet vilka färger du passar i. Köp bara sådant som kompletterar din garderob och som du kommer använda!

## Recept

<https://undertian.com/recept/pita-med-rostad-blomkal-bonrora-och-snabbpicklad-rodlok/>

<https://www.annamat.se/sotsaker/snickersrutor-glutenfria-och-veganska/>