**Konsumverhalten**

Unser Modekonsum hat sich in den letzten Jahren mehr als verdoppelt. Mode ist zum Wegwerfprodukt geworden und (Ultra)-Fast-Fashion lockt überall. Aber es geht auch anders: Das alternative Konzept zu Fast Fashion heißt Slow Fashion. Es steht für qualitative, nachhaltige Mode und ein bewusstes und reflektiertes Konsumverhalten. Kurz gesagt: für mehr Verantwortung, Respekt und Achtsamkeit gegenüber Mensch und Umwelt - für mehr Nachhaltigkeit.

Doch Achtung! Der Begriff der Nachhaltigkeit ist populär und lässt sich gut vermarkten. Dies führt dazu, dass nachhaltiges und soziales Handeln oftmals nur vorgetäuscht wird, ohne dass ein echter Mehrwert für Mensch und Umwelt entsteht. **Dies nennt man Greenwashing.** *Eco, Conscious, Green, Sustainable* - Das sind alles ungeschützte Begriffe und dürfen auch bei nicht-nachhaltiger Mode gebraucht werden. Nachhaltig zu konsumieren bedeutet also auch, achtsam und kritisch zu konsumieren.

*So erkennst du Greenwashing!*

*• Erfüllt das gesamte Sortiment hohe soziale und ökologische Standards?*

*• Ist die Produktions- und Lieferkette transparent nachvollziehbar?*

*• Werden synthetische Chemiefasern verwendet, die nicht recycelt sind?*

*• Werden Standards über regionalen Gesetzen erfüllt?*

*• Bestätigen unabhängige Dritte die Standards?*

*• Finden sich mindestens hohe soziale oder ökologische Standards für das Teilsortiment?*

*• Gibt es eine realistische Zielsetzung, die Materialverwendung 100% nachhaltig zu gestalten?*

*• Verfolgen alle Marken des Unternehmens nachhaltige Ziele?*

Was können wir also tun?

*CARE & REPAIR*

Zum einen gilt es den Wert im Vorhandenen zu sehen, ihn auszuschöpfen und die Kleidung einfach länger zu tragen, indem diese wieder **geschätzt, gepflegt, repariert oder neu kombiniert** wird.

Denn am Ende ist die Kleidung, die bereits in unserem Kleiderschrank hängt, die nachhaltigste.

Ein kaputtes Kleidungsstück zu reparieren ist häufig einfacher als man denkt. Es gibt eine Vielzahl an Erklärvideos im Internet, die zeigen, wie es geht. Jeder Waschgang strapaziert die Kleidung und ihre Fasern. Je seltener wir waschen, desto länger hält die Kleidung. 30° Celsius sind bei normal verschmutzter Kleidung ausreichend.

*SWAP, RENT & SHARE*

Eine weitere Möglichkeit bietet Tauschen, Mieten und Teilen sowie Second-Hand-Modelle. Hierfür gibt es mittlerweile Läden und Onlineplattformen und natürlich kann auch privat einfach eine Tauschparty organisiert werden. Denn je länger ein Produkt genutzt wird, desto nachhaltiger werden die Ressourcen genutzt, da kein neuer Herstellungsaufwand entsteht.

*BUY FAIR*

Bei jedem Neukauf sollten faire und ökologische Brands unbedingt bevorzugt werden.

*USE YOUR VOICE & YOUR VOTE*

Wir alle teilen die Verantwortung: Gesellschaft, Wirtschaft und Politik. Wir sind nicht nur Konsument\*innen sondern auch Bürger\*innen! Wir können mehr Nachhaltigkeit und Transparenz bei Unternehmen, aber auch in der Politik einfordern!

**EN**

**Consumption Behavior**

Our fashion consumption has more than doubled in recent years. Fashion has become a disposable product and (ultra) fast fashion beckons everywhere. But there is another way: The alternative concept to fast fashion is called slow fashion. It stands for qualitative, sustainable fashion and a conscious and reflective consumer behavior. In short: for more responsibility, respect and attentiveness towards people and the environment - for more sustainability. But watch out! The term "sustainability" is popular and easy to market. As a result, sustainable and social actions are often only feigned, without any real added value for people and the environment. This is called greenwashing. Eco, Conscious, Green, Sustainable - These are all unprotected terms and may also be used for non-sustainable fashion. Consuming sustainably also means consuming mindfully and critically.

*How to recognize greenwashing!*

 *- Does the entire product range meet high social and ecological standards?*

 *- Is the production and supply chain transparently traceable?*

*- Are synthetic fibers used that are not recycled?*

 *- Are standards above regional laws met?*

*- Do independent third parties confirm the standards?*

*- Are there at least high social or ecological standards for the sub-assortment?*

*- Is there a realistic target to make material use 100% sustainable?*

*- Are all the company's brands pursuing sustainable goals?*

So what can we do?

CARE & REPAIR

On the one hand, it is important to see the value in what is available, to exploit it and simply to wear the clothing longer by appreciating it again, caring for it, repairing it or recombining it. Because in the end, the clothes that are already hanging in our closet are the most sustainable. Repairing a broken garment is often easier than you think. There are plenty of explanatory videos on the Internet that show how to do it. Every wash puts a strain on clothes and their fibers. The less often we wash, the longer the clothes last. 30° Celsius is sufficient for normally soiled clothing.

SWAP, RENT & SHARE

Another option is swapping, renting and sharing, as well as second-hand models. There are now stores and online platforms for this, and of course it is also possible to organize a private swap party. The longer a product is used, the more sustainably the resources are used, since no new manufacturing effort is required.

BUY FAIR

Fair and ecological brands should be preferred for every new purchase.

USE YOUR VOICE & YOUR VOTE (graphically highlighted with icons)

We all share responsibility: society, business and politics. We are not only consumers but also citizens! We can demand more sustainability and transparency from companies, but also from politicians!