

Råd & Rön

# Bonus.3

NR 3 2014 PRIS: 35 KRONOR

► TEMA: **HÅLLBAR TEXTIL** Dina kläders dystra historia / Alternativa material / Modeexperternas bästa tips / Koll på märkningen



**GRÖN  
GARDEROB**  
VI VISAR GENVÄGARNA

**+7**  
**TVÄTTIPS**



FOTO: KJELL B. PERSSON

## Väklädd i hållbar stil

**K**läder som sys upp hos en skräddare är framtiden. Det är vad jag kommer ihåg från ett inspirerande seminarium jag deltog i för några år sedan. Föredragshållaren underströk att jordens resurser inte räcker till, att många av oss likt missbrukare köper mer och mer kläder för att slänga dem efter en kort tid. I stället spekulerade föredragshållaren om att vi skulle lägga pengarna på att sy upp kläder efter de egna måtten och få unika, superexklusiva plagg som håller i många år. Ett nytt, miljöanpassat sätt att visa upp sig för världen.

Låter det dyrt och mossigt? I den här bilagan ger vi fler alternativ för en hållbarare klädstil. Vi ger förslag och idéer på hur du kan förlänga livslängden på dina kläder, hur du kan avstå från köp och ändå vara väklädd, hur du tvättar så att du sparar på både kläder och miljö.

Vi slår hål på myter, kollar märkningar och har intervjuat Camilla Thulin och Per Nilsson, som bägge är experter på kläder och stil.

Vi har samlat ihop många miljöanpassade tips och råd. Men för att det ska göra skillnad måste du och jag följa dem.

Carina Lundgren,  
chefredaktör



## INNEHÅLL 3.2014

### 3 SNABBA FAKTA

Siffrorna som avslöjar klädernas miljöpåverkan.

### 4 LIK I GARDEROBEN

Produktionen av dina kläder är en mörk historia.

### 6 SANT ELLER FALSKT?

Naturmaterial är inte alltid miljövänliga, och ekologiskt inte alltid giftfritt.

### 7 MÄRKNINGAR ATT HA KOLL PÅ

Loggorna som hjälper dig att hitta miljö- och rättvisemärkta kläder.

### 8 I STÄLLET FÖR BOMULL

Andra material är ofta mer miljövänliga.

### 10 MODEEXPERTERNAS TIPS

Handfasta råd för att hitta kläder som håller i längden.

### 12 TVÄTTA RÄTT!

Så tvättar du mest miljövänligt.

### 14 HIT GÅR PENGARNA

Mindre än 1 procent får den som tillverkar kläderna.

### 15 CHECKLISTA

Tipsen som både du och naturen tjänar på.

**Chefredaktör & ansvarig utgivare** Carina Lundgren,  
carina.lundgren@radron.se  
**Redaktör** Annika Berge, annika.berge@radron.se  
**Grafisk form och illustration** Kate redaktionell design

© Råd & Rön 2014. Eftertryck av artiklarna, helt eller delvis, är förbjudet. Råd & Rön ägs av Sveriges Konsumenter, en oberoende paraplyorganisation. Målet är ökad konsumentmakt. [www.radron.se](http://www.radron.se)

**Råd & Rön**



## Snabba fakta

Vi köper alltmer kläder och bär dem allt kortare tid innan vi slänger dem. Det är synd, eftersom klädtilverknningen är en mycket miljö-, kemikalie- och energikrävande process.

### 4x

Vi svenskar äger fyra gånger så mycket kläder i dag som vi gjorde 1980.

### 7000

Liter vatten är den mängd som krävs för att producera 1 kg bomull.

# 70 000 ton

textilier slänger svenska folket i hushållssopor varje år. Det motsvarar cirka 8 kg textilier per person och år. 26 000 ton textilier lämnas varje år in till välgörenhetsorganisationer, vilket motsvarar 3 kg per person och år.



Mellan år 2000 och 2009 ökade svenska folkets konsumtion av textilier med 40 procent.

Källa: Naturskyddsföreningen.

En tiondel av världens bekämpningsmedel går till bomullsodling, trots att bomull bara upptar 2,5 procent av jordbruksmarken.

### Så länge används plagget

**Underkläder: 6 månader**

**T-shirt: 2 år**

**Tröjor: 3 år**

**Ytterplagg: 4 år**

**Träningskläder: 4 år**

Källa: Naturskyddsföreningen.

# 2000 mg/kg

av det förbjudna ämnet NPE hittade Råd & Rön i ett par kalsonger när vi testade kemikalieinnehållet i svarta underkläder i nummer 5 2012. Det är dubbelt så högt som det tillåtna gränsvärdet. NPE är förkortning för nonylfenol och nonylfenoletoxilat, ämnen som är mycket miljöfarliga och giftiga för vattenlevande organismer. De kan också påverka reproduktionen och det endokrina systemet hos djur.





# LIK I GARDEROBEN

Med de trendiga topparna och dyra jeansen följer också en historia av hårt arbete, livsfarliga arbetsförhållanden, giftiga utsläpp och miljöförstöring.

**D**en 23 april 2013 upptäcktes stora sprickor i väggarna i Rana Plaza, ett åttavåningshus i staden Sanar i Bangladesh. Butikerna och bankerna på bottenvåningen stängde direkt, eftersom risken för att byggnaden skulle rasa var överhängande. Även de textilarbetare som befann sig högre upp i huset ville evakueras, men de beordrades att fortsätta arbeta. Nästa morgon kollapsade byggnaden, vilket dödade 1129 personer och skadade drygt 2500. I byggnaden tillverkades kläder för välkända märken som Benetton, Mango, Primark och Walmart.

## Oacceptabel arbetsmiljö

Olyckan i Rana Plaza är ingen isolerad händelse. Året före dog 257 i en brand i en textilfabrik i Pakistan. Att de som arbetar med att tillverka våra kläder gör det under fruktansvärda förhållanden är heller ingen nyhet. Ända sedan Naomi Klein skrev om sweatshops i *No Logo* har vi fått höra om långa arbetsdagar, låga löner och en osäker arbetsmiljö i textilfabriker i tredje världen. Till det kan läggas slav- och barnarbete på uzbekistanska bomullsfält, miljöförstörande gifter i indisk lädertillverkning och turkiska sandblåstrare som drabbas av stendammslunga när de gör våra jeans moderiktigt slitna.

Små steg har tagits för att förbättra situationen för arbetarna. Flera svenska företag, med H&M i spetsen, har skrivit på avtal som förbinder internationella företag att höja säkerheten inom

klädindustrin i Bangladesh. Men fortfarande är drömmen om att alla textilarbetare ska ha löner som det går att leva på långt borta.

## Giftstinn produktion

Kanske är det lätt att ignorera den förödande effekt som vår klädkonsumtion har på miljön och på dem som tillverkar dem, eftersom det ofta sker i länder långt bort. Men den negativa effekten av klädproduktionen följer med ända in i våra hem. Tillverkning av textilier kräver enorma mängder kemikalier, från odling av bomull och framställning av viskos till färgning och tryck av textilier. Förutom att de förgiftar miljön i de områden där kläderna tillverkas finns många kemikalier kvar i kläderna i affären. Råd & Rön har hittat giftiga ämnen i kalsonger, och inte ens kläder för barn går säkra.

– Är det tryck på kläderna är det förmodligen hormonstörande ftalater i trycket. Även om det kanske inte är den värsta sortens ftalater är det hormonstörande ämnen, säger Weronika Rehnby, expert på textilier på Naturskyddsföreningen. ●

## STÄLL KRAV PÅ BRA KLÄDER

**SÖK MÄRKNING** ► Välj miljö- eller rättvisemärkta kläder om det finns. **VÅGA FRÅGA** ► Ju mer konsumenter frågar efter miljömärkta och etiskt tillverkade kläder, desto mer ser butikerna att intresse finns. **VÄLJ SPECIAL-BUTIKER** ► för etiskt och miljövänligt tillverkade kläder.





## ETISKT OCH EKOLOGISKT PÅ NÄTET



**Peopletree.co.uk** säljer ekologiska och rättvisemärkta kläder för män och kvinnor.



**Howies.co.uk** säljer kläder för sport och fritid som är ekologiska och av hållbart material.



**Lotuseco.se, astridgoesorganic.com, www.ekoklader.se** och **hildur.se** är exempel på svenska butiker som säljer miljö- och/eller rättvisemärkta kläder på nätet.



# SANT<sup>eller</sup> FALSKT?

Att köpa miljövänliga och giftfria kläder är inte det enklaste. Det som vid första anblicken kan se ut som ett hållbart alternativ kan vara det motsatta.

## Sant:

### "ÄVEN EKOLOGISKA PLAGG KAN INNEHÅLLA GIFTER."

I många fall betyder en ekologisk märkning bara att själva bomullen är ekologiskt odlad. Men under tillverkningen kan giftiga ämnen användas för bland annat färgning och tryck. Enligt Greenpeace, som mätt halten gifter i kläder, är inte ens ekologiska barnkläder garanterat giftfria.

### "ULL RENGÖR SIG SJÄLV."

Ull är ett fantastiskt material som inte bara värmer även om det har blivit blött; det är även självrengörande. Ull låter inte smuts tränga in i fibrerna utan håller den på ytan. Hänger man ut ett ullplagg för att vädra gör syret i luften att ullen renar sig själv. Syret lösgör smutspartiklar som faller till marken, och plagget känns fräscht igen.

### "SECOND HAND ÄR BRA FÖR HÄLSAN."

Många kläder innehåller gifter från färger och tryck. Köper du second hand slipper du många gifter eftersom de redan har tvättats ur. Du vet också att plaggen är hållbara eftersom de redan har hållit i många år.

## Falskt:

### "NATURMATERIAL ÄR BÄST FÖR NATUREN."

Traditionell bomullsodling kräver stora mängder bekämpningsmedel, näring och vatten. Textil av bambu säljs som ett miljövänligt alternativ, men även om bambu är en snabbväxande gröda krävs stora mängder energi och kemikalier för att omvandla de hårda bambufibrerna till mjuka textilfibrer.

### "DYRA KLÄDER ÄR MER ETISKT TILLVERKADE."

Dyra kläder är ingen garanti för en schyst produktion. Många lyxmärken får låga betyg i etiska granskningar.

### "SKÖLJMEDEL ÄR BRA FÖR KLÄDERNA."

Sköljmedel kan göra vissa kläder mjukare och mindre statiska. Men det ska absolut inte användas till vissa textilier, som funktionsplagg, eftersom det täpper till porerna och gör att funktionen försvinner.

### "ALL KEMTVÄTT ÄR MILJÖFARLIG."

Wetclean är en mer skonsam kemtvättsmetod. Om du kan bör du välja den till de kläder som kräver kemtvätt.

# 8 Märkningar att ha koll på

Den som letar miljömärkta eller schyst producerade kläder har det inte lätt. Det finns ett myller av märkningar som kan vara svåra att tyda.



- 1 SVANEN** Plagget uppfyller EU-kraven för ekologisk produktion. Krav finns på användning av hälso- och miljöfarliga ämnen i tillverkningen och utsläpp från fabriker. Den färdiga textilen kvalitetstestas.



- 2 EU-ECO LABEL** Krav på utsläpp till luft och vatten från fabriker och användningen av hälso- och miljöfarliga ämnen i tillverkningen. Om det inte uttryckligen står "ekologiskt" eller "organic" finns inga krav på själva odlingen av växtfiber.



- 3 BRA MILJÖVAL** Märkningen "Bra fiber" innebär att råvaran är ekologisk. "Bra beredning" ställer krav på kemikalieanvändning och energiåtgång vid tillverkning. Det är även möjligt att märka återvunnen textil som Bra miljöval.



- 4 KRAV** Svensk märkning för ekologiskt odlad bomull. Det ställs villkor på arbete och sociala förhållanden vid produktionsplatsen. I dag finns inga Krav-märkta kläder, utan det är endast bomullen som kan vara Krav-märkt.



- 5 GOTS** Global Organic Textile Standard (GOTS) är en internationell märkning för kläder och textilier som omfattar både ekologiska och sociala krav. För att få märkas med GOTS måste textilen innehålla minst 70 procent ekologisk råvara.



- 6 OEKO-TEX 100 STANDARD 100 OCH STEP** Uppfattas ofta felaktigt som en miljömärkning, men det är en hälsomärkning som endast garanterar att den färdiga produkten inte innehåller skadliga ämnen.

STeP står för Sustainable Textile Production och står för hållbar textilproduktion. Ställer krav på miljövänlig produktion samt acceptabla arbetsförhållanden.



- 7 FAIRTRADE** Märkning för bomull. När du köper Fairtrade-märkt bidrar du till förbättrade arbets- och levnadsvillkor för bomullsodlare i utvecklingsländer. Miljöhänsyn och ekologisk produktion främjas. En premie utbetalas som kan användas för att förbättra lokalsamhället.



- 8 DEMETER** Produkter från biodynamiska odlare, vilket innebär att de är ekologiskt framställda. Inga miljö- och hälsofarliga ämnen används i beredning och tillverkning av textilier. Krav ställs på att kretslopp och balans mellan växtodling och djurhållning finns.



# BÄTTRE ÄN BOMULL

Den traditionella bomullsodlingen kräver stora mängder vatten och bekämpningsmedel. Men det finns alternativa textilier.

FOTO: KJELL B PERSSON



**HAMPA.** Hampa kan växa på näringsfattiga jordar och odlas inom hela EU. Den är tålig, snabbväxande och tillför jordarna näring, och de djupa rötterna förhindrar jorderosion. Tyget är slitstarkt men skrynklas lätt.



**LYOCELL.** Tillverkas av cellulosa från snabbväxande energiskog. Även känd som Tencel, som egentligen är ett varumärke. Lyocell kräver mindre energiåtgång, och de kemikalier som används under tillverkningen kan återvinnas. Tyget är biologiskt nedbrytbart.



**BAMBU.** Marknadsförs ibland som ett miljömaterial, men det är inte alltid det stämmer. Bambu växer förvisso snabbt på näringsfattiga jordar, men dess fibrer är hårda och stora mängder kemikalier och energi krävs för att omvandla dem till textilfibrer.

**ÅTERVUNNEN POLYESTER.**

Återvinns från till exempel PET-flaskor och utslitna polyesterkläder. Tyget kan användas i allt från silkiga underkläder till träningskläder och fleece. Det är ett slitstarkt och tvättåligt tyg som behåller färgen trots tvätt och solljus, och tyget absorberar lite fukt.

**RAMI.** En naturfiber som utvinns ur en nässelväxt som växer på näringsfattiga jordar. Slitstarkt tyg som liknar lin till strukturen. Kläder av rami är svala och sköna och har god fukttransport men kan skrynklas.

**MJÖLKFIBER.** Tillverkas av överbliven mjölk, genom att vätskan kokas bort ur mjölken. Av de proteiner som blir kvar kan textila fibrer utvinnas. Ett mjukt och fint tyg med fin lyster som känns lite lyxigt. Passar till kroppsnära kläder som under- och babykläder.

# HITTA KLÄDER SOM HÅLLER

Hållbara kläder handlar inte bara om kvalitet.  
Det gäller också att hitta design som  
inte ser trist ut efter en säsong.  
Råd & Rön har pratat med två experter.

**C**amilla Thulin är designer och författare som har skrivit flera böcker om mode. Hon tycker att man bör satsa på en klassisk stil om man är kvalitets- och miljömedveten.

– Med det menar jag en stil som inte följer mode och trender, utan plagg som alltid är snygga oavsett modet, säger hon.

Dessa plagg är enkla, med få detaljer.

– Detaljer är ofta förknippade med trend.

Strunta i kjolen med en massa bling-bling, satsa hellre på en enklare kjol, som inte är för kort, utan som går ner mitt på knät eller under. Titta på bilder på personer som anses eller ansågs klä sig klassiskt, typ Jackie Onassis, Katharine Hepburn, Audrey Hepburn, Grace Kelly, Greta Garbo, och försök att inspireras av det, säger hon.

## Ändra och fräscha upp

Camilla Thulins råd är att satsa på en eller två färger som passar till allt och som går att kombinera med varandra.

– Köp hellre ett par beige chinos i stället för ett par röda jeans med broderier. Till de beige byxorna kan du ha en beige enkel tröja, vit blus, marin kofta, svart tröja, och så vidare. Modetidningar visar sällan den typen av plagg. Tidningarna syftar till att trender och mode ska sälja, inte att folk ska ha sina kläder länge – det gynnar ju inte industrin, säger hon.

Men ”klassiska kläder” och ”basplagg” kan vara förrådiska – ett plagg man köper och tycker ser klassiskt ut i dag kan lätt se daterat ut några säsonger senare. Ta exemplet med de klassiska chinosbyxorna.

– Ett par chinos som köps i dag fungerar i fem år, så länge ser man schyst ut i dem. Mode handlar om detaljer. I dag är modellen på chinos nästan löparbyxtajt, med supersmal fotvidd. De är fortfarande chinos, men om tre år blir man utskrattad, säger Per Nilsson, chefredaktör på herrmodetidningen King.

Han tipsar om att försöka hitta en bra skräddare, som kan fixa till plagg som börjar se lite daterade ut.

– Efter ett par år kan man ta byxorna till en skräddare som ändrar passformen på byxorna. Om man köper byxor med lite längre ben kan skräddaren lägga upp underkanten på dem om den börjar se sliten ut, säger han.

Skräddaren kan även snygga till gamla plagg.

– Skjortor kan man lämna in på rekondition, eller uppfräschning. En sliten skjortkrage kan vändas på, och om det är håll i kavajen kan den konststoppas, vilket är när man väver om tyget över ett håll, tråd för tråd, säger Per Nilsson.

Tyvärr är det sällan ett ekonomiskt val – ofta är det billigare att köpa nytt.

– Det här kan man göra med favoritskjortan. Men även om du köper billigt, var inte rädd för att





**"Köp kläder med bra pass-form som du trivs i. Ett dyrt plagg med fel pass-form förtär hela effekten."**

Per Nilsson



**"Tidningarna syftar till att trender och mode ska sälja, inte att folks ska ha sina kläder länge – det gynnar ju inte industrin."**

Camilla Thulin

ställa krav. En t-shirt ska inte ändra färg eller form efter en månad, säger Per Nilsson.

### Var noga med kvaliteten

Han tycker dock inte att man måste köpa dyrt för att få bra kvalitet, utan att många av de stora kedjorna har bra kläder till ett rimligt pris. Camilla Thulin håller delvis med.

– Ofta är dyra kläder bättre än billiga, men även kläder av "fina" märken kan ha dålig kvalitet. Därför ska man alltid titta på material och hur plagget är sytt före köp. Hur är knappar isydda, hur ser fällar och knapphål ut, är sömmarna raka eller vingliga? Titta på insidan av plagget och känn om tyget verkar bra. Ser det tråkigt ut, då är det dålig kvalitet, säger hon.

Både Camilla Thulin och Per Nilsson säger att det där med att hitta sin egen stil inte alltid är det lättaste, utan något som tar tid.

– Att hitta sin stil kan ta ett helt liv. Ta hjälp av vänner eller någon som jobbar i butik som du har förtroende för och som inte bara försöker sälja. Bara för att något är mode är det nödvändigtvis inte snyggt eller passar, säger Per Nilsson.

– Det gäller att tänka till och öva. Dyk in i garderoben, ta bort allt det du inte använder, och det som är kvar, de plagg du trivs i – det är din stil. Utgå från dem och börja bygga din stil. Eller så ändrar du hela din stil och köper bara marinblå klänningar och ser likadan ut jämt, med lite olika accessoarer, säger Camilla Thulin. ○

# 7 TVÄTT-TIPS

En stor del av den energi som går åt under ett plaggs livstid går åt under tvätten. Rätt tvätt kan förlänga livstiden på plaggen.

1

## TVÄTTA LAGOM

Tvättande står för 85 procent av plaggets totala energikostnad, om man räknar på en t-shirt. I en studie där man undersökte folks tvättkorgar visade det sig att endast 7 procent av innehållet var riktigt smutsigt. Många tvättmaskiner är i dag energisnåla, men bäst för miljön är så klart att undvika att tvätta helt. Endast underkläder behöver tvättas varje dag, andra plagg kan användas igen om de inte är synligt smutsiga. Ull rengör sig själv och behöver sällan tvättas.

► Häng ut och vädra plagg i stället för att slänga dem i tvättmaskinen av slentrian. Du kan även hänga in plaggen i badrummet, där ångan både fräschar upp dem och slätar ut rynkorna.

2

## PACKA FULLT

I dag kan många tvättmaskiner anpassa mängden vatten för mängden tvätt som lassas in i trumman. Men har du en äldre maskin eller tvättar i tvättstuga är det bäst att packa maskinen full. Du kan väga tvätten först för att räkna ut hur mycket du kan packa in i tvättmaskinen, men i stort sett är det ganska svårt att fylla en tvättmaskin över maxgränsen för vad den klarar. När vi testar tvättmaskiner måste vi fylla maskinen med vikta lakan, som noggrant läggs in längs kanterna, för att nå upp till maxvikten.

► Fundera redan i affären på om det plagg du funderar på att köpa kan tvättas med dina andra kläder, eller om de kommer att kräva en onödig separat maskin.

3

## RÄTT MEDEL TILL RÄTT KLÄDER

I Sverige används cirka 50 miljoner kilo tvättmedel per år. Tvättmedelsrester sliter på kläder och kan orsaka allergi. Dagens tvättmedel är koncentrerade, och en liten mängd räcker långt. Kolla upp hur mycket tvättmedel som behövs till det vatten du har, och använd decilitermått för att mäta upp rätt mängd. Höftar du är det lätt att det blir lite för mycket.

Tvätteffekten bygger på aktiva enzymer, som löser upp fläckarna. Dessa enzymer kan också lösa upp fibrerna i silke och ylle, och plagg av dessa material ska bara tvättas med specialtvättmedel.

Vitttvättmedel innehåller blekmedel och ska inte användas på färgade



kläder. Vita textilier blir dock ofta lite gråaktiga om man använder kulörtvättmedel till dem, eftersom det oftast behövs lite blekmedel för att behålla vitheten.

► **Tyvärr, tvättnötter har ingen effekt. Vårt test visar att tvättnötterna och -bollarna inte var bättre än att tvätta med bara vatten.**



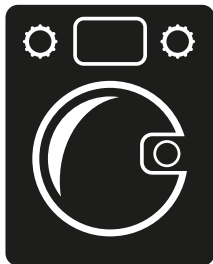
## OVÄLKOMNA SMÅKRYP

Pälsängar är riktigt jobbiga djur som inte bara väljer att ge sig på dina dyraste plagg, utan också verkar känna på sig vilka kläder som är dina favoriter. Detta för att de föredrar dyra naturmaterial som silke och ylle framför billiga syntetmaterial, och för att kläderna blir extra goda om de har använts så att där kanske finns lite matrester kvar.

Pälsängar gillar kläder, mörker, lugn och ro, och finns det matrester kan de övertygas att tugga i sig material som också är av syntet. Låt därför inte använda kläder bli liggande längst in i garderoben utan hängas upp. Använda kläder ska hängas upp. Kläder du inte planerar att använda på ett tag ska tvättas, och helst hängas undan i täta emballage.

Pälsängar påstås ogilla vissa starka dofter, så lite lavendel eller cederträ kan kanske skrämma bort dem. Tvätta alla kläder, alternativt frys in dem, alternativt stryk eller torktumla dem.

► **Ett husmorstips är att krypen inte gillar lukten av lavendel, vitpeppar och sandel- eller cederträ, och att dessa därför kan spridas i garderoben. Men bäst är att hålla rent.**



## FÖRTVÄTT OCH SKÖLJMEDEL ÄR OFTA ONÖDIGT

Dagens tvättmaskiner värmer upp vattnet under lång tid, och tvätten blir därför ordentligt blötad även utan förtvätt. Sådan behövs bara om kläderna är riktigt hårt smutsade. Sköljmedel är i stort sett onödiga kemikalier, som rent av kan slita på kläderna. Det behövs endast om man har hårt vatten eller om man vill göra syntetplagg mindre statiska. Använd inte sköljmedel till funktionsplagg; det täpper till de små hålen som tillåter tyget att andas. Generellt sett är det smartare att köpa pulvertvättmedel, eftersom det är mer koncentrerat än flytande. Har man hårt vatten är flytande tvättmedel bättre, eftersom pulver löses upp dåligt i hårt vatten.

► **Förtvätt endast till hårt smutsade kläder, och sköljmedel endast till hårt vatten.**



## TUMLA MED MÅTTA OCH TVÄTTA SVALT

Underkläder, lakan och handdukar tvättas med fördel vid 60 grader;

för övrig tvätt räcker det oftast med 40 eller 30 grader. Allra mest miljövänligt är såklart att låta torka naturligt – hängande. Näst energisnålast är att tumla. Värsta energiboven är oftast torkskåpet. De mer moderna torktumlarna med

värmepump drar mindre energi än de äldre modellerna.

► **Många tvättar i låga temperaturer. Då kan bakterier få fäste i tvättrumman, vilket gör att en obehaglig lukt bildas. Tvätta en tvätt i 90 grader emellanåt så försvinner den.**



## VÅRDA SKORNA

Tillverkningen av läder är en riktig miljövråning, där stora mängder starka kemikalier används. Därför är det extra viktigt att plagg av läder sköts bra så de håller länge.

Växla mellan flera par skor så de hinner torka ordentligt mellan varven. Använd skohorn och knyt skorna ordentligt, så de inte nöts i onödan. Regelbunden puts med kräm håller skinnet mjukt och lukten borta. Gör först rent skorna med lätt fuktad trasa eller, om det är mockaskor, med en mockaborste eller fint sandpapper. Tygskor kan rengöras med rengöringsschampo.

Feta skokrämer kan användas på riktigt grova kängor, medan blanka skor ska putsas med skokräm – färgad skokräm till mörka skor och ofärgad kräm till skor i ljusa färger.

Vinterskor av skinn som används ofta bör sprayas med impregnering eller putsas med impregnerande skokräm en gång i veckan.

► **Gamla nylonstrumpor fungerar utmärkt att putsa med; trä in handen i strumpfoten för extra bra grepp.**





# SÅ FÖRDELAS PENGARNA

Det är många som ska dela på pengarna du betalar för ditt plagg.



## 59% ÅTERFÖRSÄLJARE OCH SKATT

Summan inkluderar butikshyra, butikspersonalens lön, samt skatt.

## 12% MÄRKE OCH REKLAM

En stor del av pengarna går till företaget och reklamkostnader. En reklamfilm eller ett uppslag i ett magasin kan kosta hundratusentals kronor.

## 12% MATERIALKOSTNADER

Endast en dryg tiondel går till material, som bland annat bomull, tråd och färg.

## 12% TRANSPORT- OCH LAGRINGSKOSTNADER

Transportkostnader är höga, både i pengar och för miljön.

## 4% FABRIKEN SOM TILLVERKAR PLAGGET

Trots att en del av pengarna går till fabriken där plagget tillverkades är många fabriker slitna och några rent av livsfarliga.

## >1% ARBETAREN

Minst får de som syr dina kläder. Många gånger tvingas de till långa arbetsdagar och övertid utan ersättning. Eftersom lönen är så låg arbetar de som kan ofta med fler än ett jobb samtidigt.

## HJÄLP ARBETAREN!

**FAIRTRADE** ► Köper du Fairtrade-märkt får den som plockar bomullen bättre betalt. **KRÄV ERSÄTTNING** ► Gå in på [www.cleanclothes.org](http://www.cleanclothes.org) och kräv levnads-lön för den som syr dina kläder.

# Glöm inte att...



**Undvik spontanköp** av trendkläder som bara används under en säsong.



**Köp miljö- eller rättvisemärkt** om det finns. Fråga också i affären efter miljömärkta kläder för att öka efterfrågan.



**Undvik att köpa kläder** som bara går att kemtvätta eller som måste tvättas separat.



**Kläder som används** närmast kroppen bör tvättas före användning. Även om det står att det är ekologiska är det ofta bara bomullen som är det; giftiga ämnen kan ha använts till färgning eller tryck.



**Fråga i affären** om miljövänliga eller schyst producerade kläder. Kolla gärna om de tar emot gamla kläder, eller om de hjälper till att laga kläder som gått sönder.



**Slentriantvätta inte.** Att vädra plaggen utomhus, gärna en fuktig dag, eller i ångan i badrummet räcker långt.



**Om du tröttnar på kläderna**, byt med vänner eller ge bort till välgörenhet.

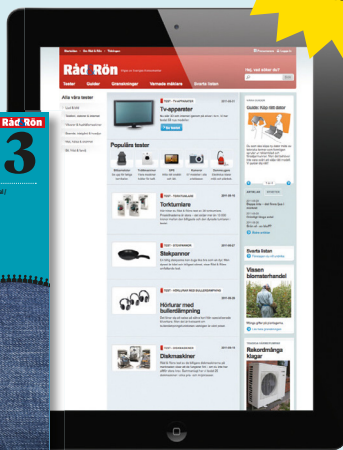


**Plagg som bara ska användas** en eller ett par gånger kan med fördel hyras eller lånas på lokala klädbibliotek.



**Låt skräddaren** lägga ut och sy in.

# Goda råd är inte dyra!



Undvik kostsamma och irriterande felköp – kolla först med Råd & Rön.  
Vill du provprenumerera på Råd & Rön eller köpa tidigare utgåvor av Bonus?

Ring  
**08-674 43 10**  
eller gå till  
**[www.radron.se/bonus](http://www.radron.se/bonus)**

**Råd & Rön**