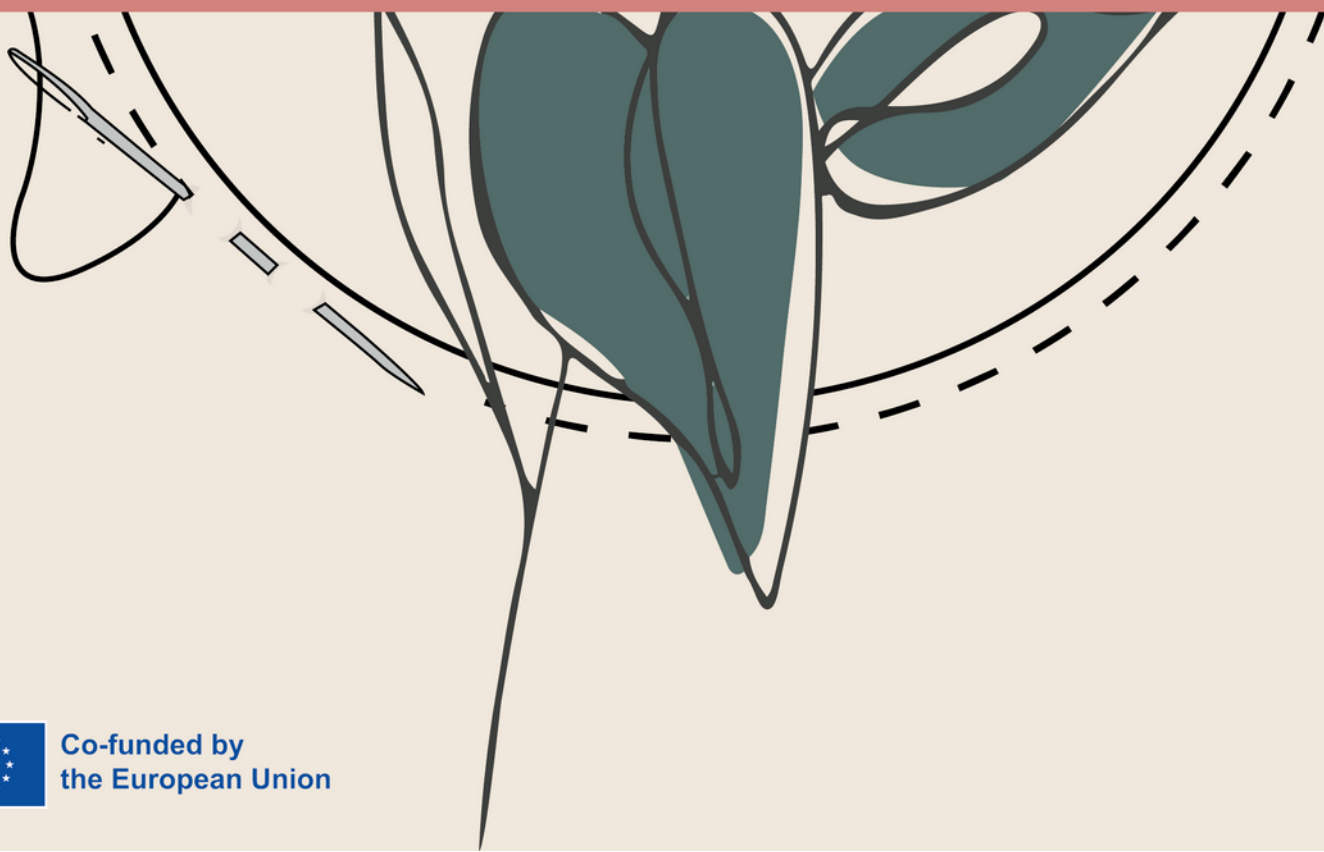




# Re-Fashion Consumer Guide



Co-funded by  
the European Union



## Premessa

Benvenuti nella Guida al **consumo di moda sostenibile di ReFashion**, il vostro compagno essenziale nel viaggio verso un approccio alla moda più consapevole e sostenibile. In un mondo in cui ogni scelta che facciamo ha il potere di plasmare un futuro più ecologico, questa guida vi fornisce le conoscenze e gli strumenti per prendere decisioni consapevoli a beneficio vostro e del pianeta. Abbracciando le pratiche della moda sostenibile, non solo contribuite a ridurre l'impatto ambientale, ma sostenete anche una produzione etica e responsabile.

***Unisciti a noi nel ridefinire la moda, una scelta consapevole alla volta!!***

### Autori della guida:



Project number 2021-1-RO01-KA220-VET-000033001



Co-funded by  
the European Union

"Finanziato dall'Unione europea. I punti di vista e le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelli dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili".



## L'IMPATTO AMBIENTALE DELLA MODA

### THE ENVIRONMENTAL IMPACT OF TEXTILES

**0.5**  
million tonnes  
of microfibres

from washing synthetics are released  
in the ocean **every year**



This accounts  
for



of primary  
microplastics released  
into the environment

Sources: EEA (2019), EPRS (2017)



I vestiti acquistati nell'UE per persona sono aumentati del **40%** in pochi decenni, a causa del calo dei prezzi e degli effetti del **fast fashion**. L'abbigliamento è responsabile di circa **il 10% delle emissioni di gas serra (GHG)**. La produzione di materie prime, la filatura in fibre, la tessitura di tessuti e la tintura richiedono **enormi quantità di acqua e sostanze chimiche**, compresi i pesticidi per la coltivazione di materie prime come il cotone.

L'uso da parte dei consumatori ha un ampio impatto ambientale a causa dell'acqua, dell'energia e delle sostanze chimiche utilizzate per il lavaggio, l'asciugatura e la stiratura, nonché delle microplastiche disperse nell'ambiente. Meno della metà degli abiti usati viene raccolta per essere riutilizzata o riciclata quando non serve più, e **solo l'1% viene riciclato in nuovi abiti**, poiché le tecnologie che consentono di riciclare gli abiti in fibre vergini stanno cominciando ad emergere. (Rapporto AEA 2022)

### THE ENVIRONMENTAL IMPACT OF TEXTILES



of global greenhouse  
gas emissions

are caused by clothing  
and footwear production



This is more than all international flights  
and maritime shipping combined

Sources: EPRS (2017), UN (2018)





## PERCHÉ DOVREBBE INTERESSARVI?

La produzione di abbigliamento è la **terza industria manifatturiera** dopo l'industria automobilistica e quella tecnologica. La produzione tessile contribuisce al cambiamento climatico **più dell'aviazione internazionale e del trasporto marittimo messi insieme**. (House of Common Environmental Audit Committee, 2019).



Il ciclo di vita di un indumento è un percorso completo che un capo di abbigliamento compie, dalla sua nascita, nella fase di progettazione, fino al suo eventuale smaltimento. Durante questo ciclo di vita, ci sono varie fasi in cui si possono fare **scelte consapevoli per promuovere la sostenibilità e ridurre al minimo l'impatto ambientale**. Adottando pratiche come la produzione responsabile, il consumo consapevole, la cura e la riparazione adeguate e lo smaltimento etico, possiamo contribuire collettivamente per un'industria della moda più sostenibile e circolare.

# L'IMPATTO DI CIASCUNA FASE DEL CICLO DI VITA



## Estrazione delle materie prime

L'inquinamento idrico e la contaminazione chimica possono derivare dal processo di coltivazione delle fibre, che richiede molta acqua e terreno. Per esempio, per la coltivazione del cotone viene utilizzata molta acqua dolce (10.000-20.000 L/kg).

La creazione di fibre sintetiche coinvolge risorse non rinnovabili, come prodotti petrolchimici e petrolio, che richiedono molta energia.



## Produzione di filati e tessuti

Uso massiccio di sostanze chimiche nella lavorazione e nel trattamento di filati e tessuti.

Funzionamento di macchinari pesanti che richiedono molta energia per funzionare.

Le acque reflue non trattate della tintura e della stampa vengono solitamente rilasciate nell'ambiente (il 20% dell'inquinamento idrico mondiale deriva dalla moda).



## Produzione di indumenti

Utilizzo di energia per la vaporizzazione, la stiratura e la cucitura.

Campioni, campioni di design, scarti di taglio e cucito, campioni di produzione e fine bobina contribuiscono alla produzione di rifiuti tessili.



## Distribuzione

Molte delle fasi di produzione non vengono realizzate nello stesso luogo. Spesso le risorse vengono trasportate più volte attraverso i continenti prima di essere trasformate in capi di abbigliamento.



## Vendita al dettaglio

L'energia utilizzata per gestire un negozio, i materiali necessari per la commercializzazione al dettaglio, oltre a grucce, imballaggi e sacchetti.

L'abbigliamento invenduto si aggiunge alla quantità complessiva di rifiuti tessili.



## Fase di utilizzo

Consumo di acqua e energia: Il lavaggio e l'asciugatura dei vestiti consuma molta acqua e energia.

Le sostanze chimiche utilizzate nei detersivi e negli ammorbidenti possono inquinare l'aria e finire nei corsi d'acqua, dove possono danneggiare la vita acquatica.



## Smaltimento

La produzione di abbigliamento richiede una quantità significativa di risorse, tra cui acqua, energia e terra. Quando gli indumenti vengono smaltiti, queste risorse vengono sprecate. Se messi in discarica, possono impiegare centinaia di anni per decomporsi. Questo può portare al rilascio di metano, un gas serra 25 volte più potente dell'anidride carbonica. Quando gli indumenti vengono inceneriti, possono rilasciare sostanze chimiche nocive nell'aria e nell'acqua.



## IL FENOMENO DEL FAST FASHION

Dove va a finire il vostro abbigliamento quando vi non serve più? Storicamente, **ogni anno vengono buttate via tonnellate di capi di fast fashion.** Questo non è dovuto solo ai clienti che si liberano dei loro capi, ma anche ai negozi al dettaglio. Invece di riciclare o donare gli abiti che non sono stati venduti, la maggior parte delle aziende di fast fashion si limitano a buttare o bruciare le scorte invendute, il che porta a **perdite terrificanti di risorse naturali e finanziarie.**

L'obiettivo principale dei giganti del fast fashion è la riduzione dei costi di produzione. Proprio per questo motivo trascurano l'aspetto della sostenibilità della produzione, a partire dall'utilizzo di tessuti non biodegradabili e completamente lavorati con sostanze chimiche, fino a gettare gli scarti di produzione nei corsi d'acqua, nei laghi e negli oceani.

I rivenditori di fast fashion si sono fatti un nome dandoci la possibilità di acquistare capi a basso costo che sembrano abiti firmati a un prezzo quasi nullo. **Ma le loro tecniche stanno avendo un drastico impatto sul comportamento dei consumatori di tutto il mondo.** Incoraggiare i consumatori a cercare continue novità e gratificazioni immediate, grazie alla rapida produzione e al ricambio di capi di abbigliamento di tendenza a prezzi bassi. Questo porta a un aumento degli acquisti d'impulso e a una mentalità dell'usa e getta, con conseguenti consumi eccessivi e preoccupazioni ambientali. Inoltre, le strategie di marketing del fast fashion spesso sfruttano fattori psicologici, come la "paura di perdersi" e il confronto sociale, influenzando i consumatori ad acquistare sempre più spesso.

# FAST FASHION

V S

# SLOW FASHION



Cheap investment, becomes **expensive long-term**



**Unethical** exploitation of workforce, very low wages & bad conditions



Production with no regard towards environment, **high pollution & resource depletion**



**Quantity over Quality**

**Fast fashion** è un tipo di produzione di abbigliamento che prevede **la creazione di capi economici e di tendenza** ispirati alla moda delle passerelle o delle celebrità. Il processo mira a produrre rapidamente questi articoli e a renderli disponibili nei negozi di strada per soddisfare la domanda dei consumatori. L'obiettivo principale è quello **di offrire gli ultimi modelli mentre sono ancora popolari**, consentendo agli acquirenti di acquistarli e indossarli brevemente prima di smaltirli.

Higher investment, lasts for a **longer period of time (cheaper)**



**Ethical** employment with decent wages & working conditions



Optimal use of resources, circular production & business models, **reduced pollution**



**Quality over Quantity**



**Slow fashion** comprende un approccio alla moda che tiene conto dei processi e delle risorse necessarie per la realizzazione dei capi di abbigliamento. Si tratta di **acquistare capi di qualità migliore, che durino più a lungo**, e di dare valore al trattamento equo delle persone, degli animali e del pianeta. La **moda sostenibile** si occupa dell'uso di fibre provenienti da materiali organici, riciclati e riutilizzati.



# COME SCEGLIERE IL MATERIALE GIUSTO?

Il parametro ambientale **Made-By** per le fibre è stato sviluppato per confrontare l'impatto ambientale delle fibre più comunemente utilizzate nell'industria dell'abbigliamento. Il **Made-By Benchmark** classifica 28 fibre in base a sei criteri: emissioni di gas serra, tossicità per l'uomo, ecotossicità, energia, acqua e suolo.

Sulla base di questi parametri, ogni fibra viene classificata e inserita in una delle cinque classi, dalla Classe A alla Classe E.

## Classe A - Più sostenibile

Nylon riciclato  
meccanicamente

Poliestere riciclato  
meccanicamente

Lino biologico

Canapa biologica

Cotone riciclato

Lana riciclata



Fibre che non sono state classificate da questo studio, ma che hanno comunque un impatto molto elevato secondo altre ricerche:

Seta

Lana (Alpaca,  
Mohair, Cashmere)

Pelle

Acetato

Bambù naturale

## Class B- Sostenibile

Nylon riciclato  
chimicamente

Poliestere riciclato  
chimicamente

Lyocell di bambù  
(Monocel®)

Cotone organico

Lenzing Lyocell  
(TENCEL®)



## Class C- Media

Conventional linen  
Conventional Hemp  
PLA  
Ramie



## Class D- Problematica

Modal® Viscose  
Polyacrylic  
Virgin Polyester

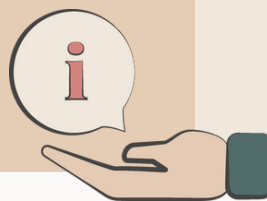


## Classe D- Molto Problematica

Viscosa di bambù  
Cotone convenzionale  
Rayon  
Viscosa generica  
Spandex (elastan)  
Nylon vergine  
lana



## EU Eco-Etichetta



La Commissione europea supervisiona l'etichettatura dei prodotti tessili e dell'abbigliamento nell'UE.

Sebbene vari da uno Stato membro all'altro, l'UE richiede solo che la composizione delle fibre sia riportata sull'etichetta. Le etichette per la cura, le taglie e il Paese d'origine sono solo consigliati.

Il marchio volontario Ecolabel UE può essere utilizzato con prodotti tessili, calzature e abbigliamento che:

- utilizzano una quantità minima di sostanze associate a danni per la salute e l'ambiente
- riducono l'inquinamento dell'acqua e dell'aria
- offrono una resistenza del colore al lavaggio, allo sfregamento, alla sudorazione e all'esposizione alla luce

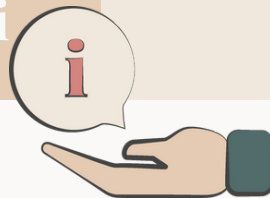


## I vantaggi di una corretta cura dei vestiti



- Durata di vita prolungata
- Risparmio sui costi personali
- Riduzione dei rifiuti tessili
- Incoraggiare la produzione di moda sostenibile
- Protezione dell'ambiente e conservazione delle risorse

# Come leggere le etichette dei vestiti



Lavaggio in lavatrice

## Lavaggio in lavatrice

Se vedete un'etichetta con un simbolo che raffigura un contenitore a tre lati con linee ondulate sulla parte superiore, potete tranquillamente lavare i vostri capi in lavatrice.



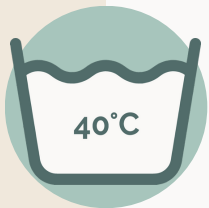
Lavaggio in lavatrice in  
Acqua Fredda (30°C)

Piccole aggiunte a questo simbolo indicano particolari dettagli di lavaggio:



Lavaggio in lavatrice,  
Pressatura Permanente

- **Una riga sotto:** utilizzare un ciclo di lavaggio a pressione permanente
- **Due linee sotto:** utilizzare un ciclo di lavaggio delicato
- **Un punto al centro:** lavare in acqua fredda (20-30°C)
- **Due punti al centro:** lavare in acqua calda
- **Tre punti al centro:** lavare in acqua calda
- **Un numero al centro:** lavare a quella temperatura (ad es. 40°C)



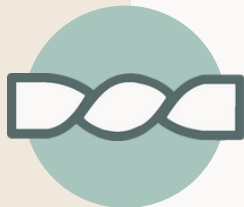
Acqua  
Temperatura 40°C



Lavaggio a mano

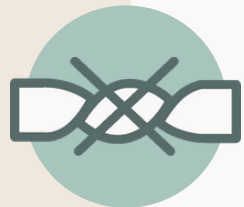
## Lavaggio a mano

Lo stesso simbolo a tre facce può anche essere accompagnato da una mano al centro, a indicare che l'indumento delicato deve essere lavato a mano.



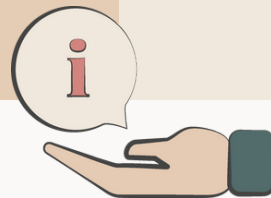
Strizzare

Per il lavaggio delle mani, si può vedere anche uno dei seguenti simboli:



Non strizzare

- **Indumento attorcigliato con una X in mezzo::** non strizzare
- **Indumento attorcigliato:** strizzatura okay



## Asciugatura



Asciugatura consentita



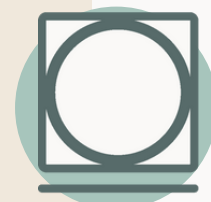
Asciugatura non consentita



Asciugare a bassa temperatura



Asciugare a alta temperatura



Pressatura Permanente/  
Sintetici



Delicati

Se al centro del simbolo dell'asciugatrice c'è una X, non asciugare il capo.

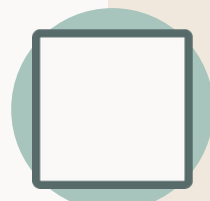
Può anche capitare di vedere solo un quadrato, senza cerchio al centro. Questo indica che si deve usare l'"asciugatura naturale", che è anche il metodo migliore per il nostro pianeta.

Anche in questo caso, potrebbero esserci più varianti di questo simbolo:

- **Curva a U in alto:** linea asciutta (+ linee diagonali per linea asciutta all'ombra)
- **Tre linee verticali:** drip dry - che significa asciugare profonda (+ linee diagonali per drip dry all'ombra)
- **Una linea verticale:** asciutto piatto (+ linee diagonali per asciutto piatto all'ombra)
- **Due linee diagonali nell'angolo sinistro:** asciugare all'ombra
- **Quadrato con una X in mezzo:** non asciugare

Il quadrato con il cerchio all'interno, e altre varianti, indicano che l'asciugatura in asciugatrice è possibile in alcune circostanze specifiche:

- **Cerchio all'interno del quadrato:** è possibile l'asciugatura in asciugatrice
- **Uno o tre punti al centro del cerchio:** indicano un'impostazione di calore basso o alto
- **Una linea sotto il quadrato:** impostazione di pressatura permanente (utilizzata per i tessuti sintetici)
- **Due linee sotto il quadrato:** pressatura delicata



Asciugatura naturale



Appendere per asciugare



Asciugatura a goccia

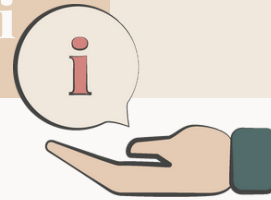


Asciugatura orizzontale



Asciugatura all'ombra

# Come leggere le etichette dei vestiti



Non Stirare

## Stiratura

Cercate il simbolo a forma di ferro e tutte le sue varianti:

- **Nessun punto:** è possibile utilizzare qualsiasi temperatura
- **Un punto:** utilizzare impostazioni a bassa temperatura (tessuti sintetici)
- **Due punti:** utilizzare impostazioni a media temperatura (lana o seta)
- **Tre punti:** impostazione ad alta temperatura (cotone o lino)
- **X al centro:** non stirare
- **Tre linee in basso:** stirare con vapore
- **X sopra le tre linee in basso:** non stirare a vapore



Stirare a bassa temperatura



Stirare a alta temperatura



Non vaporizzare



Lavaggio a mano

## Candeggio

La candeggina comporta l'uso di potenti sostanze chimiche che danneggiano l'ambiente. Si raccomanda di evitare l'uso della candeggina a meno che non ci sia un'altra possibilità.

Il candeggio è rappresentato da un triangolo e può presentarsi nelle seguenti varianti:

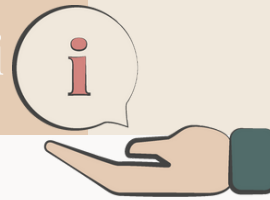
- **Triangolo:** Il candeggio è possibile
- **Triangolo barrato:** Non candeggiare
- **Triangolo a righe:** Solo candeggina senza



Non Candeggiare



Candeggiare



Non lavare

## Quando non dovete lavare i vestiti

Il simbolo del lavaggio con una X in mezzo indica un capo che non può essere lavato a mano o in lavatrice e deve essere portato in lavanderia.



Lavare a secco

## Lavaggio a secco

Il lavaggio a secco richiede anche di saper leggere le etichette dei vestiti. Eccone alcune che potreste vedere:



Non Lavare a secco

- **Un cerchio semplice:** lavare a secco
- **Un cerchio con una X in mezzo:** non lavare a secco
- **Un cerchio con una A al centro:** si può usare qualsiasi solvente
- **Un cerchio con una P al centro:** qualsiasi solvente tranne il tricloroetilene
- **Un cerchio con una F al centro:** solo solventi a base di petrolio.



Qualsiasi solvente



Qualsiasi solvente  
eccetto  
Tricloroetilene

**Lavate i vostri vestiti solo quando è veramente necessario!**



Solo solventi a base di  
petrolio

**Lavare troppo spesso i vestiti indebolisce gradualmente il tessuto fino a distruggerlo!**

# MOSTRATE AI VOSTRI VESTITI UN PO' DI AMORE

## Lavaggio

- 1. Seleziona la giusta temperatura.** L'acqua fredda è ideale per i tessuti delicati, i capi che potrebbero restringersi e i colori scuri sensibili che tendono a sbiancarsi. L'acqua fredda consente inoltre di risparmiare denaro riducendo il costo delle utenze. L'acqua calda è adatta per gli indumenti leggermente sporchi e per i tessuti fatti dall'uomo.
- 2. Cattura rapidamente le macchie.** Il segreto per una rimozione efficace delle macchie è agire rapidamente. Appena possibile dopo la comparsa delle macchie, sciacquate o immergete l'indumento in acqua fredda, applicate uno smacchiatore e mettetelo in lavatrice.
- 3. Etichette per la manutenzione** vi guiderà nelle migliori opzioni di lavaggio per i vostri capi.
- 4. Evitare il restringimento e l'allungamento.** I motivi per cui i vestiti si restringono e si allungano sono diversi, dal contenuto di fibre e dal tipo di tessitura al modo in cui vengono lavati o puliti.

## Riparazione

Imparate a riparare i vostri vestiti per diventare più sostenibili. Le abilità cruciali quando si tratta di riparare i vestiti sono:

1. Cucire un bottone
2. Fissare un orlo
3. Riattaccare un cinturino
4. Rammendo invisibile/visibile

## Asciugatura ad aria esterna

Per molte famiglie, l'asciugatrice è il **secondo elettrodomestico che consuma più energia**, subito dopo il frigorifero. Tuttavia, semplicemente passando **dall'uso dell'asciugatrice all'asciugatura all'aria dei vestiti dopo averli lavati**, potreste ridurre l'impronta di carbonio della vostra casa di 2.400 libbre all'anno.

Non solo l'asciugatura all'aperto fa **risparmiare elettricità e riduce i costi energetici della casa**, ma evita anche l'usura dei vestiti causata dal calore dell'asciugatrice.

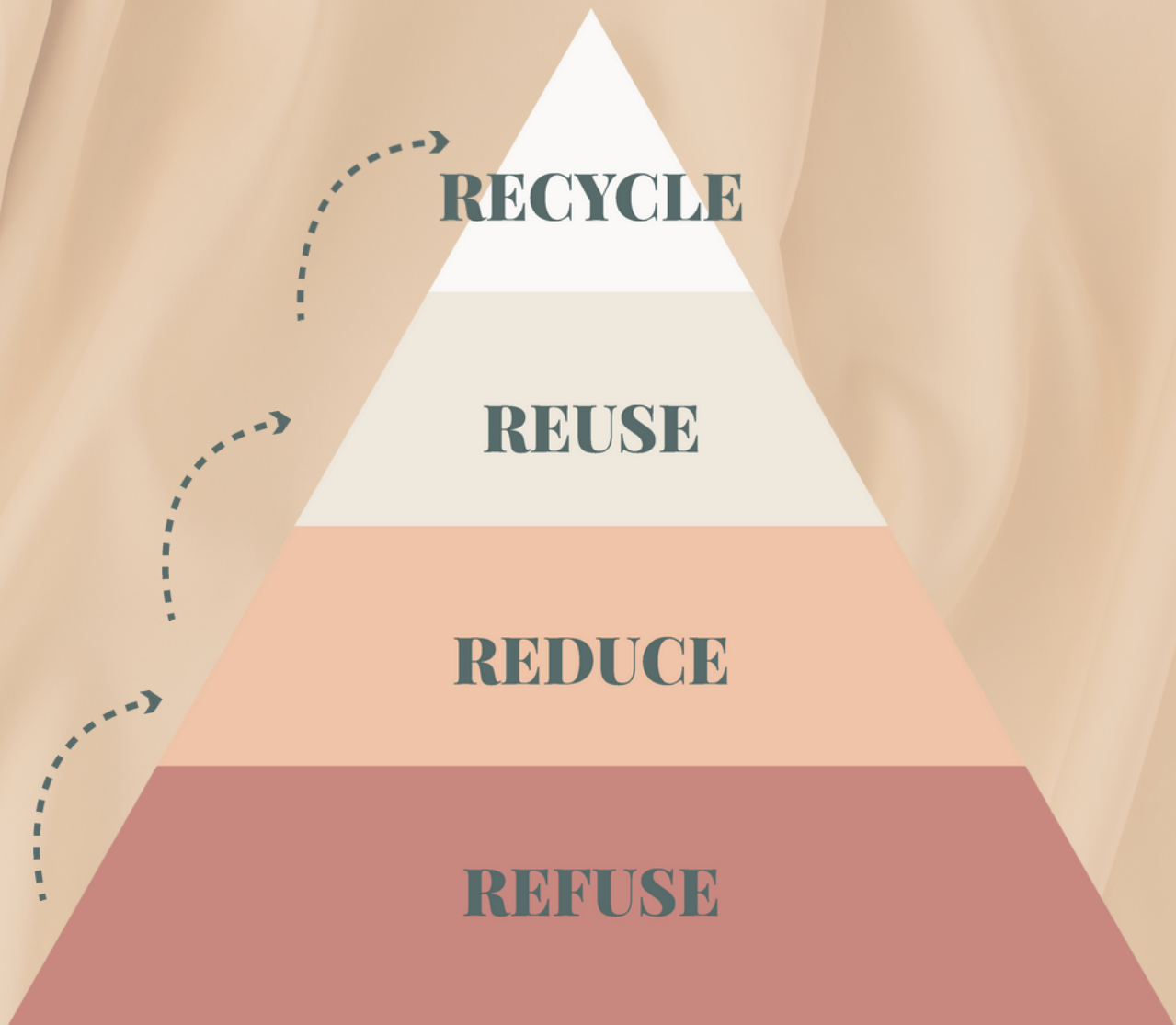
1. Risparmia sulle bollette
2. Migliora la freschezza di vestiti e lenzuola
3. Aiuta a rimuovere gli odori forti dai vestiti

## Asciugatura ad aria interna

1. Mettete i vostri vestiti in una **centrifuga extra**
2. Usate un **deumidificatore**
3. Tirate fuori il **ventilatore da tavolo**
4. Creare un **bozzolo riscaldato** usando il termosifone e un lenzuolo a pieghie
5. Asciugate i vestiti con l'**asciugamano** prima di appenderli
6. Usate le **grucce** su un'asciugatrice o un **appendiabiti** per creare un flusso d'aria migliore.
7. Munitevi di un **filo retrattile o di un'asciugatrice a carrucola**



## Le 4 "R" della Sostenibilità



Questi principi agiscono come una bussola, guidandoci verso **un rapporto più responsabile e consapevole con la moda**. Comprendendo il loro significato e incorporandoli nelle nostre scelte, diventiamo sostenitori di un futuro più luminoso, più verde e più elegante. Ricordate, **l'ordine delle 4 R nella moda sostenibile è voluto e di grande impatto**.

# Le 4 "R" della Sostenibilità

1

## RIFIUTARE

È qui che inizia il vero impatto. Rifiutando la cultura dell'usa e getta del fast fashion e **dicendo no al consumo eccessivo**, inviate un messaggio forte. State sostenendo la qualità piuttosto che la quantità.

2

## RIDURRE

Snellire il guardaroba e concentrarsi su capi versatili. Quando riduciamo gli acquisti di abbigliamento, **riduciamo la domanda di produzione eccessiva**, con conseguente riduzione del consumo di risorse e della produzione di rifiuti.

3

## RIUTILIZZARE

Prolungate la vita dei vostri capi grazie alla creatività e alla cura. Mescolare, riciclare e riparare può dare nuova vita ai vostri indumenti. Ogni volta che scegliete di riutilizzare, **contribuite a ridurre i rifiuti nelle discariche**.

4

## RICICLARE

Il riciclaggio è fondamentale, ma non è una soluzione magica. La trasformazione dei materiali **richiede energia e risorse**. Anche se il riciclaggio ha il suo posto, è importante **dare priorità alle fasi precedenti**. Il rifiuto e la riduzione hanno un impatto più diretto sulla riduzione dell'impronta di carbonio e dei rifiuti.

# 1. RIFIUTARE

Rifiutare il fast fashion è una scelta consapevole per evitare di acquistare articoli prodotti in modo rapido ed economico, molto spesso a spese dell'ambiente e delle persone coinvolte nel processo produttivo. Scegliendo di rifiutare questo settore, i consumatori possono optare per alternative più etiche e sostenibili, come articoli realizzati con materiali ecologici o di seconda mano. Ciò può contribuire a ridurre l'impatto negativo dell'industria della moda sull'ambiente e sulla società, promuovendo al contempo un approccio più consapevole e responsabile al consumo.

## ELENCO DEI PEGGIORI COLPEVOLI



**H&M** è stata accusata di greenwashing dai critici che sostengono che le iniziative di sostenibilità intraprese dall'azienda non sono così complete come dichiarato. Si ritiene che l'attenzione rimanga concentrata sul fast fashion e che la ragione principale dietro queste iniziative sia il marketing.

The logo for Primark, consisting of the word 'PRIMARK' in white, uppercase letters on a blue rectangular background.

PRIMARK

**PRIMARK**, accusata anche di greenwashing, si ritiene che si affidi pesantemente alla produzione a basso costo e alla fast fashion, contribuendo ai maggiori sprechi tessili e allo sfruttamento dei lavoratori nei Paesi in via di sviluppo. Inoltre, è stata accusata di non essere trasparente riguardo al suo impatto ambientale e sociale.

The logo for SHEIN, featuring the word 'SHEIN' in white, uppercase letters on a black rectangular background.

SHEIN

**SHEIN** è stata accusata di non essere trasparente e di utilizzare pratiche di produzione non etiche che portano al degrado ambientale e allo sfruttamento del lavoro. Inoltre, è stato accusato di affermare falsamente di essere un marchio etico e sostenibile.

The logo for Fashion Nova, with the words 'FASHION NOVA' in black, uppercase letters on a white rectangular background.

FASHION NOVA

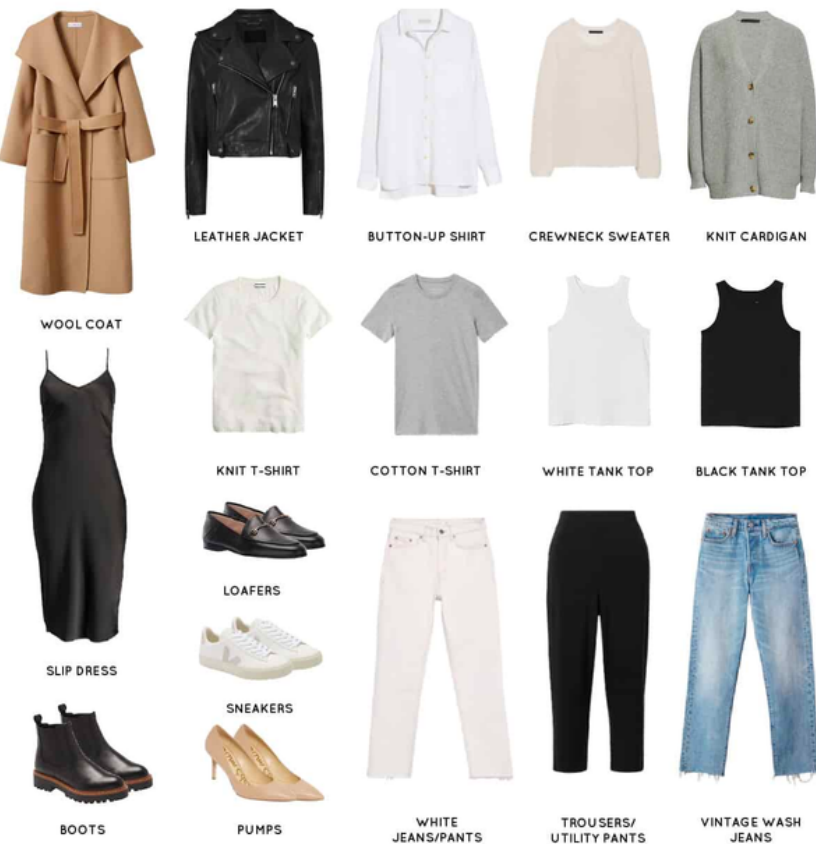
**FASHION NOVA** ha subito critiche anche per il greenwashing. Sebbene l'azienda abbia compiuto alcuni sforzi, come l'introduzione di una collezione di capi di abbigliamento ecologici e l'impegno a ridurre i rifiuti nella sua catena di approvvigionamento, i critici sostengono che queste iniziative sono inadeguate e non affrontano i problemi fondamentali associati al fast fashion..



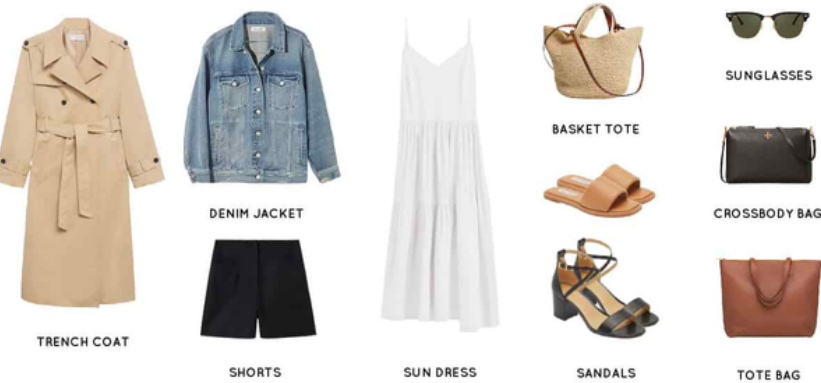
## 2. RIDURRE

### chic & effortless MINIMALIST CAPSULE WARDROBE

#### the basics



#### seasonal swaps & accessories



styleyouroccasion.com

## Guardate nel vostro armadio!

Potete creare nuovi outfit con gli abiti che possedete e acquistare capi che si abbinino agli abiti esistenti.

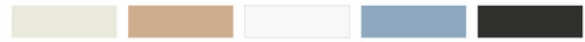
Utilizzate i vostri capi preferiti per sviluppare un guardaroba di base funzionale e acquistate solo capi con cui potete creare almeno 3 outfit diversi.

## Armadio-capsula

= "pratica di ridurre il guardaroba a capi essenziali (abiti che si adattano allo stile di vita e al corpo), che possono essere indossati in modo funzionale, quindi fare acquisti meno frequenti e più consapevoli".

## Consigli & Trucchi

- Acquistate capi di buona qualità, senza tempo, che potrete indossare a lungo.
- Aggiungete a questi capi dei pezzi di spicco, in modo da creare un guardaroba con il vostro stile.
- Gli accessori sono molto utili
- Scegliete strati e tessuti diversi da combinare



## WINTER 2022 CAPSULE WARDROBE



- Scegliete i formati e le vestibilità più adatte alla vostra forma del corpo.
- Scegliete una combinazione di colori che vi piaccia e vi soddisfi e seguitemela! Incorporate pezzi neutri che potete abbinare a tutto e assicuratevi che la maggior parte dei colori che scegliete funzionino bene insieme.
- È possibile avere una capsula per la stagione fredda e una per la stagione calda.

# 48-formula del guardaroba a capsule per tutto l'anno:

## Parte superiore



- T-shirt di base x3 (nero, bianco, neutro)
- Canottiere x2 (neutre, bianche/nere)
- Top di tendenza (t-shirt/camicia dello stile prescelto)
- Camicie x2
- Dolcevita a maniche lunghe x 2
- Felpa con cappuccio
- Felpe x2 (nere, bianche/neutre)
- Maglioni di base (nero, neutro)
- Maglione a maglia grossa

## Parte inferiore



- Pantaloni eleganti x2 (neutri, navy/nero)
- Pantaloni di tendenza (pelle, stampa, vestibilità funky, colore audace, tessuto audace)
- Jeans x3 (blu, nero/grigio, bianco/crema)
- Pantaloncini x 2 (denim, lino)
- Pantaloni da ginnastica
- Leggings/pantaloncini da motociclista
- Gonna classica (gonna a matita, boucle)
- Gonna estiva
- Gonna in denim

## Abiti



- Abiti
- Abito nero
- Abiti estivi x2 (semplici, stampati)
- Abito elegante/da festa

## cappotti

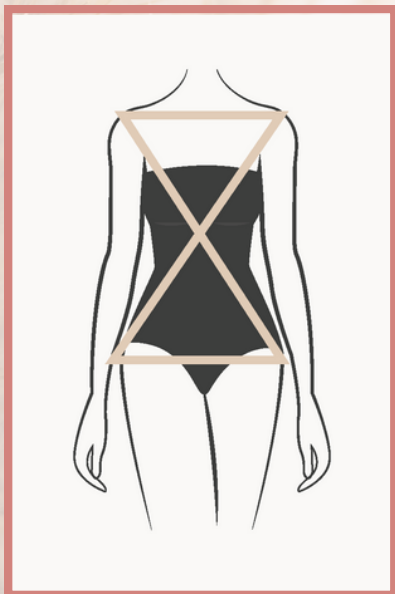


- Trench
- Giubbotto di jeans/maglietta di jeans
- Cappottino/parka
- Cardigan (lungi e corti)
- Blazer senza tempo x2 (da abbinare a pantaloni eleganti)
- Cappotto lungo
- Cappotto elegante

## Borse & Scarpe



- Scarpe da ginnastica bianche
- Scarpe eleganti (tacchi)
- Stivaletti (marrone, nero)
- Sandali
- Borsa tote per tutti i giorni
- Pochette elegante
- Borsa di rappresentanza
- Scarpe di tendenza



## VESTIRSI IN BASE AL PROPRIO CORPO

### - A CLESSIDRA

#### Caratteristiche:

- spalle arrotondate
- busto e fianchi sono di solito della stessa larghezza - vita piccola e definita - fianchi e fondo arrotondati - cosce più grandi
- aspetto sinuoso
- gli aumenti di peso si manifestano solitamente nella parte superiore del corpo

#### Obiettivi di stile:

- seguire la silhouette naturale e mantenere le proporzioni del corpo vestendo la parte superiore e inferiore in modo proporzionato e non accentuando i fianchi o le spalle
- far risaltare le proporzioni naturali del corpo enfatizzando il punto vita
- scegliere indumenti non ingombranti e non complicati per non intasare la silhouette.



#### COSA FARE:

- Scollature basse e arrotondate (come lo scollo a cuore o a V)
- Maniche aderenti
- Accentuare il punto vita con le cinture
- Modelli aderenti
- Cercate i modelli a portafoglio
- Pantaloni e jeans a vita alta
- Pantaloni e gonne affusolati
- Abiti con cinture o cinturoni
- Gonne voluminose che partono dalla vita
- Tagli complessivamente semplici

#### COSA NON FARE:

- Tagli dritti e silhouette squadrate nascondono il punto vita.
- Capi larghi e poco voluminosi e accessori che distraggono.
- Scollature alte, strette, impreziosite o ampie (come lo scollo a barca)
- Maniche larghe
- Pantaloni e jeans a vita bassa
- Top e abiti a vita bassa



L'acquisto di capi che si adattano alla corporatura individuale porta a una minore necessità di acquisti e a una maggiore durata degli indumenti!

# ROTONDA/A MELA

## Caratteristiche:

- la linea delle spalle è più ampia della linea dei fianchi - busto medio o ampio
- mezzo busto più pieno con un punto vita ridotto o assente - fianchi stretti con un fondo più piatto - gambe snelle
- i pesi sono di solito visibili nella zona del busto/stomaco

## Obiettivi di stile:

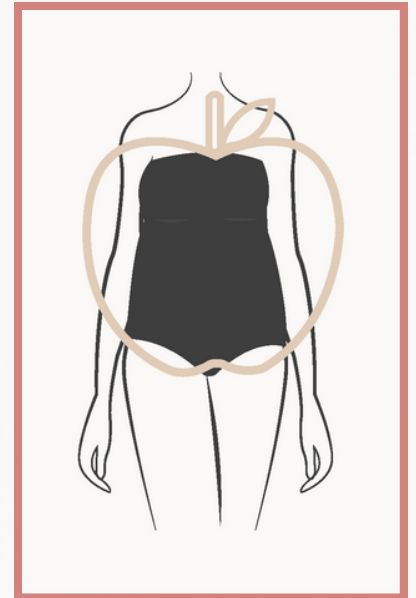
- Distogliere l'attenzione dalla linea mediana mettendo in risalto le parti migliori: gambe e busto.
- Creare l'illusione di un girovita definito e più stretto grazie alla vestibilità dei capi di abbigliamento
- Aggiungere curve e pienezza alla parte inferiore del corpo

## COSA FARE

- Indossate abiti scuri in vita, come una cintura scura.
- Il seno è sollevato e la vita sembra più sottile quando si indossano abiti che sfiorano il punto vita ma che si fermano appena sotto il seno
- Le scollature devono spezzare verticalmente la linea del torace: optate per scollature ampie e basse.
- Scollature con abbellimenti e dettagli
- Maniche svasate, ampie, a cappuccio, a polsino e a drappo
- Top fluidi e cardigan drappeggiati
- Pantaloni a vita bassa e media con un po' di svasatura

## COSA NON FARE:

- Caratteristiche come i colori vivaci e gli accenti orizzontali attirano l'attenzione e allargano il punto vita.
- Dettagli sul busto, sul décolleté e sui fianchi. Dettagli sulla parte superiore e inferiore del corpo.
- Scollo stretto e alto
- Maniche aderenti
- Crop top o top aderenti
- Camicie infilate nei pantaloni
- Giacche a doppio petto
- Pantaloni a vita alta e affusolati
- Jeans skinny
- Gonne e abiti a strati
- Abiti aderenti





# A TRIANGOLO INVERTITO/ A MELA

## Caratteristiche:

- La linea delle spalle è ovviamente più larga di quella dei fianchi - spalle dritte e squadrate
- Il busto può variare da piccolo a grande - aspetto appesantito dal top
- Linea dei fianchi dritta e fondo più piatto - gambe lunghe e sottili
- Fisico atletico
- L'aumento di peso si manifesta solitamente nella parte superiore del corpo

## Obiettivi di stile:

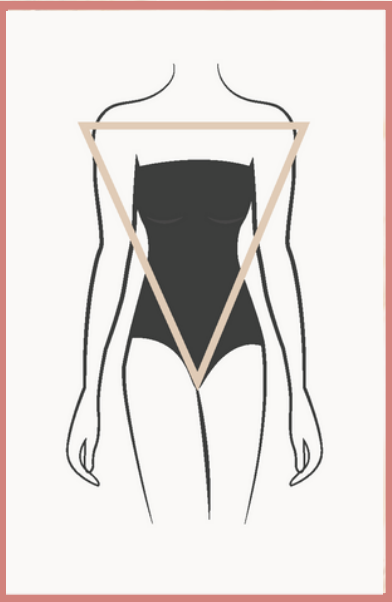
- Bilanciare le spalle, il petto e la schiena più ampi, riducendoli ed enfatizzando la parte inferiore.
- Aggiungere curve e volume ai fianchi e alla parte inferiore del corpo, creando un punto vita più definito.

## COSA FARE:

- Ammorbidite la linea ampia delle spalle con tessuti morbidi, drappeggiati e pesanti.
- Mantenere la parte superiore semplice
- Scollatura sottile, lunga, profonda e stretta
- Stili asimmetrici soprattutto nella parte superiore
- Maniche aderenti se corte, maniche svasate se lunghe (a campana, a kimono e a pipistrello)
- Spalline larghe
- Il colore più scuro in alto e quello più chiaro in basso
- Giacche con tasche e dettagli sotto la vita
- Pantaloni larghi e svasati
- Gonne più ampie
- Dettagli e accessori che definiscono la vita

## COSA NON FARE:

- Scollature ampie e basse, come lo scollo a barca o dritto
- Dettagli e abbellimenti del top
- Maniche corte e ampie, come le maniche a sbuffo
- Colletti grandi ed evidenti
- Crop top
- Maglieria grossa
- Giacche a doppio petto
- Pantaloni skinny fit
- Gonne e pantaloncini aderenti
- Abiti aderenti nella parte inferiore
- Fantasie grandi e audaci sulla parte superiore



# A TRIANGOLO/ A PERA

## Caratteristiche:

- Le spalle sono inclinate e più strette dei fianchi
- La parte superiore del corpo/il busto sono più piccoli
- Fianchi e/o cosce piene
- Vita definita
- Gambe più grandi, piene e muscolose
- L'aumento di peso si manifesta nella zona dei fianchi

## Obiettivi di stile:

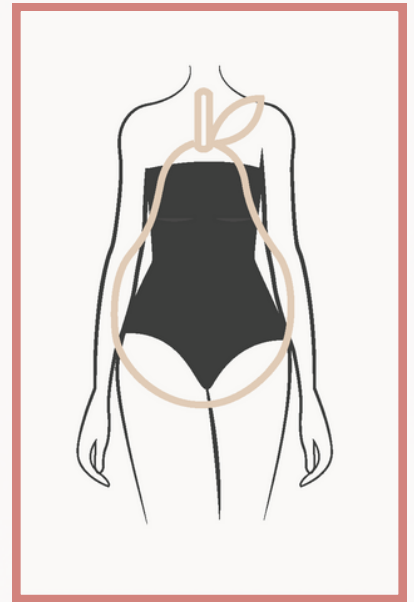
- Distogliere l'attenzione dai fianchi larghi per concentrarla sulla parte superiore del corpo e sul punto vita definito.
- Enfatizzare il punto vita e minimizzare la parte inferiore del corpo, dando al contempo alla parte superiore del corpo un aspetto di volume.

## COSA FARE:

- Vestitevi con colori scuri nella parte inferiore
- Cercate scollature più ampie come quelle a barca, quadrate, fuori spalla o a cappuccio
- I top/scollature impreziositi sono adatti se in alto
- Modelli a maniche corte strutturati e voluminosi (maniche a pipistrello, a campana, a sbuffo, a svolazzo)
- Modelli a maniche lunghe magri e affusolati
- Optare per pantaloni a vita alta con taglio svasato, dritto o bootcut
- Indossare gonne a vita alta e dalla linea ad A, a tulipano o a pieghé.
- Indossare abiti con vita aderente e fondo voluminoso.

## COSA NON FARE:

- Indossare pantaloni skinny, affusolati e aderenti.
- Indossare slip con abbellimenti, molti dettagli e/o colori e fantasie vivaci.
- Indossare scollature strette e profonde
- Indossare cappotti, top e maglioni che superino la linea dei fianchi in lunghezza
- Indossare top strutturati a maniche lunghe
- Indossare abiti dal taglio dritto e dal tessuto pesante
- Indossare pantaloncini, pantaloni o gonne a vita bassa
- Indossare gonne troppo ampie o con pesanti dettagli orizzontali.



# A RETTANGOLO

## Caratteristiche:

- Linea dritta delle spalle e della cassa toracica
- Seno e fianchi sono più o meno della stessa larghezza
- Poca o nessuna definizione della vita
- Poche curve in tutto il corpo
- Aumenti di peso uniformemente distribuiti
- Una struttura atletica è frequente

## Obiettivi di stile:

- Aggiungere dimensione alla struttura del corpo spezzando la silhouette dritta e creando curve sia nella parte superiore che inferiore del corpo.
- Definire il punto vita

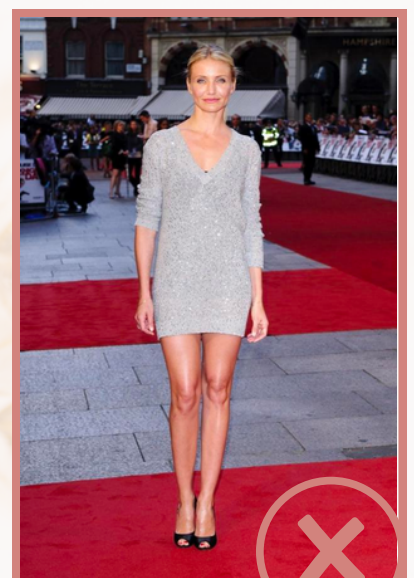
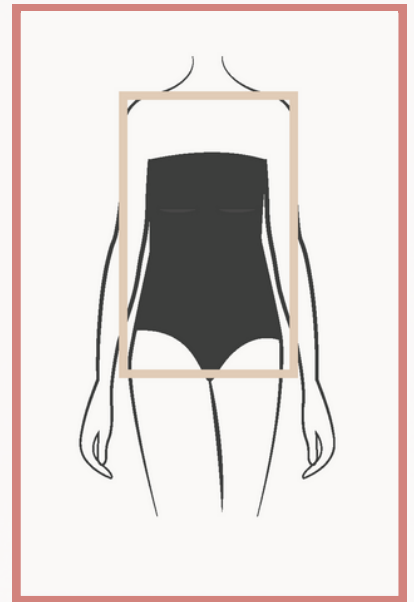
## COSA FARE:

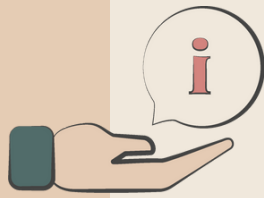
Le scollature rotonde, come le scollature a palloncino o le scollature gioiello, sono ideali per aggiungere curve.

- Le scollature più basse e ampie, che allungano visibilmente le spalle e il torace, sono quelle a V larga, a fessura, a cucchiaio e a cuore.
- Attrarre l'attenzione visiva sulla parte superiore attraverso abbellimenti o maniche ampie e sciolte (a sbuffo, a polsino, a sbuffo, svasate).
- Definire la vita con un top a portafoglio o una cintura in vita
- Cercare top e cappotti più lunghi (sotto la linea di cintura)
- Pantaloni a vita bassa e media
- Cercare slip con abbellimenti/fantasie
- Abiti definiti in vita

## COSA NON FARE:

- Scegliere scollature dritte e poco profonde, come lo scollo a barca.
- Indossare top o cappotti sopra la vita
- Indossare maniche aderenti
- I modelli larghi non si adattano bene
- Scegliere pantaloni dritti e aderenti o jeans troppo larghi.
- Le gonne ad A angolari e le gonne molto ampie non sono un buon abbinamento.
- Abiti dal taglio dritto e squadrato
- Non infilare i top negli slip
- Non indossate abiti troppo grandi e senza forma
- Non indossate colori e fantasie vivaci intorno alla vita.





## QUALITÀ > QUANTITÀ: Come riconoscere una buona qualità



### TESSUTO

Il tipo di tessuto utilizzato per l'abbigliamento può essere un buon indicatore di qualità. L'abbigliamento di alta qualità tende a utilizzare fibre naturali come il cotone, la seta, la lana o il lino, che sono resistenti e traspiranti. I tessuti sintetici come il poliestere o il nylon sono più economici ma meno resistenti.

### CONSTRUZIONI

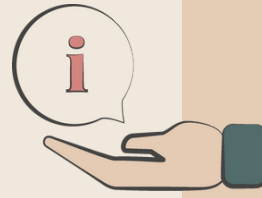
Il modo in cui l'abbigliamento è costruito è un buon indicatore di qualità. Cercate cuciture uniformi, senza fili allentati o bordi sfilacciati. Controllate che le cuciture siano dritte e che i bottoni siano cuciti accuratamente.



### VESTIBILITÀ

I capi di abbigliamento di buona qualità devono calzare bene ed essere comodi da indossare. Controllate che l'abbigliamento sia della taglia giusta per voi e che sia ben drappeggiato sul vostro corpo. Una buona vestibilità **abbraccia sempre il vostro corpo e le vostre curve naturali in modo confortevole.**

# QUALITÀ > QUANTITÀ: Come riconoscere una buona qualità



## FINITURA

I dettagli di finitura dei capi di abbigliamento sono indice di qualità. Cercate dettagli come fodere, orlature, impunture e fodere, che possono aumentare la resistenza e la longevità dei capi.

## REPUTAZIONE DEL BRAND

Alcuni marchi sono noti per la loro qualità e si sono costruiti una reputazione nel corso del tempo. I capi di abbigliamento costosi e di alta qualità sono solitamente più pesanti del previsto.

**D&G**  
DOCE-GABBANA

**F**  
**FENDI**

**BURBERRY**  
LONDON ENGLAND

**GUCCI**

**LV**  
LOUIS VUITTON

**VERSACE**



## PREZZO

Il prezzo non è sempre un indicatore affidabile della qualità, ma può essere una buona indicazione. In generale, l'abbigliamento di alta qualità tende a essere più costoso di quello di qualità inferiore. Se un prezzo sembra troppo alto per essere vero, è probabile che l'abbigliamento sia di qualità inferiore.



### 3. RIUTILIZZARE

#### Di seconda mano

L'acquisto di abiti di seconda mano **prolunga la durata di vita dei capi**, evitando che finiscano in discarica. Inoltre, diminuisce la domanda di nuova produzione. È più conveniente e si possono trovare tesori unici!

#### Riutilizzo creativo

= il processo di **trasformazione di capi vecchi o inutilizzati in nuovi pezzi**, attraverso varie tecniche come il piecing, il quilting, il candeggio, il ricamo, la tintura, il patchwork ecc.

#### Ripristino

Il repurposing (riutilizzo) si differenzia dall'upcycling (riciclaggio) perché **si concentra sull'adattamento dell'indumento originale** per adattarlo a una nuova funzione o a un nuovo stile, anziché trasformarlo completamente in qualcosa di diverso. È un modo per sfruttare al meglio ciò che già si possiede.

# Patchwork



# Ricostruzione



# Sbiancamento



# Ricamo

# Riutilizzo



# Tintura

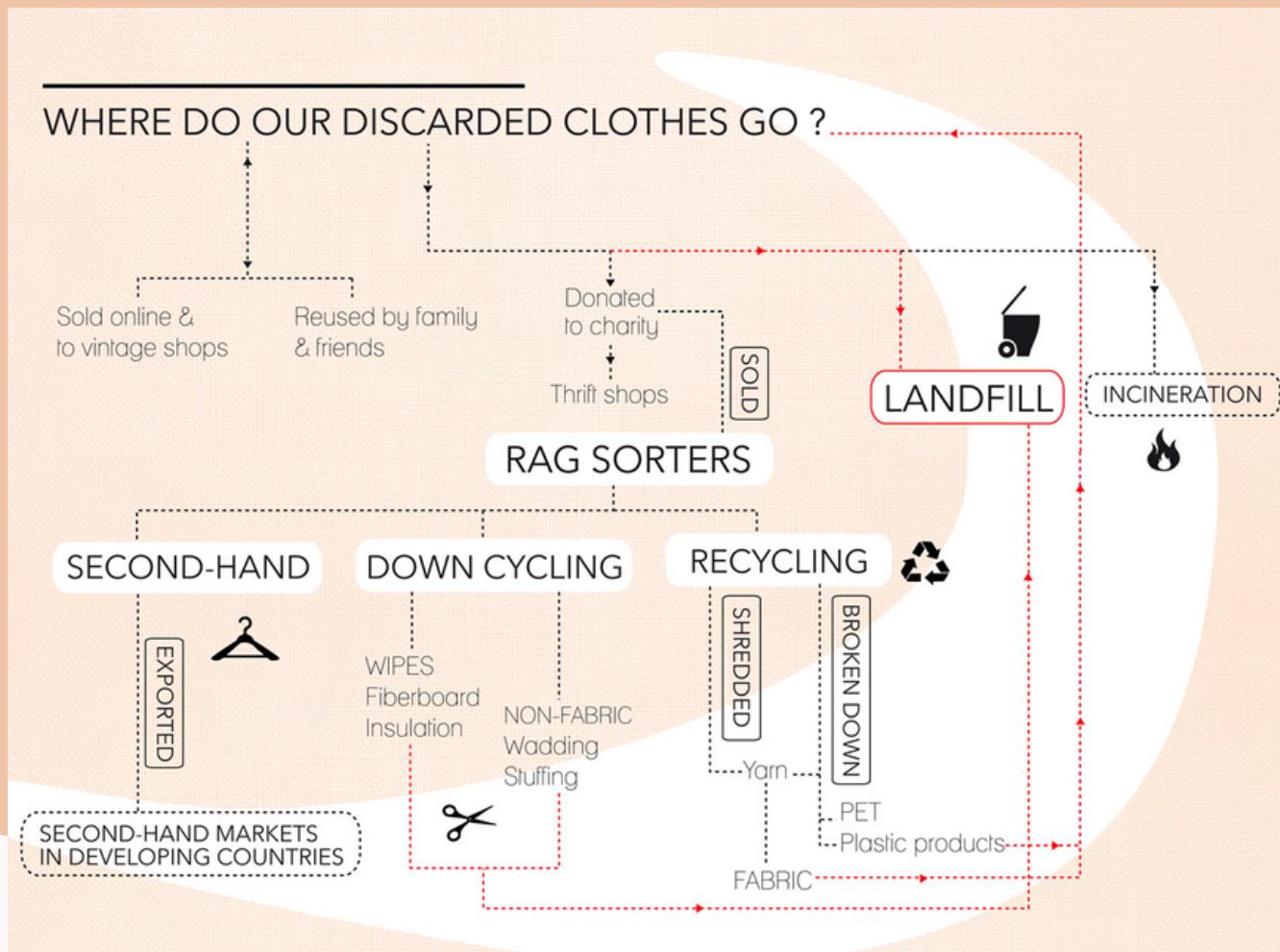


# Trapuntatura

An old stained T-Shirt Resurrected with herbal Madder and Indigo dye with Bullseye Tie-Dye technique.



## 4. RICICLO



### Perché il riciclaggio non è così efficace come si pensa

Il riciclaggio è solo l'ultimo passo per ridurre l'impatto negativo dell'industria della moda:

- richiede un'infrastruttura aggiornata, che non esiste ovunque;
- richiede il consumo di energia e di altre risorse;
- non sempre è possibile ottenere materiali di buona qualità alla fine del processo.



## Come si riciclano i tessuti naturali

- vengono selezionati per colore e materiale;
- i tessuti vengono poi trasformati in fibre o triturati;
- a seconda dell'uso finale del filato, possono essere aggiunte altre fibre;
- il filato viene poi pulito e filato. Il filato viene poi rilavorato, pronto per essere successivamente utilizzato per la tessitura o la maglieria.



## Come vengono riciclati i tessuti sintetici

- Le cerniere e i bottoni vengono rimossi e i tessuti vengono tagliati in pezzi più piccoli;
- I tessuti sminuzzati vengono granulati e modellati in pellet;
- Questi vengono poi fusi e utilizzati per creare fibre che possono essere utilizzate per produrre nuovi tessuti in poliestere!

## CONSIGLI PER IL RICICLO

Non lasciate che i vostri vestiti vadano sprecati! Fate una scelta sostenibile e riducete il vostro impatto ambientale.

### Cosa potete fare?

- **Investite in abbigliamento sostenibile:** scegliete prodotti responsabili ed etici, progettati per durare più a lungo!
- **Prendetevi cura dei propri vestiti,** rispettate le regole di lavaggio!
- Selezionate i capi che non usate più e trovate il modo più adatto per metterli in circolazione: **donateli**, **scambiateli** con altre persone o **trasformateli** in modo creativo!
- Potete anche utilizzare **un'infrastruttura di riciclaggio degli indumenti** esistente nelle vicinanze!
- Incoraggiate gli altri e diffondete la **consapevolezza** dell'importanza della sostenibilità!
- Partecipate alle iniziative locali, nazionali o europee per **ridurre gli sprechi!**

# RICICLO DI VESTITI IN ITALIA

Negli ultimi anni in Italia sono stati prodotti 150 chilotoni di rifiuti tessili, che equivalgono a circa **25 kg per abitante**, pari a circa 50 capi di abbigliamento.

**Gli abiti vecchi vengono raccolti attraverso appositi cassonetti da aziende iscritte all'albo dei gestori ambientali.**

Tutto questo avviene in sinergia tra l'ANCI (Associazione Nazionale Comuni Italiani) e il CONAU, l'Associazione Nazionale Abiti e Accessori Usati.

Circa il **29% degli abiti gettati nei cassonetti delle città italiane viene riciclato**. La destinazione principale, secondo il rapporto analizzato, riguarda i panni industriali e le imbottiture. A questo si aggiunge lo sfilacciamento, che è l'attività di base per il riciclo degli indumenti.

**Il 68% dei rifiuti tessili urbani italiani è destinato al riutilizzo.**

Viene quindi commercializzato per essere riutilizzato nei mercati esteri. Prima di questa fase ci sono tre passaggi per rendere gli abiti adatti al riutilizzo, nello specifico:

- **Primo passaggio** tra gli articoli destinati al riutilizzo o al riciclaggio, seguita da una selezione per tipo di articolo,
- **Secondo passaggio manuale** per separare i capi in base alla qualità e creare il più possibile valore aggiunto;
- **Igiene degli indumenti** secondo la legge per consentire la loro commercializzazione.

Solo il 3% dei rifiuti tessili deve essere smaltito attraverso la raccolta indifferenziata.

# RICICLO DI VESTITI IN GRECIA

Negli ultimi anni, la Grecia ha compiuto sforzi significativi nel riciclaggio di fibre e vestiti. Ecco una panoramica della situazione del riciclaggio in Grecia fino ad oggi:

- **Infrastrutture di riciclaggio:** La Grecia ha migliorato costantemente le sue infrastrutture di riciclaggio e i suoi sistemi di gestione dei rifiuti, comprese le iniziative per affrontare il problema dei rifiuti tessili. In tutto il Paese sono stati istituiti centri di riciclaggio e punti di raccolta per raccogliere tessuti, fibre e vestiti da riciclare.
- **Organizzazioni per il riciclo dei tessuti:** Diverse organizzazioni ed enti non governativi stavano lavorando a progetti di riciclaggio dei tessuti in Grecia. Si sono concentrati sulla raccolta, lo smistamento e il trattamento di tessuti vecchi e usati, sottraendoli alle discariche.
- **Donazione di vestiti:** Oltre al riciclaggio, la donazione di vestiti ha svolto un ruolo significativo nella gestione dei rifiuti tessili. Gli enti di beneficenza e i centri di donazione hanno incoraggiato le persone a donare i loro vecchi abiti per riutilizzarli o ridistribuirli a chi ne ha bisogno.
- **Sensibilizzazione ed educazione:** Il governo greco, insieme alle organizzazioni ambientaliste, ha lavorato per sensibilizzare l'opinione pubblica sull'importanza del riciclo dei tessuti e delle pratiche di moda sostenibili. Sono state lanciate campagne educative per informare i cittadini sull'impatto ambientale dei rifiuti tessili e sui modi per ridurli.
- **Iniziative di economia circolare:** La Grecia stava anche esplorando i concetti di economia circolare per ridurre al minimo la produzione di rifiuti e promuovere un'industria della moda più sostenibile. Si trattava di iniziative volte a prolungare la durata di vita dei tessuti attraverso la riparazione, l'upcycling e la rimessa a nuovo.

## RICICLO DI VESTITI IN ROMANIA

In Romania, le questioni relative ai rifiuti tessili sono regolate dalla GEO 92/2021, che impone misure per prevenire la produzione di rifiuti, **incoraggiare il riutilizzo dei prodotti e istituire schemi per promuovere le attività di riparazione e riutilizzo dei prodotti tessili**. L'attuazione della raccolta differenziata diventa obbligatoria entro il 1° gennaio 2025. Le autorità pubbliche forniranno le strutture necessarie per la raccolta differenziata dei rifiuti tessili, dotandole di contenitori specifici per ogni tipo di rifiuto, al fine di **offrire alla popolazione la possibilità di smaltire gratuitamente i rifiuti tessili**.

In assenza di un sistema formale di raccolta dei rifiuti tessili e di investimenti in tecnologie di riciclaggio, la maggior parte dei rifiuti tessili finisce in discarica o viene recuperata per ricavarne energia attraverso l'incenerimento nei cementifici. Sono poche le fabbriche che riescono a trasformare i tessuti in pile o imbottiture. **MINET SA è l'unico riciclatore autorizzato di rifiuti tessili**. I recenti investimenti tecnologici consentono di riciclare una gamma molto ampia e diversificata di rifiuti tessili, concentrandosi sui rifiuti post-industriali.

Negli ultimi anni sono aumentate le iniziative per garantire il riutilizzo dei tessuti, con la creazione di reti informali di raccolta **Caritas nelle principali città per smistare gli abiti e donarli in beneficenza**. Diverse iniziative private incoraggiano la vendita di abiti di seconda mano, lo scambio di vestiti o l'upcycling di vecchi abiti.

## RICICLO DI VESTITI IN SLOVENIA

Nel 2021 in Slovenia sono state generate circa 10.000 tonnellate di rifiuti tessili. Altre 3.000 tonnellate sono state importate e 4.000 esportate. Meno del 2% dei rifiuti tessili è stato trasferito in discarica, per la maggior parte si tratta di fibre tessili trattate. **La Slovenia ha riciclato quasi due terzi dei rifiuti tessili, producendo 6.000 tonnellate di materiali utilizzabili come tessuti, pelli e fibre** varie usate come materiali isolanti, rivestimenti per pavimenti e nell'industria dell'abbigliamento.

La Slovenia dispone di una **buona infrastruttura di impianti di riciclaggio dei tessuti**. In questi centri di raccolta, i prodotti tessili vengono prima separati in base alla loro composizione e condizione. Gli indumenti indossabili in buone condizioni vengono spesso donati a enti di beneficenza e a persone bisognose. I tessuti inutilizzabili vengono trasformati in fibre riciclate che vengono poi riutilizzate nella moda e in altri settori. Negli ultimi 10 anni in Slovenia si è registrato un aumento del riciclo dei rifiuti, ma c'è ancora spazio per migliorare la gestione dei rifiuti tessili. Se è vero che in Slovenia molti tessuti vengono portati nei cassonetti, scambiati nelle borse tessili, donati a cause umanitarie e venduti ai negozi di abbigliamento di seconda mano, è anche vero che molti di essi finiscono ancora nei cassonetti dei rifiuti urbani misti (RSU), nelle discariche e negli inceneritori.

La Slovenia utilizza anche **alternative allo smaltimento** dei tessuti a un livello micro. Gli indumenti in buone condizioni vengono spesso **donati a enti di beneficenza o a persone bisognose** anche dalle famiglie. Ci sono **molti contenitori "Humana"** dislocati in tutto il Paese. Gli indumenti possono essere venduti nei negozi di seconda mano, con opzioni di seconda mano di lusso e di fascia alta. Con l'uso dei social media, un numero sempre maggiore di giovani usa Instagram o Facebook per vendere abiti vecchi ma indossabili invece di buttarli via. Anche tra i giovani si è assistito a un aumento dell'upcycling, il tentativo di dare nuova vita agli abiti.



# SPENDETE IL VOSTRO DENARO CON SAGGEZZA

Elenco di marchi sostenibili



**Patagonia** è un noto marchio di abbigliamento outdoor che è leader nella moda sostenibile. Utilizza materiali ecologici come il cotone organico, il poliestere riciclato e la canapa. Patagonia promuove inoltre pratiche di lavoro eque e sostiene varie iniziative ambientali.

---



**Reformation** è un marchio di moda che pone l'accento sulla sostenibilità e sulla trasparenza. Nelle sue collezioni utilizza materiali eco-compatibili, abiti vintage riutilizzati e tessuti riciclati. Inoltre, Reformation fornisce informazioni dettagliate sull'impatto ambientale di ogni prodotto sul proprio sito web.

---



**Stella McCartney** è un marchio di moda di lusso impegnato in pratiche prive di maltrattamenti, sostenibili ed eco-compatibili. Il marchio evita l'uso di pelle e pelliccia e pone l'accento sullo sviluppo di materiali innovativi e sostenibili.



# SPENDETE IL VOSTRO DENARO CON SAGGEZZA

Elenco di marchi sostenibili



**Everlane** è noto per la sua produzione etica e i prezzi trasparenti. Il marchio si concentra su capi di base di alta qualità realizzati con materiali sostenibili e fornisce ai clienti il costo reale di ogni articolo, garantendo un prezzo equo.



**People Tree** è un pioniere del commercio equo e solidale e della moda sostenibile. Collabora con artigiani e agricoltori dei Paesi in via di sviluppo per produrre abbigliamento etico ed ecologico utilizzando cotone organico e tinte naturali.



**Veja** è un marchio di scarpe da ginnastica sostenibili che utilizza materiali ecologici come il cotone organico, la gomma selvatica e le bottiglie di plastica riciclate per la produzione di scarpe. Il marchio è anche trasparente sui suoi processi produttivi.



**Nudie Jeans** è impegnata nella produzione sostenibile di denim. Offre un programma di riparazione e riutilizzo, in cui i clienti possono far riparare gratuitamente i loro vecchi jeans Nudie o scambiarli con uno sconto su un nuovo paio.



## **Negozi locali in Italia**

RifoLab

Ohoskin

Re-Bello

Quagga

Aquafil

Progetto Tessere

Progetto Quis

## **Negozi dell'usato In Italia**

Humana vintage

Mercatino usato

ANGELO Vintage Luxury

VinoKilo

## **Etichette indipendenti**

GANNI

House of Sunny

UNLESS

## **Noleggiovestiti**

MY WARDROBE HQ

RENT THE RUNWAY

NUULY

By rotation

HURR

## **Piattaforme Online**

thredUP

Poshmark

Depop

Vinted

Tradesy

Mercari

Etsy

## **Luxury**

Stella McCartney

EILEEN FISHER

Mara Hoffman

Amour Vert

Brother Vellies

Gabriela Hearst

## **Scambio di abbigliamento**

swap.com

Rehash

Swap Society

Swapstyle

Vinted

## **Campagne Sostenibili**

Slow Fashion Season

Make It Feel Right

Choose Love

Rethink Fashion

Detox My Fashion

#WearItForward

Fashion Revolution

# Come evitare il greenwashing?

## Consigli per riconoscere il greenwashing

È possibile riconoscere una strategia di "greenwashing" se un'azienda utilizza:

### **Comunicazione selettiva:**

Le aziende spesso evidenziano i dati positivi dei loro prodotti dal punto di vista ambientale, evitando intenzionalmente di menzionare quelli negativi.

### **Mancanza di prove:**

L'azienda può fare affermazioni sulla sua ecocompatibilità ("prodotto con materiali biologici!") senza condividere certificazioni o altre prove a sostegno.

### **Vaghezza:**

I marchi possono fare greenwash facendo affermazioni generali e piene di parole ad effetto sulla loro sostenibilità che sono troppo generiche per avere un significato concreto. Esempi sono "nuovo e migliorato", "non tossico" e "realizzato con materiali biodegradabili".

### **Fraasi esagerate:**

Le aziende che praticano il greenwashing possono utilizzare frasi che, pur essendo tecnicamente vere, danno al consumatore una percezione distorta dei prodotti che sta acquistando. Ad esempio, un'azienda di abbigliamento può dichiarare che le sue camicie sono "ora realizzate con il 50% in più di fibre riciclate", mentre la quantità di fibre riciclate è passata dal 2% al 3% del totale dell'indumento. Vero, ma esagerato come benefico.

### **Immagini suggestive:**

Commercializzare i prodotti con un imballaggio visivamente accattivante. Un'azienda produttrice di tissue potrebbe decorare la sua scatola con foglie verdi per far intendere che la carta è stata raccolta in modo sostenibile, senza però menzionarlo sulla confezione. Alcuni marchi possono incorporare piccole immagini che sembrano loghi ufficiali di certificazioni ambientali.



## Conclusion

Alla fine di questa guida, ricordate che ogni vostra scelta ha il potere di dare forma a un futuro migliore per il nostro pianeta. Abbracciando la moda sostenibile, diventate una forza di cambiamento positivo in un settore in via di cambiamento. Le vostre decisioni ponderate riecheggiano attraverso la catena di approvvigionamento, influenzando le persone e lasciando un'eredità di consumo consapevole. Insieme, stiamo tessendo una storia di compassione, stile e responsabilità. Continuate a spingervi oltre i limiti, a fare domande e a scegliere la strada della sostenibilità.

*Il vostro viaggio nella moda sostenibile è un faro di speranza, che illumina la strada per un mondo più luminoso e più bello!*

**Seguite il nostro progetto e unitevi alla comunità!**



[@refashion.erasmus](https://www.instagram.com/refashion.erasmus)



[www.re-fashion.eu](http://www.re-fashion.eu)

Project number 2021-1-RO01-KA220-VET-000033001



Co-funded by  
the European Union



Materiale creato dai partner del Consorzio Re-Fashion, composto da:



**National Center for Sustainable Consumption & Production (NCSPC),**  
Timisoara, Romania



**Association for Organizational Development and Human Resources (Effebi),**  
Rome, Italy



**Innovation Hive,**  
Larissa, Greece



**Resource Center for Ethics & Solidarity Initiative (CRIES),**  
Timisoara, Romania



**International Institute for the Implementation of Sustainable Development (MIITR),**  
Maribor, Slovenia



**Katty Fashion,**  
Iasi, Romania



Co-funded by  
the European Union