

Kirsten Brodde & Alf-Tobias Zahn

# EINFACH ANZIEHEND

DER GUIDE FÜR ALLE, DIE  
WEGWERFMODE SATTHABEN



In  
10 Schritten  
zum öko-fairen  
Kleiderschrank

# INHALT

VORWORT	6
<b>Kapitel 1</b>	
<b>Was steckt hinter der Modeindustrie?</b>	9
<b>Kapitel 2</b>	
<b>Starten Sie die Revolution im Schrank</b>	15
Wir haben genug! Plädoyer für einen anderen Lebensstil	16
Unser Mode-Fahrplan. Zehn Schritte gegen Wegwerfmode	18
Der Kleiderschrank-Check. Mehr Platz für Ihre Lieblingssachen	24
Recycling, Kleiderspende & Co. Wohin mit alten Sachen?	32
<b>Kapitel 3</b>	
<b>Gekommen, um zu bleiben</b>	37
Outfits und Lieblingsstücke. Persönliche Empfehlungen von Kirsten und Alf	38
Jetzt geht es um Knopf und Kragen. Reparieren, Umstylen und Upcyceln	52
Das zweite Leben der Kleidung. Vintage und Secondhand	58
Geteiltes Kleid ist doppelte Freude. Leihen und Leasen	62
<b>Kapitel 4</b>	
<b>Wenn schon neu, dann öko!</b>	67
Ökomode ist doch ... Drei Ammenmärchen über Grüne Mode	68

Wem kann ich glauben? Ein Überblick über die Textilsiegel	70
Versteckte Kosten. Warum Ökomode ihren Preis hat	76
Hausgemacht. Der Produktionsstandort Deutschland	80
Öko – geht das auch in Groß? Die grünen Linien von H&M, Zara und Co.	86
Unter Schweiß und Tränen. Sport- und Funktionskleidung	90
Der neue Goldstandard. Nachhaltiger Schmuck	96
Die besondere Herausforderung. Nachhaltige Kinderkleidung	98
Gute Fasern, schlechte Fasern? Materialien im Fokus	102
<b>Serviceteil</b>	117
Diese Experten sollten Sie kennen	118
Engagieren Sie sich!	122
Bezugsquellen / Läden	126
Weitere Empfehlungen	134
Quellen	137
ÜBER DIE AUTOREN	138
DANKSAGUNG	139

# VORWORT

Sie kennen diesen Moment, morgens vor dem Kleiderschrank: Sie finden nichts, was Sie an diesem Tag anziehen möchten. Dabei hängen Dutzende Kleidungsstücke im Schrank, doch mit jedem einzelnen stimmt etwas nicht: zu kurz, zu festlich, schon etwas aus der Form, Kaffeeleck geht nicht raus, Knopf fehlt.

Die Lösung scheint so nah: schnell zu H&M, Zara oder Primark und was Neues kaufen. Kostet ja nicht viel und löst sofort das Problem. Doch wenige Tage später stehen Sie wieder ratlos vorm Schrank.

Und natürlich haben Sie immer wieder gehört, dass grundsätzlich etwas falsch läuft in der Textilindustrie, und wollen etwas ändern. Doch welche Alternativen gibt es und auf was sollten Sie achten?

»Einfach anziehend« hilft Ihnen, genau hinzuschauen und abzuwägen, und formuliert Faustregeln, an denen Sie sich orientieren können.

Das Wichtigste, was Sie brauchen, ist Geduld. Die bewusste Auseinandersetzung mit dem eigenen Kleiderstil und Kleiderschrank benötigt Zeit. Alles, was Umdenken und Umgewöhnen erfordert, geschieht nicht von heute auf morgen, sondern Schritt für Schritt. Rückschläge eingeschlossen.

Aber scheuen Sie sich nicht, diesen Weg zu gehen. Eine nachhaltige Garderobe zusammenzustellen hat etwas ungeheuer Befreiendes. Es ist die Befreiung von dem Übermaß, das uns stresst, vom schlechten Gewissen, das uns plagt – und von dem täglichen Frust, nie so ganz zufrieden mit dem eigenen Outfit zu sein.

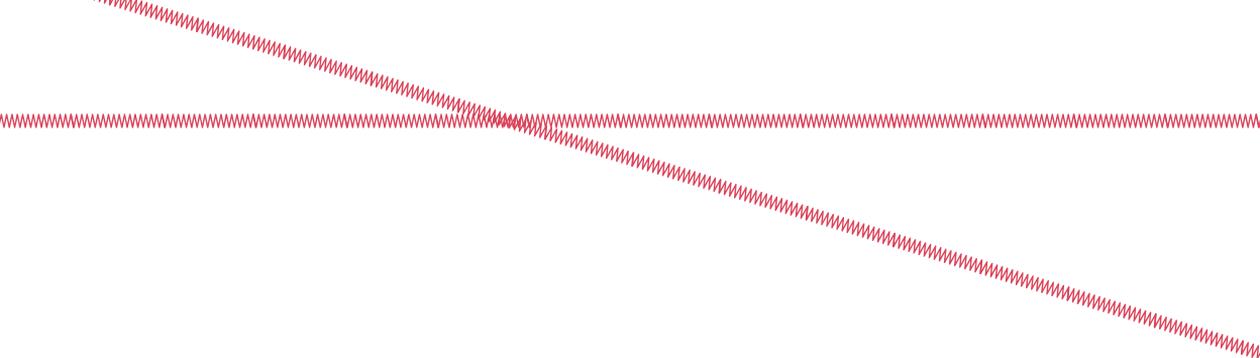
Es geht uns nicht darum, Ihren Stil zu ändern oder den Kleiderschrank radikal auszumisten. Wir möchten, dass Sie bewusster mit den Dingen umgehen, die Sie haben. Vielleicht entdecken Sie dabei alte Schätze wieder, die sie jahrelang gehortet und fast vergessen haben. Unser Ratgeber gibt Anregungen, wie man ungewöhnliche Vintage-Klamotten



findet, langweilige Sachen aufpeppt und schicke Outfits kombiniert, ganz ohne neue Teile zu kaufen. Und wenn es doch neu sein soll, zeigen wir Ihnen, woran man nachhaltige Kleidungsstücke im Siegeldschungel erkennt und welche Materialien und Herstellungsverfahren umwelt- und sozialverträglich sind.

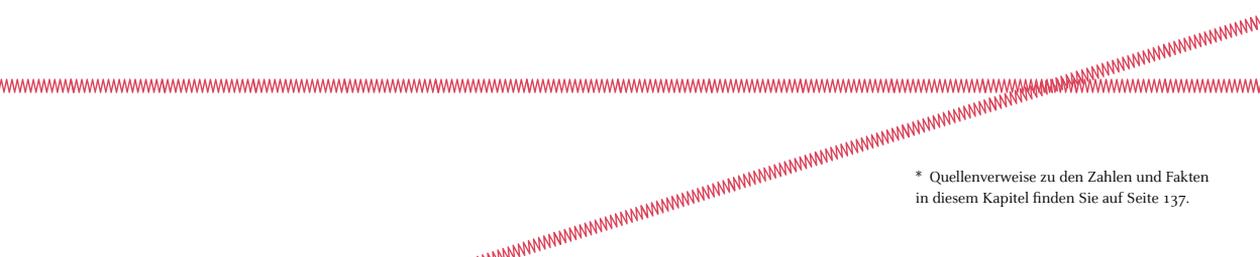
Keine Angst, Sie müssen nicht alle Vorschläge abarbeiten. Suchen Sie sich Aspekte heraus, die Ihnen besonders interessant oder überzeugend erscheinen und testen Sie, was bei Ihnen die Feuertaufe im Alltag besteht. Dieser Ratgeber soll Sie anregen, Ihren eigenen Weg zu finden. Und nun legen Sie los – es ist Zeit für eine Revolution im Kleiderschrank!

*Kirsten Brodke HJZ*



# WAS STECKT HINTER DER MODE- INDUSTRIE?

Die Textilindustrie ist eine der wirtschaftlich bedeutsamsten Industrien weltweit. Doch Mensch und Natur leiden unter den schlechten Produktionsbedingungen. Dabei ist es nicht nur problematisch, wie Kleidung produziert wird, sondern auch, wie viele Klamotten jeden Tag die Fabriken verlassen.\*



\* Quellenverweise zu den Zahlen und Fakten in diesem Kapitel finden Sie auf Seite 137.

## Gigantische Produktionsmengen

In den Jahren 2000 bis 2016 hat sich die Menge der Textilproduktion weltweit verdoppelt – 2014 durchbrach sie die Schwelle von **100 Milliarden Kleidungsstücken**. Doch das ist noch längst nicht das Ende: Die Bekleidungsindustrie erwartet, ihre Produktion bis 2030 noch einmal um 62 Prozent steigern zu können. 2030 wird die Weltbevölkerung dann jedes Jahr unvorstellbare 102 Millionen Tonnen Kleidungsstücke verbrauchen – eine Menge, die **500 Milliarden T-Shirts** entspricht. Und diese Textillawine wird zu fast **70 Prozent aus Kunstfasern** bestehen.

## Gigantische Umsätze

Die Textilindustrie spielt jährlich **1,3 Billionen US-Dollar** ein. H&M-Chef Karl-Johan Persson und Zara-Gründer Amancio Ortega zählen zu den reichsten Menschen der Welt – mit billiger Mode lässt sich viel verdienen.

Und das Geld fließt zunehmend in Kleidung, die den Verbraucher immer weniger kostet: Mit seiner Billigstrategie ist der irische Textilhändler Primark inzwischen unter die zehn größten Modeanbieter Europas aufgestiegen, hinter dem Zara-Mutterkonzern Inditex und H&M, aber vor C&A und weit vor Kik.



## Konsum in Deutschland

Jeder Deutsche kauft **60 neue Kleidungsstücke im Jahr** – das sind fünf neue Kleidungsstücke pro Monat. Gleichzeitig quellen unsere Kleiderschränke über. **Bis zu 40 Prozent unserer Kleidung tragen wir selten oder nie.**

Fast die Hälfte der Deutschen gibt in Umfragen an, noch nie Kleidung selbst repariert oder zum Schneider gebracht zu haben. Jeder achte Deutsche trägt seine Schuhe weniger als ein Jahr und über die Hälfte der 18- bis 29-jährigen war noch nie beim Schuhmacher. Mode ist zum Wegwerfartikel geworden.

## Kleidermüll

Während die Deutschen drei Viertel ihrer Altkleider sammeln, sind es in den USA lediglich 15 Prozent und in China sogar nur 10 Prozent. Weltweit landet der Löwenanteil der nicht mehr genutzten Textilien also auf dem Müll.

Die Verschwendung beginnt schon in der Produktion. In der Regel bleiben **bei der Fertigung eines Kleidungsstückes 25 Prozent »Abfall«** übrig, gelegentlich sogar bis zu 40 Prozent.

Einmal auf dem Müll, gibt es für die Stoffe kaum eine Chance auf ein zweites Leben. Weniger als ein Prozent des Materials aus der globalen Kleiderproduktion wird zu neuer Kleidung recycelt.

Dabei landet nicht nur getragene oder kaputte Kleidung auf der Müllhalde. Selbst neuwertige Mode wird vernichtet. 2017 wurde beispielsweise der schwedische Textilriese H&M beim Verbrennen von unverkäuflicher Ware erwischt. Allein in Dänemark wurden von der Firma seit 2013 **jährlich 12 Tonnen Kleidung verbrannt**. H&M musste einräumen, dass dies eine weltweite Praxis ist.

Um fair zu sein, muss man sagen, dass H&M da keine Ausnahme darstellt. Ladenhüter zu vernichten ist unter Textildiscountern üblich. Und paradoxerweise machen Edelmarken genau dasselbe. Nicht, weil sie keine Abnehmer fänden, sondern weil sie um ihr elitäres Image fürchten. Der ganzen Branche ist der Respekt vor ihren Produkten abhandengekommen. Kleidung gilt heute nicht mehr als ein Joghurtbecher oder eine Plastiktüte.

## Billigmode schadet den Menschen

**In der Textilindustrie arbeiten weltweit rund 75 Millionen Menschen**, 85 Prozent davon Frauen, meist junge Frauen. In Asien allein sind 15 Millionen ArbeiterInnen mit der Herstellung von Kleidung beschäftigt. Zählt man Baumwollbauern und VerkäuferInnen im Einzelhandel mit, steigt die Zahl der ArbeiterInnen auf **300 Millionen Menschen weltweit**.

In Asien, wo der Großteil der Kleidung produziert wird, betragen die gesetzlichen Mindestlöhne dabei oft weniger



als die Hälfte der Löhne, von denen es sich vor Ort menschenwürdig leben lässt. In Bangladesch sitzen Frauen beispielsweise für nur **51 Euro pro Monat** an den Nähmaschinen – das sind die niedrigsten Löhne weltweit.

Im Schnitt muss der Vorstandsvorsitzende eines der fünf führenden Unternehmen der Modebranche nur vier Tage arbeiten, um genauso viel zu verdienen wie eine Textilarbeiterin in Bangladesch in ihrem ganzen Leben, sagt Oxfam.

Der Einsturz des Fabrikgebäudes Rana Plaza 2013 in Bangladesch zeigte, wie skrupellos die Textilbranche ist. Arbeitssicherheit und Brandschutz werden routinemäßig missachtet. Millionen Menschen werden in Billiglohnländern von den konventionell produzierenden Textilfirmen skrupellos ausgebeutet.

## Billigmode schadet der Umwelt

Auf Baumwollfeldern kommen **16 Prozent der weltweit eingesetzten Pestizide** zum Einsatz – der mit Abstand größte Nutzer ist Brasilien.

Beim Anbau von Bio-Baumwolle sind giftige Insekten- und Unkrautkiller zwar verboten, gerade mal 0,4 Prozent der globalen Baumwoll-Produktion stammen aber momentan aus ökologischem Anbau.

Ist der Rohstoff in der Fabrik angekommen, geht die Umweltverschmutzung weiter: **20 Prozent der Wasserverschmutzung weltweit** gehen auf das Konto der Textilindustrie. Jährlich werden hier **1,7 Millionen Tonnen Farbstoffe** verbraucht. Für ein einziges T-Shirt mit Aufdruck sind 20 bis 30 verschiedene Chemikalien nötig. Die Herstellung einer Jeans verbraucht etwa 7.000 Liter Wasser, eines T-Shirt 2.700 Liter. Belastet mit giftiger Chemie, landet das Abwasser aus Färbereien oder Druckereien dann in Flüssen und Seen. Kläranlagen gibt es oft nicht. Wie gefährlich diese Chemikalien für Mensch und Umwelt sind, zeigen seit 2011 die Detox-Reports von Greenpeace.

Auch die Produktion von Kleidung verbraucht Energie und heizt das Klima auf: 2015 waren die Treibhausgas-Emis-



sionen der Textilindustrie höher als die der internationalen Luftfahrt und Schifffahrt zusammen. **8 Prozent des globalen Treibhausgas-Ausstoßes** gehen momentan auf das Konto der Textilindustrie – das entspricht der Klimawirkung der Europäischen Union.

Inzwischen **enthalten über 60 Prozent der Kleidung weltweit Polyester**. Die billige Kunstfaser ist der große Treiber der Fast-Fashion-Industrie – und entpuppt sich als Desaster für die Ozeane. Denn Kleidungsstücke fusseln bei jeder Wäsche: Eine einzige Fleecejacke kann bis zu einer Million Fasern pro Waschgang freisetzen, die dann in Flüsse und Meere gelangen.

## Fakten, die Hoffnung machen

Inzwischen beweisen unzählige Modelabels, dass es möglich ist, anders zu produzieren und fair zu bezahlen. Und auch beim Design muss man keine Abstriche mehr machen. Diese Vorhut zeigt, was eigentlich für die Modebranche eine Selbstverständlichkeit sein sollte.

Auch die Konsumenten denken um. Der Ausstieg aus dem ständigen (Neu)kauf wird immer populärer: Bei einer repräsentativen Umfrage in Deutschland zum Konsum von morgen gaben 63 Prozent der Befragten an: »In Zukunft gilt als cool, wer nicht alles haben muss.«





# STARTEN SIE DIE REVOLUTION IM SCHRANK

Wir machen Sie fit für den Weg  
zu einer nachhaltigen Garderobe.  
Schritt für Schritt können Sie so  
Ihr eigenes Kleiderschrank-  
Programm planen und starten.

# WIR HABEN GENUG!

## PLÄDOYER FÜR EINEN ANDEREN LEBENSSTIL

*Wir sind nicht, was wir haben. Wir sind auch nicht, was wir anziehen.  
Und schon gar nicht sind wir, was wir kaufen und besitzen.  
Wir sind, was wir tun. Was wir denken. Wofür wir uns engagieren.*

**W**ir träumen von einem Leben, das uns Zeit lässt für das, was uns wirklich wichtig ist. Wir sind es leid, das halbe Wochenende beim Shoppen zu vertrödeln. Oder stundenlang vor dem Laptop zu sitzen, um Blogs und Onlineshops nach den neuesten Trends zu durchforsten. Es nervt uns, alle paar Monate den übervollen Kleiderschrank auszumisten und tütenweise Klamotten zum Container zu tragen, die eigentlich noch ganz in Ordnung sind.

Wir haben genug. Genau genommen haben wir sogar viel zu viel. Die Menge an Kleidung erdrückt uns. Sie macht sich in unseren Gedanken breit und fordert unsere Aufmerksamkeit. Es ist höchste Zeit, dass wir uns befreien! Um unserer selbst willen, aber auch um unserer Erde willen, die wir mit unserem ungebremsten Konsum zerstören.

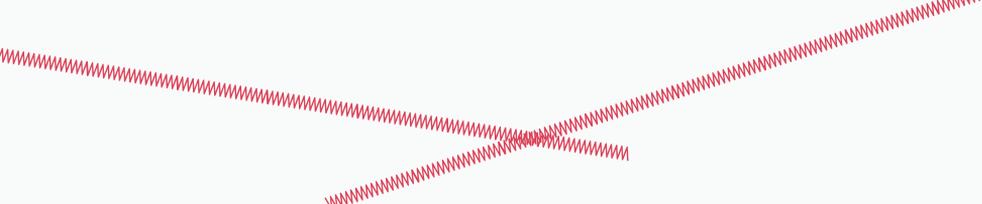
Sauber, fair und umweltverträglich zu konsumieren sind wichtige Schritte in die richtige Richtung. Aber wir wollen nicht einfach dieselbe Menge Mode in Grün einkaufen – auch wenn sie giftfrei ist und aus Bio-Baumwolle. Wir wollen keine Verbraucher mehr sein. Wir sind lieber Nutzer. Wir teilen, tauschen und leihen. Statt Kleidung zu verbrauchen, werden wir sie wertschätzen, pflegen und flicken. Politiker und Modeindustrie reden uns gern ein, es seien genug Raum und Rohstoffe da, um weiterzumachen wie bisher. Doch das ist eine Illusion.

Mit unkonventionellen Ideen befreien wir uns von Konsumzwang und Modediktat. Wir reaktivieren Kleidung,



die wir schon haben. Wir kreieren unseren eigenen Stil mit Fundstücken aus dem Secondhand-Laden oder aus dem Kleiderschrank von Freunden, die wir einfallsreich verändern und kombinieren. So ersetzen wir Rohstoffverbrauch durch Handarbeit und Ideen.

Wir schonen die Umwelt und haben zugleich Spaß an der Gemeinsamkeit mit anderen und am kreativen Umgang mit den Dingen. Statt mit Statussymbolen nach Bewunderung zu heischen, finden wir echte Anerkennung für unsere Fähigkeiten und unsere Fantasie. Wir verbrauchen nicht länger. Aber wir verzichten auch nicht. Wir verlieren nämlich nichts, wenn wir auf den nächsten billigen Fummel verzichten, sondern wir gewinnen etwas: Unsere Freiheit.



Der Kleiderschrank wird immer voller, und das schlechte Gewissen angesichts der dunklen Seiten der Modeindustrie immer größer – wer kennt das nicht? Aber es geht auch ganz anders: nachhaltig, bewusst und reduziert. Die Grüne-Mode-Expertin Kirsten Brodde und der Modeblogger Alf-Tobias Zahn zeigen, wie man sich von kurzlebigen Modetrends lossagt und trotzdem perfekt gekleidet ist. Statt Impulskäufe zu tätigen wird Kleidung repariert, getauscht und geliehen, es wird auf Flohmärkten und im Second-hand-Laden gestöbert und aus der längst vergessenen Hose wird mit einfachen Handgriffen ein wahrer Blickfang kreiert. Und wenn es doch mal etwas »ganz Neues« sein soll, zeigt das Buch, welche Siegel vertrauenswürdig sind und worauf man beim Kauf von Kleidung achten sollte.

In zehn Schritten zu einer nachhaltigen  
und individuellen Garderobe

---

Ausführliche Liste öko-fairer Läden  
und mehr im Serviceteil

---

Von Kinderkleidung über Outdoorklamotten  
bis zum fair hergestellten Schmuck

