🧺 **RENSA BORT PLASTEN UR DIN GARDEROB**

Min riktning är mer bomull, linne, ull och siden. Mindre polyester, akryl och nylon när jag köper vardagskläder.Börja med materiallappen. Den säger mer än att ett plagg marknadsförs som naturligt eller hållbart 🌿

👕 BASPLAGGEN

Polyestertoppar och syntetiska hemmakläder → bomull. Ekologisk bomull är det bästa valet när budgeten tillåter. Vanlig bomull är också bra.

Titta på:

• Pact för basplagg i ekologisk bomull.

• Organic Basics produkter med hög andel ekologisk bomull.

🌙 PYJAMAS & HEMMAKLÄDER

Polyester → bomull, linne eller siden. Börja med plaggen du använder många timmar hemma och gärna vill känna dig bekväm i.

🩲 UNDERKLÄDER

Här vill du lägga prio på ekologisk bomull! Kolla efter GOTS märkning.
Lite elastan kan behövas för passformen. Tips att köpa i bundle eller storpack för billigare pris.

👚 SKJORTOR, BYXOR & STICKAT

Akrylstickat → ull eller bomull.

Polyesterskjorta → bomull eller linne.

Polyesterblus → siden, bomull eller linne.

Titta begagnat. Där går det ofta att hitta fina naturmaterial utan att köpa allt nytt.

🪡 LÄS DET HÄR PÅ ETIKETTEN

• Polyester, polyamid, nylon och akryl är syntetfibrer.

• Bomull, linne, ull och silke är naturfibrer.

• Siden är tyg gjort av silke.

• Satin är en vävning och kan vara gjort av polyester. Satin betyder alltså inte siden.

• Viskos och lyocell är bearbetade cellulosafibrer, inte samma material som polyester.

🌱 MÄRKNINGAR ATT KÄNNA TILL

GOTS: textilier med ekologiska fibrer och särskilda krav genom tillverkningen.
OEKO-TEX STANDARD 100: testning för angivna skadliga ämnen. Det betyder inte automatiskt ekologiskt eller plastfritt dock, men bättre än utan märkningen.

🤍 SÅ GÖR DU DET GÖRBART

• Ta bort värstingarna i garderoben först, till exempel det som är 100% polyester eller akryl.

• Skriv en lista över det som behöver ersättas utifrån prio underkläder först t.ex.

• Välj begagnat när du hittar något du gillar.

• Träningskläder är också viktiga att byta ut succesivt eftersom vi svettas i dem och mikroplatser då kan läckas ut mer nära huden.

• Glöm inte kolla tvättrådet noga sen för naturfiber kläder du köper in, då de ofta är känsligare för både värme och centrifug från tvättmaskinen, särskilt ull.

DIN FÖRSTA SWAP:

Låt nästa pyjamas eller trosa och bh vara i 100% bomull, helst ekologisk. Ett plagg är en början 🌿