

My Ethical Clothing Guidebook!

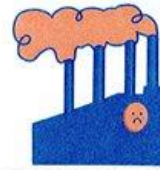


By Nicole Garcia
nicoleiliana.com
@wontonface

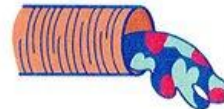
Fact sheet



Three out of four garments will end up in landfills or be incinerated. (Greenpeace)



Fashion is the third most polluting industry after oil and agriculture. (EPA)



Clothing production accounts for 20% of global industrial water pollution. (World Resources Institute)



Globally, 50-90% of workers who make our clothes are paid less than the minimum wage. (Global Fashion Agenda)

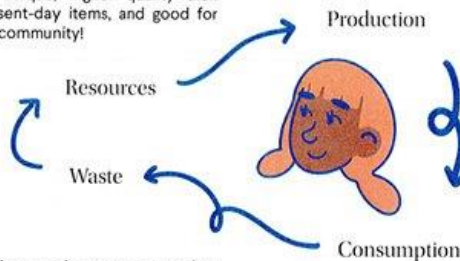
Resources

Overdressed by Elizabeth L. Cline
The Story of Stuff by Annie Leonard
The True Cost documentary



#1: Opt for used/secondhand clothing first.

I love buying vintage/used clothing because it means an item will be unique, higher quality than present-day items, and good for my community!



Buying used means more than going to your average Goodwill. In fact, they have used clothing stores for everything you could want or need:



There's a lot of stigma around used clothing being dirty, damaged, or ugly. But it all depends on where you shop. Some places specialize in like-new clothing, while others pride themselves on the most worn-out, stained, raggedy items.

Vintage stores in particular stock clothes that are decades old. It's fascinating to know you can wear a piece of history — a snapshot of a different era.



BMW enthusiast's jacket!



Bowling shirt from the 1960s!

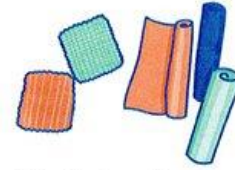


Skirt suit jacket from the 1940s!



#2: Buy new items mindfully.

It's hard to buy everything used, especially if you're particular about your wardrobe. For the items I absolutely need to (or really want to) buy new, I consider these points:



What material is this item made from? Today, more companies are turning to sustainable options like tencel, hemp, linen, or recycled fabrics like deadstock fabric.

Materials to avoid whenever possible include non biodegradable materials like polyester and nylon (which are made from plastic!) or even resource-intensive natural materials like cotton.

Is this item made by an ethical company? You can find out by doing your research! But there's only so much we can tell from what a company presents about themselves, so the following points are more telling.

Is this item made in our country? As a rule of thumb, clothes that are manufactured in the US are held to higher labor standards, including minimum wage and proper working conditions. In other countries, the same isn't guaranteed.

Can this item be repaired if it breaks or tears? Some garments like leggings or thin summer tops cannot be sewn when they tear, and they have to be thrown away. Try to avoid these and look for materials that will last you a long time.



#3: Remember that ethical shopping is a journey.

It takes time — not only to get to a place where you feel good about your wardrobe, but also to unlearn bad shopping habits and learn positive ones.

My own roadmap to ethical shopping has had its twists and turns. But this is the process I've found works best:



Research

Learn about the issue of fast fashion: read books, watch documentaries, and keep updated. It's our job as consumers to be informed.



Practice

Apply the tips from this zine and other tips you pick up along the way. Over time, ethical shopping will become easier and more natural.

Understanding

Pass on your knowledge and experiences to others! We're all in this together, so we owe it to those around us to show why it's important to be an active citizen and educated consumer.



Thanks for reading!

If you enjoyed this zine, please share with a friend! I have an online version available for download on my blog: nicoleiliana.com/blog/zine1

If you'd like to stay updated with my work, you can follow me on social media @wontonface or sign up for my newsletter on my website.

TRADUÇÃO PARA PORTUGUÊS E ADAPTAÇÃO

O meu guia de guarda-roupa ético

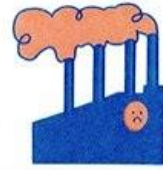


Escrito e elaborado por Nicole Garcia nicoleiliana.com @wontonface
Tradução Jéssica Gonçalves jessicagoncalves.com

Factos



Em 3 de 4 peças de roupa irão acabar em aterros ou incinerados. (Greenpeace)



A moda é a terceira maior indústria poluidora, a seguir ao combustível e agricultura. (EPA)



A produção de roupa é responsável por 20% da poluição industrial de água a nível mundial. (World Resources Institute)



Globalmente, 50-90% dos trabalhadores que produzem as nossas roupas recebem menos que o ordenado mínimo. (Global Fashion Agenda)

Fontes

Overdressed de Elizabeth L.Cline
The Story of Stuff de Annie Leonard
Documentário The true cost



#1: Opte primeiro por roupa usada/segunda-mão

Eu adoro comprar roupa vintage/usada, porque significa que um produto será único, de grande qualidade em relação aos produtos de hoje, e bom para comunidade!



Comprar usado significa mais do que ir a uma loja como a Kid to kid/Goodwill, por exemplo. De facto, estas têm usado lojas de roupa para tudo o que possa querer ou necessitar.

Existe muita estigma em torno do uso de roupa usada estar suja, danificada ou feia, mas tudo depende de onde compra. Alguns locais especialização em roupas quase-novas, enquanto outros orgulham-se das muito-usadas, manchadas e esfarrapadas.

Lojas vintage em particular, armazenam roupas com décadas de idade. É fascinante saber que pode usar uma peça de história - um pedaço de uma era diferente.



Blusão emblemático da BMW!



Camisa de bowling dos anos 60!



Roupa de rua



Profissional de negócios



Roupa formal



Blazer dos anos 40!



#2: Compre novos itens atentamente.

É difícil comprar tudo usado, especialmente se é específico/a em relação ao seu guarda-roupa.

Para os itens que absolutamente necessito (ou que quero mesmo) de comprar novo, considero estes pontos:



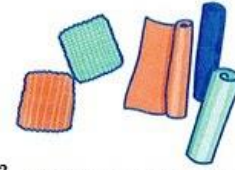
Este produto é feito por uma companhia de valores éticos? Podes descobrir ao fazeres a tua pesquisa! Ainda assim, existe tanto que podemos dizer do que a empresa apresenta sobre si, por isso, estes seguintes pontos são mais reveladores.



Este item é feito no nosso país? Como princípio básico, as roupas manufaturadas nos EUA (e PT), são mantidos sob altos padrões de norma laboral, incluindo um salário mínimo e condições de trabalho adequadas. Noutros países, o mesmo não é garantido.



De que material este item é feito? Hoje em dia, mais empresas estão a voltar-se para opções sustentáveis como tencel, cânhamo, linho, ou tecidos reciclados como tecido deadstock*.



Materiais a evitar sempre que possível inclui produtos não biodegradáveis, como o poliéster e nylon (fabricados a partir do plástico!), ou ainda, materiais naturais de uso intensivo de recursos, como o algodão.

Pode este item ser reparado se partir-se ou rasgar-se? Alguns tecidos como leggings ou tops de verão não podem ser cozidos quando se rasgam, e têm de ser jogados fora. Tenta evitá-los e procura materiais que irão durar por bastante tempo.



Compreender

#3: Relembra-se que comprar eticamente é um longo caminho.

Demora o seu tempo — não só para estar no ponto em que se sente bem com o seu guarda-roupa, mas também para desaprender maus hábitos de consumo e aprender novas formas positivas. O meu próprio mapa de compras éticas teve as suas voltas, mas este é o processo que tem achei melhor:



Investigar

Aprenda sobre o problema da fast fashion: leia livros, veja documentários, e matenha-se atualizado/a.



Praticar

Aplique as dicas deste zine e outras dicas que encontrou pelo caminho. Com o tempo, comprar eticamente tornar-se-á mais fácil e mais natural.



Obrigada/o por ler!

Se gostou deste zine*, por favor partilhe com um amigo! Tenho uma versão online para download no meu blog: nicoleiliana.com/blog/zine1

Se gostaria de ficar a par do meu trabalho, pode seguir-me nas redes sociais @wontoface ou subscrever a minha newsletter no meu website.