



SCHEMA DI TRAINING

05. COME DIVENTARE UN CONSUMATORE PIÙ RESPONSABILE

Area	Abbigliamento
Livello	BASE
Argomento	 <p>5. Suggerimenti e raccomandazioni per un RC</p>
Modulo	 <p>Primi passi verso un consumo responsabile di abbigliamento</p>
Parole chiavi	Abbigliamento; Suggerimenti e raccomandazioni; Cosa fare; Cosa non fare; fare di più; meglio di meno
I cittadini come agenti centrali del cambiamento nell'abbigliamento	<p>La moda sostenibile ha spesso una cattiva fama perché è costosa e fuori portata per la maggior parte delle persone. Tuttavia, molti dimenticano che la cosa più sostenibile da fare è consumare meno (pensando se sia necessario o meno acquistare quel capo) e consumare meglio (nel modo più consapevole, critico, solidale e sostenibile possibile). Siate consapevoli di ogni capo che introducete nel vostro guardaroba e nella vostra vita.</p> <p>L'idea è "puoi fare di più", partendo dai vestiti che hai già e chiedendoti:</p>

	<ul style="list-style-type: none">• Cosa mi piace di più? (Cerca di creare un legame affettivo con ogni capo).• Come posso prolungare la vita dei capi che mi piacciono di più? (Cerca di rispettare il lavaggio degli indumenti, le etichette di manutenzione e riduci il lavaggio quando possibile).• Come posso liberarmi di quelli che non mi servono più e/o con cui non mi identifico più, ma sono ancora in buone condizioni? (Prendi in considerazione la donazione mirata, lo scambio in mercati dedicati o trasforma il pezzo in modo che corrisponda a ciò che vorresti che fosse).
<p>Suggerimenti e raccomandazioni</p> <p>Fare / Non fare</p>	<p>Siamo ciò che facciamo e ispiriamo gli altri con i nostri comportamenti.</p> <p>Per aiutarti a diventare un consumatore più attento alla moda, ecco alcuni consigli pratici che possono spingerti a cambiare le tue abitudini di consumo:</p> <p>'DA FARE'</p> <ul style="list-style-type: none">• Prima di acquistare un nuovo capo, pensa attentamente se è essenziale. Esamina i tuoi vestiti per scoprire quali capi di abbigliamento dovresti tenere e di cosa puoi sbarazzarti; questo ti aiuterà a evitare errori, risparmiare soldi, e proteggerà il pianeta.• Gli abiti giusti per la vostra corporatura fanno sì che le vostre caratteristiche migliori appaiano proporzionate e addirittura risaltino. Mettere in risalto i tratti più attraenti è fondamentale per vestirsi bene, soprattutto se si vuole fare colpo. Indossate abiti ben aderenti che mettano in evidenza i vostri attributi unici, accentuino le vostre caratteristiche migliori, definiscano la vostra figura e vi facciano apparire favolose.• Ci sono molti modi semplici per fare acquisti di moda belli Pensate fuori dagli schemi per aggiornare facilmente il vostro guardaroba

con pezzi favolosi che vi aiutino ad apparire al meglio senza spendere troppo.

- Scegliete tessuti naturali e capi che potete indossare in diversi periodi dell'anno. Contribuirete a ridurre l'impatto ambientale della moda acquistando capi realizzati con materiali naturali e biologici che riducono l'inquinamento, il consumo di energia, l'uso di acqua, il rilascio di sostanze chimiche e le emissioni di gas serra.
- Provate diverse combinazioni di abiti fino a trovare l'abbinamento perfetto per le vostre preferenze e la vostra corporatura. I capi classici e senza tempo non passano di moda facilmente e vi aiutano a vestirvi bene.

'NON DA FARE'

- Non acquistare indumenti realizzati con materiali di bassa qualità ed economici. Semplicemente cadranno a pezzi rapidamente e non sarai in grado di indossarli tutte le volte che vorresti. È molto meglio per l'ambiente, il tuo budget e il tuo guardaroba se acquisti principalmente abbigliamento realizzato con tessuti sostenibili e di alta qualità.
- Non comprare vestiti che non ti si adattano perfettamente. Se sono di una taglia troppo grande o troppo piccola, sarà un acquisto non necessario; Rischiare di perdere stile ed eleganza.
- Non è necessario acquistare vestiti costosi e lussuosi per sembrare favolosi. Resisti alla tentazione di spendere l'intero budget mensile per i marchi di lusso; Invece, prova ad acquistare vestiti che sono più all'interno della tua fascia di prezzo.
- Non cadere nella trappola di pensare che non puoi avere un bell'aspetto senza spendere un sacco di soldi per i vestiti. Puoi facilmente

	<p>vestirti bene ed economico anche se il tuo budget è limitato.</p> <ul style="list-style-type: none">• Non indossare abiti che non corrispondono al tuo stile di moda e non hanno nulla a che fare con te. Assicurati di acquistare solo vestiti che ti piacciono davvero.
<i>Lingua</i>	<i>Italiano</i>
<i>Socio</i>	<i>UA</i>
Ulteriori riferimenti	<p>https://www.panaprium.com/blogs/i/consider-when-buying-clothes</p> <p>https://www.sustainablejungle.com/sustainable-fashion/how-to-avoid-fast-fashion/</p> <p>https://cobaltstreet.com/blogs/news/7-steps-to-becoming-a-more-conscious-fashion-consumer</p> <p>https://thecanoshoe.com/blogs/blog/6-ways-to-become-a-more-conscious-consumer</p> <p>https://eco-age.com/resources/how-care-your-clothes-and-keep-them-longer/</p>