



WEAR(E)ABLE

BEST DRESSED SUSTAINABLY

“WEAR(E)ABLE”

BEST DRESSED SUSTAINABLY

Erasmus+ Projekt 2019-3-AT02-KA205-002603

ERGEBNIS 3

LEITFADEN FÜR PEER GUIDES UND MULTIPLIKATORINNEN



Kofinanziert durch das
Programm Erasmus+
der Europäischen Union



Inhaltsverzeichnis

<i>Vorwort</i>	<i>3</i>
<i>1. Sei ein/e Influencer*in, sei ein Peer-Guide</i>	<i>4</i>
<i>2. Wie man nachhaltige Mode verbreitet</i>	<i>12</i>
<i>3. Top 10 der nachhaltigen Maßnahmen in der Modebranche</i>	<i>16</i>
<i>4. Einige alternative Aktionen: Stimmen junger Menschen</i>	<i>18</i>
<i>Bibliographie and Websites</i>	<i>23</i>

Vorwort

Dieser Leitfaden wurde im Rahmen des Projekts "Wear(e)able -best dressed sustainably" (kofinanziert durch das Erasmus+ Programm der Europäischen Union) erstellt. Das Hauptziel des Projekts ist es, das Bewusstsein junger Menschen für die negativen Auswirkungen von Fast Fashion zu schärfen und konkrete Maßnahmen zu ergreifen, um die Umweltverschmutzung durch Mikroplastik zu bekämpfen.¹²

Die Ziele dieses Materials sind:

- Den Jugendlichen ihre Rolle als lokale/r und direkte/r "Influencer*in" unter Gleichaltrigen, Freund*innen und Bekannten bewusst zu machen.
- Jungen Menschen Tipps und Hinweise zu geben, wie sie Botschaften, Vorschläge, Tipps usw. über nachhaltige Mode verbreiten können.
- Eine Synthese der 10 wichtigsten nachhaltigen Maßnahmen in der Modebranche, Ideen für alternative Maßnahmen und die Entwicklung ihrer Kenntnisse und Kompetenzen zu diesem Thema.

¹ <https://www.greenpeace.org/international/story/6956/what-are-microfibers-and-why-are-our-clothes-polluting-the-oceans/>

² https://ec.europa.eu/info/research-and-innovation/research-area/environment/circular-economy/plastics-circular-economy_en

Dieses Material ist in 5 Sprachen verfügbar: Deutsch, Litauen, Polnisch, Italienisch und Englisch; und es kann weltweit kostenlos heruntergeladen werden. Es kann in andere Sprachen übersetzt und für andere Bildungskontexte außerhalb der Jugendarbeit angepasst werden. Die Weiterverwendung dieses Materials ist unter Angabe der Quelle gestattet.



1. Sei ein/e Influencer*in, sei ein Peer Guide

Hast du dich schon einmal gefragt, wie sehr sich dein Handeln auf den Planeten auswirkt?³ Und hast du dich jemals gefragt, wie sehr du die Meinung anderer Menschen und Gleichaltriger beeinflussen kannst? Ist dir jemals bewusst geworden, welche Bedeutung dein Beispiel für andere Menschen und Gleichaltrige haben kann?

Diese Fragen mögen albern oder utopisch erscheinen, aber jede/r sollte sich irgendwie der Tatsache bewusst sein, dass jede Handlung, die wir durchführen, eine Konsequenz nach sich ziehen wird. Wir wissen nicht, wann und in welcher Form die Folge sichtbar sein wird,

³ Rob H., *'From what is to what if, unleashing the power of imagination to create the future we want'*, Chelsea Green Publishing, London, 2019

aber ab einem bestimmten Punkt ist es wahrscheinlich, dass etwas passiert.

Wenn du eine Pizza-Party organisieren willst, die beste Pizza-Party aller Zeiten, woran würdest du zuerst denken? An deine Freund*innen, richtig?! Denn ohne sie werden die Ergebnisse und die Wirkung sicher nicht zufriedenstellend sein. Deine Pizza-Party kann ein großartiges Ereignis sein, weil du die Anwesenheit deiner Freund*innen genießen kannst, vielleicht kennen sie andere interessante Leute, die du einladen kannst, um die Party noch besser zu machen. Und wenn die Party toll war, wirst du deinen Freund*innen sicher davon erzählen. Du bist in gewisser Weise eine Art Öffentlichkeit, aber vor allem bist du das Kernelement, um eine Party erfolgreich zu machen. Es ist also klar: Wenn du etwas bewirken willst, wenn du die beste Pizza-Party aller Zeiten veranstalten willst, dann braucht es Leute, deine Freund*innen und einige ihrer Bekannten, und auch die Kontakte ihrer Kontakte. Siehst du eine Ähnlichkeit zu dem, was ein/e Influencer*in tun soll?

Ein/e Influencer*in sucht in der Regel nach Menschen, die einen unverwechselbaren Eindruck hinterlassen wollen und ihre Botschaft unter den Menschen, die ihnen folgen, verbreiten möchten.

Wenn du etwas verändern willst, sei es mit einer Pizza-Party, in deiner Klasse oder in deinem täglichen Leben, musst du dich zunächst

darauf konzentrieren, was und warum du etwas verändern willst. Wenn unter den Antworten auch die ökologische Nachhaltigkeit ist⁴ ⁵ die mit Mode zu tun hat, ist dieser Leitfaden genau das Richtige für dich!

Also beginnen wir!

Wenn du etwas bewirken willst, musst du nicht gleich zum/zu einer Influencer*in werden (wenn du willst, kannst du es versuchen), aber wir empfehlen dir, damit anzufangen, in deinem Freund*innen- und Bekanntenkreis Veränderungen zu bewirken.^{6,7} Wir laden dich ein, sich um sie zu kümmern, sie zu motivieren, ihnen deine Ziele mitzuteilen und sie in den Prozess einzubeziehen.

Für eine tolle Pizza-Party braucht man Leute! Deshalb ist es der erste Schritt, ein Peer Guide zu sein und andere junge Menschen wie dich einzubeziehen.

Wer kann ein Peer Guide sein und was macht ein Peer Guide? Jede/r kann ein Peer-Guide sein. Kurz gesagt ist ein Peer-Guide eine Person, die sich dafür einsetzt, anderen Menschen, die mehr oder weniger

⁴ <https://www.environmentalscience.org/sustainability>

⁵ <https://circularecology.com/sustainability-and-sustainable-development.html>

⁶ <https://evp.org>

⁷ https://europa.eu/youth/home_en

gleichaltrig sind, zu helfen, sie zu unterstützen und sie in bestimmte Aktivitäten einzubinden. Du musst keine berühmte Person sein, aber von allen Peer Guides wird erwartet, dass sie positiv sind, ein Vorbild und ein/e Botschafter*in.

Um ein zuverlässiger Peer Guide zu sein, solltest du zunächst das Thema kennen und wissen, wofür du wirbst und worüber du mit anderen Menschen sprichst. Mit anderen Worten, um eine "Pizza-Party-Stimmung" aufrechtzuerhalten braucht man Hard-Facts! Man kann nicht die tollste Pizza-Party organisieren, ohne zu wissen, was Pizza ist und wo die nächste Pizzeria ist, um sie zu kaufen.

Um ein guter Peer Guide zu sein, solltest du:

- eine positive Einstellung fördern, um Erfahrungen zu machen
- Dein eigenes Wissen über das Thema verbreiten
- Erfahrungen machen und mit Freund*innen und Gleichaltrigen darüber sprechen
- Andere dazu motivieren, Peer-Guides zu sein

Nach und nach kannst du Ergebnisse sehen und zufrieden sein mit der Art und Weise, wie sich die Menschen deiner Botschaft oder

deinem Projekt nähern, du kannst Zufriedenheit empfinden und in gewisser Weise die Wirkung Ihrer Aktionen "anfassen".

Wenn du die beste Pizza-Party der Welt organisieren willst, denk an die Worte von Nelson Mandela: Es liegt in euren Händen, etwas zu verändern".

Hast du schon, was es braucht, um ein Peer Guide zu sein?

Finde es heraus, mit unserem Wear(e)able-Quiz!



So funktioniert es: Wähle für jede Frage nur eine Antwort aus. Am Ende dieses Leitfadens findest du, was du noch brauchst (oder auch nicht), um ein Peer Guide zu sein.

1. Was würdest du tun, wenn du als Schülersprecher*in gewählt werden würdest und dem/der Schulleiter*in einen Plan für die Renovierung der Schulkantine vorlegen müsstest?

- A. *Ich würde selbstständig einen Aktionsplan erstellen und ihn der Peer Group vorstellen, bevor ich diesen dem/der Schulleiter*in präsentiere.*
- B. *Ich würde meinen eigenen Plan erstellen, ihn der Peer-Group vorstellen, diesen mit ihr diskutieren und ihn entsprechend den erhaltenen Vorschlägen anpassen*
- C. *Ich würde mit der Gruppe einen Aktionsplan ausarbeiten.*
- D. *Ich würde mit der Gruppe und dem/der Schulleiter*in einen Aktionsplan ausarbeiten, und ich würde die ganze Verantwortung übernehmen.*

2. Wenn du ein/e Influencer*in wärst, wie würdest du deine Rolle ausführen?

- A. *Ich würde mich um die Videoproduktion kümmern, um sie auf meinen sozialen Medien wie YouTube, Tik Tok, Instagram und FB zu veröffentlichen.*
- B. *Ich würde einen Redaktionsplan erstellen, um mindestens einen Beitrag pro Woche in den sozialen Medien zu veröffentlichen.*
- C. *Ich würde versuchen, ein Vertrauensverhältnis zu meinen Follower*innen aufzubauen, indem ich Fragen und Antworten (Q&A) stelle.*

*D. Ich würde versuchen, ein Vertrauensverhältnis zu meinen Anhänger*innen aufzubauen, indem ich Live-Treffen organisiere, um über relevante Themen zu sprechen.*

3. Du bist mit deinen Freund*innen zusammen und hast das Bedürfnis, ihnen ein Erlebnis mitzuteilen, an dem du beteiligt warst und das für deine Freund*innen wichtig sein könnte, aber scheinen dir keine Aufmerksamkeit zu schenken. Wie verhältst du dich?

A. Ich versuche, den optimalen Zeitpunkt zu finden, um die Bühne zu betreten und zu erklären, was ich sagen will.

B. Ich werde wütend, weil sie mir nicht zuhören, und ich erhebe meine Stimme, um gehört zu werden.

C. Ich verhalte mich wie ein Opfer und nehme eine passiv-aggressive Haltung ein, die mich defensiv macht.

*D. Mit all meinen Fähigkeiten und Fertigkeiten versuche ich, die Aufmerksamkeit meiner Freund*innen zu erregen.*

4. Du bist zu Hause, schaust aus dem Fenster und siehst einen Jungen/ein Mädchen, der/die seine leere Chips-Packung auf den Boden wirft. Was tust du?

A. Ich tue nichts, weil ich überzeugt bin, dass ich keine Macht über diese Situation habe.

- B. Ich fange an, aus dem Fenster zu schreien und den Jungen/das Mädchen zu beschimpfen, um zu zeigen, dass sein/ihr Verhalten nicht gut ist.*
- C. Ich gehe aus dem Haus, hebe die leere Packung Chips auf und werfe sie in den ersten Mülleimer in der Nähe und versuche, mit dem Jungen/dem Mädchen zu reden, ohne dass meine Worte belehrend klingen.*
- D. Ich gehe aus dem Haus, hebe die leere Packung Chips auf und werfe sie in den ersten Mülleimer in der Nähe.*

5. Du gehst mit deinem Hund spazieren und stellst fest, dass sich ein Stück Stahl, das die Begrenzung des Blumenbeets markiert, angehoben hat und jede/n zu verletzen droht, der/die unbemerkt dagegen stößt.

- A. Ich versuche, das Stück Stahl so zu befestigen, dass es nicht Gefahr läuft, Passant*innen zu verletzen.*
- B. Ich versuche, das Stück Stahl so gut wie möglich zu reparieren, so dass es keine Gefahr für Passant*innen darstellt, und ich stelle ein Schild mit einer Aufschrift auf, die die Gefahr auch für diejenigen deutlich macht, die sie nicht sofort bemerken.*
- C. Ich setze meinen Weg fort, denn es ist nicht meine Aufgabe, sauber zu halten, und ich war es nicht, der ihn angehoben hat.*

*D. Ich wende mich an die/den Gemeindeverwalter*in, um mich über Vandalismus zu beschweren..*

6. Heute fühlst du dich richtig glücklich und fröhlich, weil du eine gute Tat vollbracht hast, durch die du dich für die Welt nützlich fühlst. Was tust du gerade?

- A. Ich sage es meinen Freund*innen und meiner Familie sofort, damit sie diesen Moment der Freude mit mir teilen können.*
- B. Ich habe die Nachricht in meinem WhatsApp-Status veröffentlicht, aber ich versuche, sie geheim zu halten.*
- C. Ich schreibe einen schönen, ausführlichen Beitrag darüber, was ich getan habe und wie ich mich dabei gefühlt habe, und teile ihn so oft wie möglich in den sozialen Medien (und vielleicht in meinem Blog).*
- D. Ich behalte es für mich, weil ich keinen Grund habe, anderen mitzuteilen, was mit mir passiert.*

Prüfe die Antworten am Ende dieses Leitfadens und entdecke den Peer Guide in dir.

2. Wie man nachhaltige Mode verbreitet

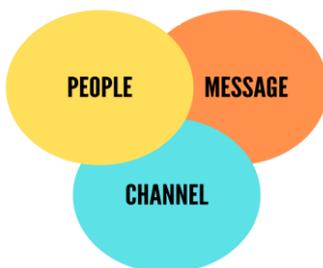
Einer der schwierigsten Schritte ist die Verbreitung deiner Botschaft. Um auf die Pizza-Party zurückzukommen: Was würdest du als Erstes

tun, um eine Pizza-Party zu organisieren?

Verbreite die Information an deine Freund*innen und bitte sie vielleicht um Hilfe. Ein Peer Guide tut dasselbe, er/sie spricht mit Freund*innen, Gleichaltrigen und



der Familie über das, was ihn/sie interessiert, er/sie teilt mit dir Informationen über das Thema und bezieht dich in die Diskussionen, Aktionen und Aktivitäten ein. Je nachdem um welche Personen es sich handelt, kannst du frei sprechen oder diskutieren, oder du musst das Thema schrittweise einführen, indem du zunächst einige Informationen, einige Quellen/Ressourcen gibst, um seine/ihre Aufmerksamkeit und sein/ihr Interesse daran zu wecken.



So sollte es funktionieren: Du brauchst Menschen, du brauchst eine Botschaft, und du brauchst einen Kanal.

Der Kanal sollte für diese Freund*innen und Gleichaltrigen am Besten geeignet sein. Was nutzt du normalerweise am meisten? Soziale

Medien, Chats ... Nun, das sind die perfekten Kanäle für den Anfang

Mit anderen Worten kannst du zum Beispiel spezielle Nachrichten erstellen, um das Thema auf interessante Weise anzusprechen, indem du deine bevorzugten sozialen Netzwerke oder Chat-Kanäle nutzt. Du kannst interessante Videos oder Bilder finden und mit ihnen teilen und eine Diskussion mit ihnen beginnen, oder du kannst sogar einen Filmabend organisieren. Hier findest du einige Quellen zum Thema nachhaltige Mode:

- The life cycle of a t-shirt - Angel Chang (YouTube)
https://youtu.be/BiSYoeqb_VY
- A toast to the future of fabrics - Gary Cass (YouTube)
<https://youtu.be/ab6RV3E6Xkl>
- The Machinists (YouTube)
<https://youtu.be/AOc9dhmScRY>
- The True Cost (YouTube)
https://youtu.be/OaGp5_Sfbss
- River Blue (trailer - YouTube)
<https://www.youtube.com/watch?v=pfPMEMGbrj4>
- Sweatshops: A Sad Truth that still continues
<https://www.youtube.com/watch?v=u9k3nmcOhZA>
- <https://youtu.be/1ScG9TspWBO>

- <https://www.greenpeace.org/international/story/6956/what-are-microfibers-and-why-are-our-clothes-polluting-the-oceans/>
- <https://ewwr.eu/>
- <https://www.facebook.com/thesustainablefashionforum>
- <https://youtu.be/1ScG9TspWB0>

Eine andere, allgemeinere Möglichkeit besteht darin, in den sozialen Medien, in deinem Social-Media-Feed einige positive Geschichten, einige Interviews oder sogar einige Influencer*innen-Videos zu dem Thema zu teilen, um die Aufmerksamkeit deiner Kontakte zu erregen.

Es kann auch nützlich sein, Veranstaltungen zum Thema zu verbreiten, Freund*innen und Gleichaltrige einzuladen, sich mit Ihnen zusammen daran zu beteiligen und es selbst zu verbreiten.

Einige der populärsten Aktionen und Veranstaltungen werden organisiert von:

- Fashion revolution movement⁸

⁸ <https://www.fashionrevolution.org/>

- Youth Fashion Summit⁹ - Global Fashion Agenda¹⁰
- Sustainable Fashion Forum¹¹

In dieser Phase ist es auch sehr schwierig, deine Freund*innen dazu zu bringen und zu motivieren, ihrerseits Botschafter*innen und Vorbild zu sein, aber am Ende dieses Abschnitts möchten wir dir das folgende Schema vorschlagen, das aus einer anderen Projektaktivität für junge Menschen stammt (FAKE OFF - Learning, Training and Teaching event)¹²

Nimm dir einige Minuten Zeit, um das Schema auszufüllen. Du solltest die Namen von Personen eintragen, die sich mehr oder weniger in deinem direkten Umfeld befinden. Dies kann zu einer Art Nachverfolgungs-Instrument werden, und wenn du Menschen in der dritten und vierten Spalte erreichst, bedeutet das, dass die Kette funktioniert, dass sich Menschen verändern und dass dein Einfluss Aufsehen erregt. Dies kann auch ein kollaboratives Auffüllen sein, so dass du deine Freund*innen und Kontakte fragen kannst, wen sie erreichen wollen. Wenn du glaubst, dass du die Menschen in der 3. und 4. Spalte direkt erreichen kannst (oder du erreichst sie

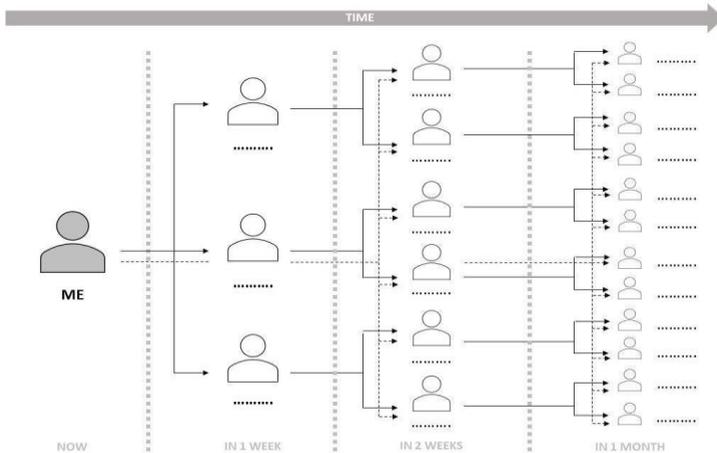
⁹ <https://www.globalfashionagenda.com/>

¹⁰ <https://www.facebook.com/youthfashionsummit/>

¹¹ <https://www.thesustainablefashionforum.com/>

¹² www.fake-off.eu

tatsächlich direkt), kannst du die unterbrochene Linie, die du mit diesen Menschen verbindest, ausmalen.



3. Top 10 der nachhaltigen Maßnahmen in der Modebranche

Worum geht es bei der Botschaft? Bei dem Projekt "Wear(e)able-best dressed sustainably" geht es um nachhaltige Mode und darum, wie die negativen Auswirkungen von Fast Fashion und die

Verschmutzung durch Mikroplastik, die durch synthetische Kleidungsstücke verursacht wird, bekämpft werden können.^{13 14}

Wie auch immer, um ein/e gute/r Influencer*in und ein guter Peer Guide zu sein, sollte man sich ein wenig für das Thema interessieren und/oder das Thema bis zu einem gewissen Grad beherrschen. So wurde für das Thema nachhaltige Mode im Rahmen des "Wear(e)able"-Projekts eine Lernplattform entwickelt, um das Thema Bekleidungsindustrie, Lebenszyklusproduktion, Materialien und Behandlung von Kleidungsstücken, Kleidungsetiketten, Umweltauswirkungen usw. auf dynamische Weise zu vertiefen.

Denk daran: Links zu Tools und Lernplattformen können auch Teil deiner Botschaft in sozialen Medien und Chats sein.

Zur Erinnerung: Im Folgenden stellen wir kurz die 10 wichtigsten Maßnahmen für nachhaltiges Handeln im Bereich Mode und Kleidung vor:

¹³ <https://www.greenpeace.org/international/story/6956/what-are-microfibers-and-why-are-our-clothes-polluting-the-oceans/>

¹⁴ https://ec.europa.eu/info/research-and-innovation/research-area/environment/circular-economy/plastics-circular-economy_en

- 1- Kaufe weniger, wähle gut aus und achte gut auf die Dinge (V. Westwood)
- 2- Folge dem Capsule wardrobe movement¹⁵
- 3- Denke darüber nach, was du wirklich brauchst und wähle Qualität vor Quantität.
- 4- Kaufe vorzugsweise Kleidungsstücke aus Naturfasern, um die Verschmutzung durch Mikroplastik zu vermeiden.
- 5- Vermeide den Kauf von Kleidung mit den folgenden Hinweisen auf dem Etikett: "Nicht bügeln", "Vor dem Tragen waschen" - es deutet auf eine fragwürdige chemische Verunreinigung hin, vermeide den Kauf von Kleidung mit diesen Hinweisen.
- 6- Wasche, wenn nötig, in voller Ladung, von innen nach außen, mit ähnlichen Farben und unter Verwendung biologisch abbaubarer Waschmittel.
- 7- Benutze einen Guppyfriend-Beutel zum Waschen deiner synthetischen Kleidung
- 8- Vermeide Waschmittel mit Chlorbleiche
- 9- Lagere deine Kleidung richtig, lerne, wie man sie repariert oder recycelt ... do it yourself!

¹⁵ <https://bemorewithless.com/> and <https://www.thegoodtrade.com/features/what-is-a-capsule-wardrobe>

- 10- Spende oder tausche deine Kleidung, die du nicht mehr brauchst.

4. Einige alternative Aktionen: Stimmen junger Menschen

Hier stellen wir einige alternative Aktionsideen vor, die von den jungen Menschen aus Österreich, Litauen, Polen und Italien, die an den Workshops des Projekts "Wear(e)able" teilgenommen haben, entwickelt wurden. Sie zielen darauf ab, ihr Wissen über das Thema nachhaltige Mode zu erweitern, ihr Bewusstsein für die negativen Umweltauswirkungen der Modeindustrie zu schärfen und sie als Designer konkreter alternativer Aktionen zu gewinnen, die verbreitet werden sollen:

1) Erstelle gemeinsam mit Freund*innen eine Plattform, Seite oder Website, über die du Informationen über nachhaltige Kleidung austauschst, Veranstaltungen organisierst und eine Karte mit nachhaltigen Geschäften erstellen kannst.

2) Erstelle mit deinen Freund*innen QR-codierte Poster oder Aufkleber vor Geschäften, um Informationen über die Modeindustrie zu verbreiten, die jede/r kennen sollte.

- 3)** Stelle Knöpfe, Perlen und Strasssteine aus organischen Materialien wie Holzresten, Stoffresten und Samen her.
- 4)** Erstelle eine soziale Kampagne gegen das aggressive Marketing von Bekleidungsunternehmen zu entwickeln.
- 5)** Organisiere einen Kleidertausch mit deinen Freund*innen!
- 6)** Mach einen Stand auf einem kleinen Flohmarkt, um zusammen mit Freund*innen gebrauchte Kleidung in gutem Zustand zu verkaufen
- 7)** Organisiere nachmittags Treffen mit Freund*innen, um aus alten Denim-Klamotten recycelte Taschen herzustellen.
- 8)** Mach einen Workshop zum Recyclen von alten Kleidungsstücken

Alle Materialien, die im Rahmen des Projekts "Wear(e)able" entstanden sind, sowie die vollständige Beschreibung dieser alternativen Aktionsideen und die Vertiefung des Themas nachhaltige Mode finden Sie auf der Projekt-Website¹⁶ und in der vorhandenen Toolbox¹⁷.

¹⁶ www.weareable-fashion.eu

¹⁷ <https://www.weareable-fashion.eu/resource-toolbox/>

Hast du das Zeug zum Peer Guide?

Ergebnisse vom Wear(e)able Quiz:

1. **Die optimale Antwort ist B.** Es ist immer gut, wenn ein Peer Guide ein Bezugspunkt und ein Vorbild für die Peers ist, aber er/sie ist kein/e Einzelkämpfer*in. Ein guter Peer Guide arbeitet mit Gleichaltrigen zusammen, versucht, ihre/seine Bedürfnisse zu verstehen, bezieht sie in alle Phasen eines Projekts ein und würdigt nicht seine/ihre individuellen Fähigkeiten, sondern eher die der Gruppe. Sie versuchen auch immer, so viele Menschen wie möglich einzubeziehen, nicht nur diejenigen, die sie bereits kennen.
2. **Die optimale Antwort ist D.** Die Figur des Influencers/der Influencerin gewinnt heute immer mehr an Bedeutung. Ein/e Influencer*in zu sein bedeutet, ein Bezugspunkt für Gleichaltrige und eine Bezugsperson zu sein, die in der Lage ist, gute Praktiken und innovative Ideen zu verbreiten. Es wäre gut, wenn der/die Influencer*in Gleichaltrige nicht nur online, sondern auch persönlich einbeziehen würde, um die Möglichkeiten des Austauschs zwischen jungen Menschen zu verbessern.
3. **Die optimale Antwort ist D.** Ein guter Peer Guide muss in der Lage sein, alle seine sprachlichen Fähigkeiten zu nutzen, um bei seinen/ihren Mitschüler*innen Eindruck zu schinden.

Denke auch daran, dass du anderen zuerst zuhören musst, um gehört zu werden. Achte also darauf, was deine Freund*innen sagen, und fördere stets den Austausch von Ideen und Erfahrungen.

4. **Die optimale Antwort ist C.** Ein guter Peer Guide versucht immer, mit gutem Beispiel voranzugehen und mit seinen Peers auf eine Art und Weise zu sprechen, die nicht wie ein Prediger oder ein Großelternteil klingt. Es ist gut, wenn Gleichaltrige miteinander über ihr Verhalten sprechen können, und der Peer Guide sollte sich bemühen, die Gründe für die Handlungen der Gleichaltrigen zu verstehen und versuchen, Veränderungen anzuregen, ohne sich aufzudrängen.
5. **Die optimale Antwort ist B.** Ein guter Peer Guide geht nicht nur mit gutem Beispiel voran und setzt gutes Verhalten um, sondern versucht auch, Menschen zu unterstützen. Wenn er Er/sie eingreift, sollte er/sie daher immer versuchen, die größtmögliche Wirkung auf Menschen zu erzielen, die er/sie nicht kennt, die aber von seinem/ihrem Handeln profitieren könnten.
6. **Die optimale Antwort ist C.** Wir haben gesagt, dass ein guter Peer Guide versucht, Gleichaltrige in persönliche Aktivitäten einzubeziehen, aber es ist auch wichtig, dass seine/ihre

positiven Aktionen so viele Menschen wie möglich erreichen können. Wenn du also über soziale Medien oder einen Blog verfügen, mach davon Gebrauch, indem du alles postest, was du gut gemacht hast und von dem du glaubst, dass es auch Menschen weit weg von dir nützen wird. Denk daran, dass es kein Fehler ist, soziale Medien zu nutzen, um eine positive Wirkung zu erzielen.

Bibliographie and Websites

<https://www.greenpeace.org/international/story/6956/what-are-microfibers-and-why-are-our-clothes-polluting-the-oceans/>

https://ec.europa.eu/info/research-and-innovation/research-area/environment/circular-economy/plastics-circular-economy_en

Rob H., *'From what is to what if, unleashing the power of imagination to create the future we want'*, Chelsea Green Publishing, London, 2019

<https://www.environmentalscience.org/sustainability>

<https://circularecology.com/sustainability-and-sustainable-development.html>

<https://eyp.org>

https://europa.eu/youth/home_en

<https://www.fashionrevolution.org/>



<https://www.globalfashionagenda.com/>

<https://www.facebook.com/youthfashionsummit/>

<https://www.thesustainablefashionforum.com/>

www.fake-off.eu

<https://www.greenpeace.org/international/story/6956/what-are-microfibers-and-why-are-our-clothes-polluting-the-oceans/>

https://ec.europa.eu/info/research-and-innovation/research-area/environment/circular-economy/plastics-circular-economy_en

<https://bemorewithless.com/>

<https://www.thegoodtrade.com/features/what-is-a-capsule-wardrobe>

<https://youtu.be/1ScG9TspWB0>

<https://ewwr.eu/>

<https://youtu.be/1ScG9TspWB0>

The life cycle of a t-shirt - Angel Chang (YouTube)

https://youtu.be/BiSYoeqb_VY

A toast to the future of fabrics - Gary Cass (YouTube)

<https://youtu.be/ab6RV3E6Xkl>

The Machinists (YouTube)

<https://youtu.be/AOc9dhmScRY>

The True Cost (YouTube)



https://youtu.be/OaGp5_Sfbss

RiverBlue (trailer - YouTube)

<https://www.youtube.com/watch?v=pfPMeMGbrj4>

Sweatshops: A Sad Truth that still continues

<https://www.youtube.com/watch?v=u9k3nmcOhZA>

LOCAL PARTNER

Jonathan Cooperativa Sociale

Via Corsica n.2

350156, Piazzola sul Brenta (PD), Italy



www.jonathancoop.at



@JonathanCooperativa



@jonathan_cooperativa

WEAR(E)ABLE
BEST DRESSED SUSTAINABLY



www.weareable-fashion.eu



@WeareableBestDressedSustainably



we_areable



Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben. Projektnummer: 2019-3-AT02-KA205-002603



Kofinanziert durch das
Programm Erasmus+
der Europäischen Union

