

T-shirten du bär

- och spåren den lämnar efter sig

För åk 7-9 -

Nivåindelade uppgifter och begreppslista

2026-09-23

Nivå 1 - Lätt

Uppgift 1: Mina kläder

Fundera på dina kläder.

Svara på frågorna:

1. Hur många nya plagg tror du att du köper på ett år?
2. Vilket plagg använder du mest?
3. Har du någon gång köpt ett plagg som du nästan aldrig använt?

Skriv 3-5 meningar.

Uppgift 2: Begrepp

Förklara orden med egna ord.

- Naturfiber
- Syntetiska fibrer
- Fast fashion
- Överkonsumtion

Du kan skriva en mening till varje ord.

Nivå 2 - Medel

Uppgift 3 : Ett plaggs resa

Välj ett plagg, till exempel:

- jeans
- t-shirt
- hoodie

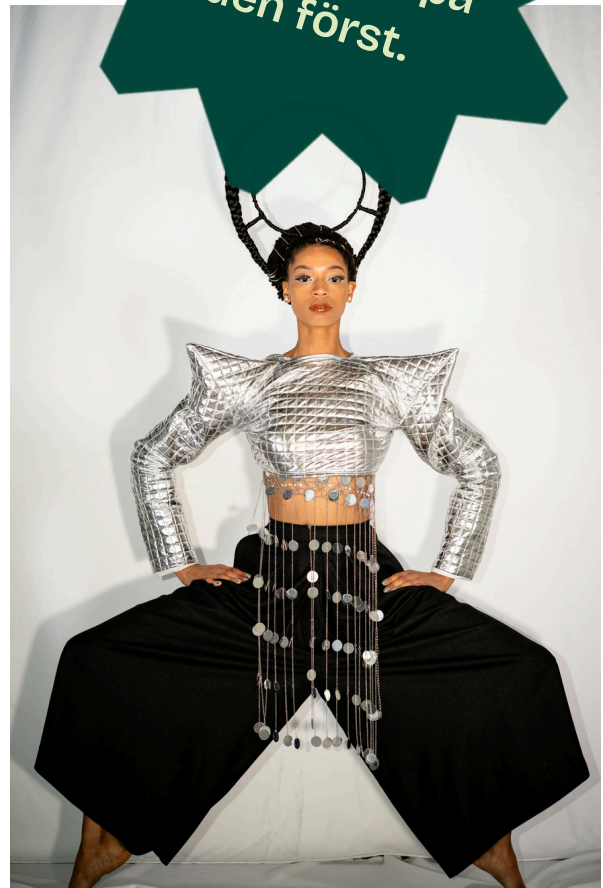
Beskriv plaggets resa.

Svara på frågorna:

1. Vilket material är plagget gjort av?
2. Var kan materialet komma ifrån?
3. Hur kommer plagget till affären?
4. Vad händer med plagget när det inte används längre?

Rita gärna bilder till.

Begreppslista
hittar du sist.
Kika gärna på
den först.



Uppgift 4: Nytt av gammalt

Välj ett plagg hemma som du sällan använder.
Hitta på minst två nya sätt att använda plagget.

Du kan:

- kombinera det med andra kläder,
- ändra stilen,
- använda det vid andra tillfällen.

Gör en affisch eller en Canva-sida med rubriken:

Nytt av gammalt

Använd bilder och korta texter.

Nivå 3 - Lite svårare

Uppgift 5: Reklam och kläder

Titta på en reklam för kläder eller mode.

Svara på frågorna:

1. Vad försöker reklamen sälja?
2. Vem tror du att reklamen riktar sig till?
3. Skulle reklamen få dig att vilja köpa plagget? Varför eller varför inte?

Skriv en kort text.

Uppgift 6: Hållbara klädval

Skriv en kort artikel där du guidar dina läsare i ett modemagasin kring slow fashion.

Berätta:

- Vad kan du göra för att använda dina kläder längre?
- Hur kan man minska mängden kläder som slängs?
- Vilket tips tycker du är bäst och varför?

Slow fashion är motsatsen till fast fashion och innebär ofta att en vill ha färre plagg, bättre kvalitet, hållbart producerade material och gärna lokala märken eller second hand. Det innebär också medvetna klädinköp och att en cirkulerar vidare det som inte används.



Diskussionsfrågor:



1. Varför tror du att många vill köpa nya kläder?
2. Är det viktigt att följa modet? Varför eller varför inte?
3. Vad kan man göra med kläder som man inte längre använder?
4. Hur många t-shirts /hoodies/jeans tror du att du äger?
5. Vilken är din favorittröja och varför tycker du om den?
6. Hur länge brukar en t-shirt användas innan den slängs eller skänks bort?
7. Var tror du att en t-shirt börjar sin resa innan den hamnar i en butik?
8. Vad är en t-shirt oftast gjord av?
9. Vilka olika människor tror du arbetar för att en t-shirt ska kunna tillverkas och säljas?
10. Hur tror du att bomull odlas och blir till tyg?
11. Hur tror du att en t-shirt transporteras från fabriken till Sverige?
12. Vilka resurser tror du behövs för att tillverka en enda t-shirt?
13. Vad händer med kläder som lämnas in till second hand?
14. Varför tror du att så många kläder tillverkas varje år?
15. Vad händer med miljön när vi köper fler kläder än vi behöver?
16. Hur kan våra klädval påverka människor i andra delar av världen?
17. Vad är skillnaden mellan återanvändning, återbruk och återvinning av kläder?
18. Vilket tror du är bäst för miljön: att köpa nytt, låna, byta, laga eller köpa second hand? Varför?

Visste du att?

Människor runt om i världen köper idag ungefär dubbelt så många kläder som för 20 år sedan.

Men många plagg används bara ungefär hälften så länge som tidigare. Det betyder att mer resurser används för att tillverka fler kläder som används under kortare tid.

Några begrepp:

Fibrer – tunna trådar som används för att göra tyg.

Naturfiber – fibrer som kommer från växter eller djur, till exempel bomull eller ull.

Syntetiska fibrer – fibrer som tillverkas i fabriker, till exempel polyester

Överkonsumtion – att köpa mer än man egentligen behöver

Fast fashion – billiga kläder som produceras snabbt och säljs i stora mängder

Producentansvar – regler som gör att företag ansvarar för sina produkters avfall

Cirkulär ekonomi – ett system där material återanvänds och återvinns istället för att slängas.

Livscykelanalys (LCA) – en metod för att undersöka hur en produkt påverkar miljön från råvara till avfall eller återvinning.

Råvara – ett material från naturen som används för att tillverka produkter.

Bombullsodling – plats där bomull odlas för att bli textilier och kläder.

Bevattning – att tillföra vatten till odlingar när det inte regnar tillräckligt.

Bekämpningsmedel – kemiska ämnen som används för att skydda växter mot skadedjur och ogräs.

Miljökatastrof – en mycket allvarlig skada på natur och miljö.

Kemikalier – ämnen som används i tillverkning och som kan påverka människor och miljö.

Förorena – att göra vatten, mark eller luft smutsigare eller skadlig.

Naturresurser – sådant vi hämtar från naturen, till exempel vatten, skog, olja och metaller.

Ekosystem – samspelet mellan djur, växter, människor och naturen i ett område.

Klimatpåverkan – hur något bidrar till utsläpp som påverkar jordens klimat.

Mikroplaster – mycket små plastpartiklar som kan hamna i naturen och vattnet.

Arbetsmiljö – den miljö och de villkor som människor arbetar under.

Arbetsvillkor – regler och förhållanden kring arbete, till exempel arbetstid och lön.

Hållbart – något som fungerar på lång sikt utan att skada människor eller miljö.

Återbruk – att använda en produkt igen istället för att kasta den.

Textilier – material som används för att göra exempelvis kläder, gardiner och sängkläder.

Textilåtervinning – återvinning av gamla textilier så att materialet kan användas igen.

Energiåtervinning – när avfall förbränns för att producera värme eller el.

Blandmaterial – ett material som består av flera olika material, till exempel bomull och polyester.

Kvalitet – hur bra något är och hur länge det håller.

