

МОДУЛ 2. МОДА БЕЗ ОТПАД:
ЕКОЛОГИЈА, КРЕАТИВНОСТ, СВЕСНОСТ



СВЕСНА МОДА

КРЕАТИВНОСТ И ПРАКТИЧНИ ВЕШТИНИ

СЦЕНАРИО ЗА ОБУКА



Co-funded by
the European Union



FERI



СОДРЖИНА

01

Вовед 3

Воведни информации: распоред на часови, целна група, предложени наставни методи, цели на часовите, препораки за едукаторот.

02

Тек на сесијата 6

Пример за тек на сесијата

03

Преглед на содржината 10

Опис на десет вежби со вклучување на учесниците.

04

Заклучок 55

Резиме на работилницата и изразување благодарност

05

Дополнителни материјали 56

Евалуациски прашалник, сертификат за учесник

01 ВОВЕД



Времетраење на сесиите:

4 часа (со можност да се поделат на две средби од по 2 часа)



Целна група:

Работилниците се наменети за млади лица на возраст од 15 до 19 години, вклучувајќи ученици и млади возрасни кои:

- се заинтересирани за модата и нејзиното влијание врз животната средина;
- сакаат да го продлабочат своето разбирање за брзата мода и нејзините алтернативи;
- бараат практични совети за тоа како свесно да купуваат облека;
- подготвени се критички да ги преиспитаат своите навики за купување.



Предложени методологии:

- работилници и соработка преку проекти;
- модериран дијалог;
- тимска и индивидуална работа;
- мини-презентации;
- иновативни експерименти.



Потребни материјали за часовите:

- работни листови 1–10
- остатоци од материјали, искористена облека, прибор за шиене

- уметнички материјали (лепак, алатки за сечење, прибор за боење)
- лаптоп, проектор, интернет конекција
- садови, природни бои (за активности со боење)



Цели на работилницата:

- Развивање на еколошка свест преку модата.
- Продлабочување на разбирањето на концептите за мода без отпад (zero waste) и повторна употреба на материјалите (upcycling).
- Поттикнување на креативноста и унапредување на практичните (рачни) вештини.
- Стекнување способност за дизајнирање и изработка на парчиња како дел од бавната мода (slow fashion).



Ставови и компетенции што се развиваат за време на работилниците:

- планирање и стратешко размислување за модни иницијативи;
- тимска работа;
- занаетчиски вештини и техники за реставрација;
- креативно решавање на проблемите (design thinking);
- презентација на концепти и аргументирање на идеи.



Проценети предизвици:

- Недоволни вештини за шиенење – се препорачува да се обезбедат едноставни упатства и/или поддршка од лице со искуство.
- Предизвици во набавка на рециклирани материјали – потребна е проактивна подготовка.
- Страв од презентирање на сопствените идеи – поттикнете безбедна и отворена средина.



Препораки за едукаторот:

- Поттикнувајте експериментирање и иновативни методологии – воздржете се од оценување на резултатите, туку поддржете го процесот.
- Создадете средина на транспарентност и доверба – креативноста најдобро се развива кога нема страв од грешки.
- Прилагодете го темпото на работа според потребите на учесниците – одредени фази може да бараат повеќе време.
- Презентирајте примери на мода без отпад и инспирирајте преку автентични приказни за брендови и иницијативи.
- Овозможете размена на идеи и искуства помеѓу учесниците, вклучувајќи работа во парови и мали групи.
- Прифатете ги разликите во вештините – не е неопходно сите да шијат совршено. Важен е концептот и посветеноста.
- Поттикнувајте соработка – групниот дизајн ги зајакнува комуникацијата и креативното размислување.
- Охрабрете продолжување на активностите по работилницата, преку домашен предизвик или заедничка иницијатива.

02 ТЕК НА СЕСИЈАТА

Преглед на темите од курсот

Едукаторот дава преглед на тематскиот опфат на работилниците „мода без отпад“. Тој започнува со кратка презентација која го илустрира значајното влијание на модната индустрија врз животната средина, притоа презентирајќи податоци за потрошувачката на вода, емисиите на CO₂ и количината на облека што на крајот завршува на депонии.



На пример, се наведува дека **за производство на една памучна маица се потребни дури 2.700 литри вода**, а годишно фрламе приближно **92 милиони тони облека**.

Потоа, го објаснува концептот на дизајнирање облека според **филозофијата на мода без отпад** – пристап кој има за цел да го минимизира остатокот на материјал при креирањето на шемата за кроење и вклучува користење рециклирани ткаенини. Таа потенцира дека модата без отпад не значи откажување од стилот; напротив, тоа промовира свесни, иновативни и одржливи избори.

Се истакнува важноста на креативноста – наместо да купуваме нова облека, можеме да дизајнираме уникатни додатоци и да им дадеме нов живот на веќе постоечките парчиња.

Едукаторот нагласува дека **секој учесник има потенцијал да биде архитект на промената**, и дека нивните одлуки имаат значајна тежина. Во овој момент, може да се искористи мултимедијална презентација за модулот или слика од општествена кампања за дополнителна визуелна и емоционална поддршка.

Поттикнува учесниците на размислување:

- Што се случува со облеката што ја фрламе?
- Дали е возможно да се создава мода без да се создава отпад?
- Кои се некои од начините за измена на облеката?



Претставување на едукаторот:

Во овој момент, едукаторот ја споделува својата лична приказна и инспирацијата за реализирање на работилниците. Може да каже неколку реченици за тоа како започнала неговата/нејзината приказна со модата без отпад, на пример:

“

Пред неколку години, почнав да ја доживувам мојата гардероба како да има свој сопствен живот — секогаш имав премногу облека, а сепак чувствував дека немам што да облечам. Еден ден одлучив да не купувам ништо ново еден месец и наместо тоа, да ги истражам продавниците за користена облека. Токму таму открив... кошула со етикета на Gucci за само 12 евра. Се разбира, беше во големина XXL, и изгледав како дете облечено во преголема облека. Но се вљубив во процесот — ја преправив, ги скратив ракавите, и денес таа кошула ми е омилена за важни состаноци. Тоа беше почетокот на моето целосно преиспитување на модата.

Преку лична анегдота, едукаторот гради поврзаност со учесниците, покажувајќи дека темата може да биде пристапна и блиска до секојдневието. Ваквиот пристап овозможува полесно воведување во суштинската содржина на работилницата, на еден автентичен и инспиративен начин.



Активност за загревање: Поврзување на тимот

Вежба: „Приказната на моето парче облека“

Учесниците разговараат за едно парче облека кое го имаат изменето, го наследиле или кое има особено емотивно значење за нив. Тоа може да биде подарок од сакана личност, облека најдена во продавница за користена облека, лично преправено парче или едноставно омилено парче облека со значајна приказна.

Едукаторот може да постави дополнителни прашања, како на пример:

- Каде ја купи таа облека?
- Какво значење има за тебе?
- Дали лично се грижеше за неа или ја преправи?
- Дали постои некоја духовита, трогателна или инспиративна приказна поврзана со неа?



Целта на вежбата е да се поттикне атмосфера на отвореност и размислување за емотивното значење на облеката. Учесниците се охрабруваат да ја доживуваат облеката не само како предмет, туку како носител на спомени, приказни и поврзаности. Овој вовед природно се поврзува со концептот на одговорна мода, кој промовира грижа за облеката и продолжување на нејзиниот животен век.



Формирање групни правила

За да се создаде средина на взаемна почит и посветеност, едукаторот заедно со учесниците формулира насоки за соработка. Тие можат да се запишат на табла, а учесниците се охрабруваат да предложат свои идеи и правила.

ПРИМЕР ПРАВИЛА

- **Почит:** Активно слушаме и не се прекинуваме меѓусебно.
- **Активност:** Секој има право да го изрази своето мислење.
- **Отвореност:** Се воздржуваме од осудување и ги споделуваме нашите искуства.
- **Практичност:** Се стремиме да создадеме насочени и применливи решенија.

Едукаторот потенцира дека работилниците претставуваат форум за дијалог, каде што секој глас има значење.

03 ПРЕГЛЕД НА СОДРЖИНАТА

Мини предавање: Дали навистина ни треба уште еден пар фармерки?

Да бидеме искрени: Колку пати сте купиле нешто само затоа што било на попуст? Или затоа што „сите моментално го носат“? Или – моето омилено оправдување – затоа што „сигурен/сигурна сум дека ќе ми се најде“? Токму така.

Истражувањата покажуваат дека просечниот Европеец купува околу 15 килограми облека годишно. Во меѓувреме, типичниот гардеробер е преполн – вратите не можат ни да се затворат. Само 20% од таа облека се носи редовно; останатите парчиња тагуваат, чекајќи „подобри денови“ или моментот кога „ќе ослабнам 5 килограми“.

Модната индустрија е вториот најголем загадувач во светот. За производство на една памучна маица се трошат количини на вода колку што едно лице би испило за 2,5 години. А за еден пар фармерки? Потребни се помеѓу 7.000 и 10.000 литри вода. Дополнително, проблемот не е што фармерките ја „впиваат“ таа вода, туку што таа не се рециклира – напротив, се враќа во реките како загадена отпадна вода полна со бои и хемикалии.

Марк Твен забележал: „Купувај го она што ти треба, не она што го посакуваш – паричникот не е направен од гума.“ Слично на тоа, Вивиен Вествуд, иконата на панк модата и прагматизмот, советува: „Купувај помалку. Бирај внимателно. Обезбеди долготрајност.“ Во тие зборови се содржи целата суштина.

Модата без отпад не значи дека треба да носиме вреќа од компири — иако, со внимателен дизајн, би можеле и да се изненадиме! Се сведува на свесни избори: да купуваме помалку, да рециклираме, да поправаме, а понекогаш едноставно... да одбиеме уште една маица со натпис „Friday Mood“.

Мода без отпад значи:



Трансформирање на стара облека и нејзино оживување.



Купување од продавници за користена облека и заеднички иницијативи, избор на рециклирани материјали.



Препознавање на брендови кои навистина ја ставаат во преден план благосостојбата на луѓето и животната средина.

Бидејќи, како што вели Ен Лапе:

“

Секојпат кога трошиш пари, изразуваш избор за светот кој сакаш да го видиш.



**Па, какви се твоите
одлуки денес?**

ВЕЖБА 1.

ТАБЛА ЗА ИНСПИРАЦИЈА ЗА КОЛЕКЦИЈА СО НУЛА ОТПАД



Проценето време: 45 минути.



Цел на вежбата

Целта на вежбата е да се развие способноста за свесно планирање на модни проекти со фокус на принципите на нулта отпад. Учесниците – млади и возрасни со интерес за мода и еколошки дизајн – ќе научат како да ги изразат вредностите, естетиката и концептот на својата колекција преку изработка на табла за инспирација (moodboard). Оваа вежба поттикнува креативност, охрабрува размислување за личниот стил и промовира внимателен избор на инспирација.



Ресурси за едукаторот

Вежба 1: ТАБЛА ЗА ИНСПИРАЦИЈА ЗА
КОЛЕКЦИЈА СО НУЛА ОТПАД

Потребни материјали:

- картички, лепак, ножички
- Магазини
- Компјутер или таблет



Упатства за едукаторот

Едукаторот кажува: „Денес ќе изработуваме moodboard – или табла за инспирација – која ќе ви помогне во планирањето на вашата колекција со нулта отпад. Таблата служи како алатка за да се дефинира стилот, боите и атмосферата на проектот, но и за собирање инспирација.

Во модата без отпад, дизајнот мора да биде свесен и намерен – затоа внимателно изработената табла за инспирација ќе ви помогне да развиете кохерентна и одржлива колекција.“



Знаење за едукаторот

Moodboard како дизајнерска алатка

Тоа претставува визуелна мапа за инспирација и е исклучително корисна алатка при создавањето на модна колекција – особено кога станува збор за одржлива мода. Тој помага во организирање на идеите, дефинирање на стилската насока и градење на кохерентна и инспиративна дизајнерска атмосфера.

Следниве чекори треба да се дискутираат со учесниците (Работен лист бр. 1)

1

Moodboard е табла за инспирација — колаж од слики, бои, текстури и обрасци што ја отсликува посакуваната атмосфера, стил и вредности на замислената колекција. Може да се изработи во аналоген формат (на пример, на картон) или во дигитален формат (со користење на графички софтвер).

2

Охрабрете ги учесниците да истражуваат списанија, веб-страници, Pinterest, лични фотографии или примероци од ткаенини. Важно е инспирациите да бидат во согласност со концептот на нулта отпад и да создадат кохерентна целина — како на естетско, така и на тематско ниво.

3

Помогнете ѝ на групата да избере тема што ќе го води целиот проект — на пример: „Еко иднина“, „Урбана природа“, „Рециклирање и стил“ или „Минимализам со нула отпад“. Добро дефинирана тема го олеснува изборот на елементи и придржувањето до избраната естетика.

4

Учесниците започнуваат со изработка на своите индивидуални табли. Елементите може да се залепат, илустрираат, испечатат или подготват дигитално. Едукаторот може да понуди поддршка поставувајќи прашања како: Дали боите се усогласени?, Дали избраната тема е јасно видлива?



Секој учесник ја претставува својата табла за инспирација и накратко ги објаснува избраните елементи. Корисно е заеднички да се разгледаат елементите што придонесуваат за успешна табла (moodboard) и како таа може да послужи како основа за понатамошен дизајн на облека во согласност со принципите на мода без отпад.

Прашања за учесниците по завршување на вежбата:

- Што ти беше најголемиот извор на инспирација?
- Кои бои и текстури, според тебе, најмногу одговараат на еко-модата?



Таблата овозможува подобро планирање на проектот преку визуелно прикажување на стилот и атмосферата на колекцијата. Тој служи како основна референтна точка за наредните фази од работата.

ВЕЖБА 2.

ДИЗАЈНИРАЊЕ НА ОБЛЕКА ОД КОРИСТЕНИ МАТЕРИЈАЛИ



Проценето време: 60 минути.

Цел на вежбата

Целта на вежбата е да се развијат вештини за иновативна употреба на облека од втора рака, истовремено поттикнувајќи еколошка перспектива за модата преку реупотреба на материјалите.



Ресурси за едукаторот

Вежба 2: ДИЗАЈНИРАЊЕ НА ОБЛЕКА ОД
КОРИСТЕНИ МАТЕРИЈАЛИ

Потребни материјали:

- Хартија, моливи, фломастери
- Износена/стара облека
- Игли, конец, копчиња, копчиња со патент, други затворачи, ножици








Упатства за едукаторот

Едукаторот кажува: „Рециклираната мода не значи само заштеда, туку и креативна забава! Денес ќе дизајнирате облека користејќи материјали што веќе ги поседувате. Размислете како нешто застарено може да се претвори во нешто ново и уникатно.

Ќе се фокусираме на иновативен дизајн во контекст на рециклирање. Вашата задача е да трансформирате едно старо парче облека и да му дадете нов живот – во духот на концептот за реупотреба на материјалите.“

Работиме според пет чекори:

-  Имате некоја стара облека што сакате да ја замените. Можеби тоа е кошула, панталони, блуза, фустан — парче што ретко го носите сега, но сепак не сакате да го фрлите.
-  Размислете како сакате да ја измените. Можеби можете да ја скратите, да додадете нови елементи, да ја промените бојата или целосно да ја трансформирате — на пример, да претворите кошула во кратка блуза. А зошто да не и торба од тексас?
-  Земете лист хартија и нацртајте ја вашата идеја. Прецизирајте ги материјалите, боите и техниките што планирате да ги користите. Може да додадете украси, парчиња, апликации — сè што одговара на вашата визија.
-  Споделете ги вашите скици со другите — во парови или во групи. Објаснете ги вашите намери и причините зад нив. Можете да побарате предлози и да разјасните некои нејасноти и на тој начин да го унапредите вашиот проект.
-  Сега започнете со работа! Искористете ги материјалите и алатите што ви се на располагање — конци, игли, ножици, копчиња. Потрудете се да создадете нешто што не е само оригинално, туку и усогласено со принципите на одржлива мода.

Верзија составена само од дизајнерски скици исто така може да биде достапна, во зависност од условите за одржување на обуката.

Прашања за учесниците по завршувањето на вежбата:

- Кои методи ги искористивте?
- Кој беше најголемиот предизвик?
- Би сакале ли да ги носите вашите дизајни во секојдневието?



Мото за на крајот:



Рециклирањето во модата го намалува отпадот и ја поттикнува креативноста. Давајќи им втор живот на парчињата облека, ги ублажуваме нивните штетни последици врз животната средина.



Знаење за едукаторот:

Оваа вежба се темели на концептот на реупотреба на материјалите – иновативно пренаменување на облека и текстил што инаку би биле фрлени. За разлика од рециклирањето, кое најчесто вклучува разложување на материјалите во нови влакна, концептот на реупотреба на материјалите се фокусира на давање нова форма и вредност на постоечките предмети – без нивно разградување на основни сировини.

Зошто е значајно?

- Учесниците откриваат дека модата не мора секогаш да значи купување нови парчиња; напротив, таа може да претставува креативна преработка на она што веќе го поседуваме.
- Изменувањето на облеката поттикнува развој на мануелна умешност, просторна свест и чувство за естетика.

- Ова исто така претставува одлична можност за дискусија за одговорна потрошувачка, почитување на човечкиот труд и зачувување на природните ресурси.

Кои аспекти треба да се приоритизираат при спроведување на оваа вежба?

- **Не ја оценувајте изработката според техничкиот квалитет;** за многумина ова е нивен прв обид во шиене или дизајнирање. Патувањето и процесот се поважни од совршениот резултат.
- **Поттикнете храброст и иновација** — понекогаш она што изгледа како обична облека може да се претвори во нешто извонредно.
- **Создадете средина за размена на идеи и инспирации** — соработката ја зголемува вклученоста и ја поттикнува креативноста.
- **Презентирајте примери на реупотреба на материјали** со подготвени фотографии од трансформации на облека или донесете преработено парче облека како извор на инспирација.
- **Понудете техничка поддршка** — не секој учесник е запознаен со ракување со игла или со планирање на крој. Кратки упатства или демонстрација чекор по чекор можат да бидат од голема корист.
- **Истакнете ја емоционалната вредност на облеката** — охрабнете ги учесниците да внесат значење во своите дизајни преку шари, бои, приказни и симболи.

ВЕЖБА 3.

АНАЛИЗА НА ПРИМЕРИ НА ОДРЖЛИВИ МОДНИ КОЛЕКЦИИ



Проценето време: 30 минути.



Цел на вежбата

Целта на оваа вежба е да се продлабочи разбирањето за современите дизајнерски практики во рамки на одржливата мода. Учесниците ќе имаат можност да анализираат колекции што успешно ги спојуваат естетиката со грижата за животната средина. Вежбата поттикнува критички пристап кон модните брендови и промовира информиран избор кај потрошувачите.



Ресурси за едукаторот

Вежба 3: АНАЛИЗА НА ПРИМЕРИ НА ОДРЖЛИВИ МОДНИ КОЛЕКЦИИ

- хартија и пенкало
- примери од еколошки модни колекции (фотографии, видеа, текстови)
- интернет



Упатства за едукаторот

Едукаторот изјавува: Денес ќе разгледуваме како познати брендови и дизајнери развиваат еколошки колекции. Ќе откриете кои материјали се најодржливи и кои решенија придонесуваат за намалување на отпадот.

Пребарајте на интернет примери од колекции за одржлива мода. Фокусирајте се на материјалите и техниките на производство, како и на методологијата во екологијата.

Споредете различни брендови и нивните еколошки пристапи. Дали постојат разлики во стратегиите што ги користат големите и малите претпријатија?

Подгответе кратка презентација за колекцијата што ја избравте и презентирајте ги вашите сознанија.

Дискутирајте за вашите увиди: Кои решенија ви се најинтересни? Може ли еко-модата да стане норма во модниот сектор?

Прашања за учесниците по завршувањето на вежбата:

- Кои брендови се на челната позиција во одржливата мода?
- Кои материјали преовладуваат во нивните колекции?
- Кои еколошки решенија најмногу ве изненадија?



Резиме:

Одржливата мода претставува иднина. Со избор на еколошки материјали и со внимателно купување на облека, можеме да придонесеме за зачувување на животната средина.

Свесниот потрошувач влијае на насоката на развој на модната индустрија. При евалуација на модни брендови, од суштинско значење е да се земе предвид нивната посветеност на одржливите практики, транспарентноста во процесите на производство и користењето на еколошки материјали.



Знаење за едукаторот

Оваа вежба им помага на учесниците да препознаат дека модата може – и треба – да биде усогласена со одговорноста,

и еколошките и социјалните аспекти се од суштинско значење. Улогата на едукаторот не се сведува само на прикажување позитивни примери – таа вклучува и едукација на учесниците како самостојно да ги оценуваат постапките на брендovите и да направат разлика помеѓу вистинска посветеност и т.н. „еко манипулација“ (greenwashing).

Што претставува одржлива мода?

Одржливата мода претставува методологија во дизајнирањето, производството и потрошувачката на облека што ги зема предвид последиците врз животната средина, општеството и идните генерации.

Таа опфаќа:

- Избор на одржливи материјали (на пр. лен, коноп, органски памук, Tencel, рециклирани влакна);
- Производство што ги почитува правата на работниците и локалните заедници;
- Транспарентност во ланецот на снабдување;
- Минимизирање на отпадот и емисиите на стакленички гасови;
- Долготрајност на производот – што вклучува издржливост, безвременски дизајн и можност за поправка или трансформација.

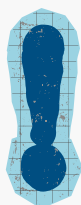
Кои теми треба да се опфатат за учесниците?

- **Како да се добијат информации за брендот:** веб-страница, извештаи за одржливост, сертификати (GOTS, Fair Trade, OEKO-TEX, PETA Vegan Approved итн.).
- **На што да се обрне внимание во колекциите:** материјали, фреквенција на колекции во текот на годината, локација на производството и маркетинг комуникација (дали станува збор за насочени активности или само за слогани?).

- **Како да се препознае „еко манипулација“ (greenwashing):**
избегнување на конкретни податоци,
користење на општи термини (на пр. „еко“, „природно“) без
објаснување, недостаток на потврда од независни сертификати.

Примери на одржливи брендови:

- Patagonia – пионер во одржливата мода за надворешни услови,
познат по транспарентноста и социјалната одговорност.
- Stella McCartney – дизајнерка која се залага за мода без кожа и
крзно, користи органски и рециклирани материјали.
- Seaside Tones – полски бренд што произведува облека од
природни, локално набавени материјали.
- Eileen Fisher, Reformation, Veja и People Tree – брендовите се
познати по својата посветеност на бавната мода и етичкото
производство.



Внимание!

Важно е да се напомене дека не секој мал бренд е по природа одржлив, ниту пак секој голем бренд е нужно неетички.

Клучниот фактор е да се направи внимателна анализа и да се поставуваат прашања за целите и пораките што стојат зад оваа вежба.

ВЕЖБА 4.

РАБОТИЛНИЦА ЗА РАЧНО ШИЕЊЕ – ПОПРАВКА НА ОБЛЕКА



проценето време: 60 минути.



Цел на вежбата

Целта на оваа вежба е учесниците да развијат основни вештини за рачно шиене како средство за продолжување на животниот век на облеката и намалување на текстилниот отпад. Оваа иницијатива е наменета за лица кои сакаат активно да се грижат за својата облека во согласност со принципите на филозофијата за мода без отпад.

Ресурси за едукаторот



Вежба 4: РАБОТИЛНИЦА ЗА РАЧНО ШИЕЊЕ – ПОПРАВКА НА ОБЛЕКА

- игли
- конци во различни бои
- ножици
- копчиња
- парчиња материјал за шиене
- материјали за вежба (стара облека, пробни парчиња ткаенина и сл.)



Упатства за едукаторот

Едукаторот изјавува: Наместо да ја фрлиме облеката поради мали оштетувања, можеме да ја поправиме!

Денес ќе научите основни техники за рачно шиене кои ќе ви помогнат да го продолжите животниот век на вашата облека и да го намалите непотребното трошење на ресурси.

Инструкции во пет чекори:

1

Разговор за техники за поправка – започнете со совладување на основите на рачното шиене. Мали дупчиња може да се поправат со неколку бодови, за поголеми оштетувања може да се стават апликации, или едноставно да се зашијат раскинати шавови. Овие едноставни, но вредни вештини ќе ви помогнат да го продолжите животот на вашата облека.

2

Подготовка на материјали – секој учесник избира едно оштетено парче облека за поправка. Дополнително, треба да се подготват игла, конци (по можност во боја што се совпаѓа со ткаенината), ножици и остатоци од други материјали. Може да се користат и украсни конци, ако сакате поправката да ја збогати естетиката на облеката!

3

Вежбање шиене – пред да се премине на поправка на вистинската облека, испробајте различни техники на парчиња ткаенина. Вежбајте прави бодови, поправање со везење (darning) и зашивање на апликации. Ова ќе ви помогне да утврдите кои методи ви се најлесни и како изгледаат во пракса. Ако имате прашања – сега е идеален момент за разјаснување!

4

Поправање на облека – време е да започнете со вистинската поправка! Користете ги избраните техники за да ја зашиете облеката на начин што е и естетски пријатен и издржлив. Размислете за додавање креативни елементи, како обоени конци или декоративни крпеници, за да ѝ дадете нов карактер на облеката.

5

Презентација на резултатите – прикажете ги вашите поправени парчиња облека пред групата и објаснете која техника сте ја користеле.

Кој беше најголемиот предизвик, а што ви донесе најмногу радост?

Дали сега сте повеќе склон(и) да ја поправите вашата облека, наместо да ја фрлите?

Прашања за учесниците по завршувањето на вежбата:

- Која техника на шиене ви беше најлесна, а која најтешка?
- Сметате ли дека поправката на облека е изводливо и корисно решение?
- Кои дополнителни методи можете да ги примените за да го продолжите животниот век на вашата облека?



Знаење за едукаторот

Оваа активност има за цел да ги запознае учесниците со основните техники на рачно шиене. Оваа вештина не само што штеди ресурси и го продолжува животниот век на облеката, туку и нуди задоволство од одржување на парчињата што веќе ги поседуваме.

Во рамките на филозофијата за мода без отпад, рачното шиене претставува еден од наједноставните и најдостапни начини за намалување на текстилниот отпад.

Кои се придобивките од учењето рачно шиене?

- Дури и скромната вештина како поправање дупче или пришивање копче може да спаси многу парчиња облека од фрлање.
- Ги ограничуваме непотребните купувања, штедиме природни ресурси и го намалуваме создавањето отпад.

- Дури и малите поправки можат да станат стилски елемент; живописен конец, видлива закрпа или уметнички извезена поправка може да се претворат во декоративна карактеристика.
- Облеката што сме ја поправиле самите често добива повеќе лична и вредна смисла.

Основни рачни бодови (кои ќе се совладаат за време на работилницата):

1. Прав бод (привремен шев)

- Најосновен бод, идеален за спојување на ткаенини или за привремено шиене.
- Движење на иглата: вертикално, во рамномерни интервали.

2. Рачно шиене со игла

- Поцврсто од привременото шиене, го имитира машинскиот шев.
- Иглата се движи под ткаенината, формирајќи непрекината линија.

3. Скриен бод (невидлив)

- Се користи, на пример, за подвиткување на ракави или ногавици.
- Се шие од внатрешната страна, при што бодот останува сокриен меѓу слоевите на ткаенината.

4. Крпење (со вез или мрежа)

- Се користи за поправање дупки — особено кај плетени облеки и чорапи.
- Вклучува создавање на „закрпа“ од конци — најпрво се везат хоризонтални, а потоа вертикални нишки.

5. Пришивање апликација

- Се шие дополнително парче ткаенина врз дупката.
- Може да се користат декоративни бодови, како што се цик-цак или украсни везови.

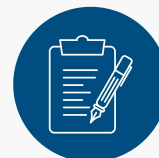


Насоки за едукаторите:

- Претставете го секој бод на посебно парче материјал — чекор по чекор. Може да се користат подготвени графички прикажувања.
- Овозможете им на учесниците доволно време за вежбање, бидејќи повторувањето на секој бод повеќепати е од голема корист.
- Поттикнете го истражувањето на разнобојни конци, форми и материјали.
- Запомнете дека шиењето претставува начин за релаксација и свесност; тивката и повторувачка природа на оваа активност помага во смирување на умот.
- Нагласете дека не се стремиме кон совршенство; првите бодови може да бидат нерамномерни, и тоа е сосема во ред.

ВЕЖБА 5.

ЕКСПЕРИМЕНТИРАЊЕ СО ПРИРОДНО БОЈАДИСУВАЊЕ



Проценето време: 60 минути.

Цел на вежбата

Целта на оваа вежба е да ги запознае учесниците со светот на природното бојење на ткаенини како еколошка алтернатива на индустриските техники. Учесниците ќе ги истражуваат предностите од користењето бои добиени од растенија, ќе ја развиваат својата креативност и ќе откријат како самостојно да ѝ дадат уникатен карактер на својата облека.

Оваа активност е наменета за лица заинтересирани за еколошка мода и ракотворби, кои сакаат да стекнат практично знаење и да црпат инспирација од природата во процесот на креативно дизајнирање.



Ресурси за едукаторот

Вежба 5: ЕКСПЕРИМЕНТИРАЊЕ СО ПРИРОДНО БОЈАДИСУВАЊЕ

- бел текстил (памук, лен)
- природни бои од зеленчук (куркума, цвекло, чај, спанаќ, кромид)
- лонци, вода, сол, оцет (за фиксирање на бојата)



Упатства за едукаторот

Едукаторот изјавува: Сега ќе продолжиме со експеримент за бојење текстил со природни бои!

Ќе откриете кои растенија може да се користат за боење и како да создадете сопствени еколошки шари на ткаенината. Ова претставува одлична можност да им се даде нов живот на старите парчиња облека и да се избегне употребата на хемиски бои.



Насоки за учесниците

Преглед на природни бои – Векови наназад, луѓето ги боеле ткаенините користејќи екстракти добиени од растенија, овошје и зеленчук. Различни техники се применувале низ различни делови на светот; на пример, куркумата била користена во Индија за добивање на интензивна жолта нијанса, боите од орев биле популарни во Европа, а индигото бил омилен кај домородните племиња во Северна Америка. Природното боење не само што е еколошки прифатливо, туку овозможува и создавање на уникатни нијанси кои е невозможно да се реплицираат. Денес, ќе истражувате неколку методи и лично ќе ја набљудувате нивната примена.

Подготовка на материјалите – изберете ја ткаенината што сакате да ја обоите. Памукот или ленот се најдобар избор, бидејќи добро ја впиваат бојата. Секој учесник ќе избере и природна боја – опциите вклучуваат куркума (жолта), цвекло (розова), чај (кафеава), спанаќ (зелена) или кромид (портокалова).

Дополнително, подгответе лонци, вода и сол или оцет, кои ќе помогнат во фиксирањето на бојата и ќе ја зголемат нејзината трајност.

Подготовката на „купката“ со боја започнува со зовривање вода во лонец. Изберете боја; доколку користите зеленчук, исечкајте го на помали парчиња, а ако користите зачини додадете соодветна количина. Оставете смесата да врие на тивок оган.

Загревајте 30 до 60 минути, сè додека водата не добие интензивна боја. За тоа време, можете да го набљудувате процесот на извлекување на пигментите од природните состојки.

Боење на ткаенината – сега доаѓаме до највозбудливата фаза! Потопете ја вашата ткаенина во „купка“ со боја. Времето на натопување во растворот ќе го одреди интензитетот на бојата. Може да експериментирате и со техниката на „tie-dye“, која вклучува врзување на ткаенината на различни начини за да се добијат уникатни шари. По најмалку 30 минути, внимателно извадете ја ткаенината и проценете го резултатот.

Сушење и проценка на резултатите – по завршување на процесот на боење, ткаенината треба темелно да се исплакне со ладна вода за да се отстрани вишокот боја. Потоа, треба да се закачи да се суши на добро проветрено место, идеално на сончева светлина, која може дополнително да ја засили бојата. Откако ткаенината ќе се исуши, разгледајте го добиениот ефект.

- Кои нијанси успеавте да ги добиете?
- Какви шари се појавија на ткаенината?

Секој ефект е единствен, што го прави ова одличен метод за персонализирање на вашата облека во духот на мода без отпад.

- Која боја даде најдобар резултат?
- Какви шари успеавте да создадете?
- Дали ја гледате можноста за поширока примена на природните бои во модната индустрија?



Резиме:

Природното боeње не служи само за обновување на облеката, туку и како оживување на традиционални методи што се поодржливи. Оваа практика овозможува создавање на уникатна, еколошка облека. Можеби откривте и нова страст?



Знаење за едукаторот

Која е основната цел на природното боeње?

Природното боeње претставува еколошка, безбедна и иновативна алтернатива на хемиските бои. Овој пристап овозможува обновување на облеката и создавање на уникатни дизајни, при тоа зачувувајќи ја животната средина.

Што е важно да им се пренесе на учесниците:

- Природните бои се добиваат од растенија, зеленчук, овошје, билки и зачини.
- Бојата може да потекнува од:
 - куркума (жолта)
 - цвекло (розова)
 - кромид (портокалова)
 - спанаќ (зелена)
 - чај или кафе (кафеава)
- Природните ткаенини, како памук, лен и свила, имаат подобра способност за впивање на бојата.
- За фиксирање на бојата:
 - сол се користи при боeње со растенија
 - оцет се користи при боeње со овошје
- Колку подолго ткаенината стои во растворот, толку поинтензивна станува бојата.

Практични совети:

- Направете демонстрација по чекори: загревање на бојата, потопување на ткаенината, перење на ткаенината, сушење

- Поттикнете експериментирање: користете tie-dye техника, омбре ефект, врзување со гумени ластичиња, виткање на ткаенината.
- Охрабрете секој учесник да користи различна боја, со цел да се споредат резултатите и да се набљудуваат различните ефекти



Интересен факт:

Боите по природа се различни; секоја боја реагира на поинаков начин со различни ткаенини, што го прави секој проект уникатен.

ВЕЖБА 6.

ИЗРАБОТКА НА МИНИ КОЛЕКЦИЈА СО НУЛА-ОТПАД



Проценето време: 45 минути



Цел на вежбата

Целта на оваа вежба е да се развијат вештини за тимска работа и иновативен моден дизајн во рамки на концептот нула отпад. Учесниците заеднички планираат, носат дизајнерски одлуки и прифаќаат одговорен пристап кон користење на рециклирани материјали. Оваа вежба поттикнува креативност, промовира соработка и ги унапредува практичните дизајнерски вештини.



Ресурси за едукаторот

Вежба 6: ИЗРАБОТКА НА МИНИ
КОЛЕКЦИЈА со НУЛА-ОТПАД

- носена облека, остатоци од текстил
- хартија, моливи, маркери
- табли за инспирации (mood boards)
- ножици, лепило
- пристап до интернет за пребарување инспирација



Упатства за едукаторот

Едукаторот изјавува: Ќе работите во групи за да развиете мини колекција со нула отпад. Тоа значи дека ќе дизајнирате облека на начин кој што создава што е можно помалку отпад.

Материјали, и наместо да користите нови, искористете ги суровините што веќе ги поседувате. Заеднички ќе ја одредите естетиката на колекцијата, ќе ги изберете основните елементи и ќе ја подготвите финалната презентација. Размислете како да ја зголемите одговорноста и одржливоста во модата.

Поделете се во мали тимови. Секоја група ќе развие тема за својата колекција, како на пример: Урбан минимализам, Нула отпад колекција во бохо стил или Футуристичка еко-мода. Одредете ги вредностите што сакате да ги пренесете преку вашата колекција.

Барајте инспирација на интернет, во модни списанија или преку винтиџ облека. Размислете кои материјали можете повторно да ги искористите, како на пример: стари фармерки, кошули, завеси или текстилни остатоци. Дополнително, може да вклучите декоративни елементи што ќе го засилат карактерот на колекцијата.

Секоја група развива скици од своите проекти. Потребно е да се креираат најмалку три елементи од колекцијата – на пример, панталони, блуза и моден додаток. Имајте на ум дека главната цел е да се намали отпадот – осмислете стратегија како ефикасно да се искористи секој остаток од материјалот.

Ако имате пристап до материјали и алати, можете да изработите прототипи на избраните елементи од колекцијата. Ако не, изработете детални цртежи и табли за инспирација кои ќе го прикажат замислениот изглед на колекцијата.

Секоја група ќе подготви кратка презентација за својата колекција. Може да ја споделите изворната инспирација.

Инспирацијата, користените материјали и објаснувањето зошто вашата колекција се совпаѓа со филозофијата на нула отпад. Важно е да се запомни дека во модата, еднакво значење имаат и изгледот и пораката што ја пренесува.

Прашања за учесниците по завршување на вежбата:

- Кои предизвици ги почувствувавте при дизајнирањето на колекцијата?
- Дали беше лесно да пронајдете материјали за повторна употреба?
- Кои елементи на нула отпад ги вклучивте во вашата колекција?



Резиме:

Дизајнот со нула отпад бара иновативен пристап и внимателен избор на материјали. Преку оваа вежба, ги усвоивте вештините за создавање мода со намалување на отпадот и обновување на стара облека.

Овој пристап има голема еколошка и економска вредност. Со повторната употреба на материјали, ги штедиме природните ресурси и го намалуваме количеството отпад што завршува на депонии. Од глобална перспектива, модата со нула отпад може да ги ублажи негативните влијанија на текстилната индустрија врз животната средина.

Кружната економија, позната и како модел на економија во затворен круг, се фокусира на максимално искористување на постојните ресурси, наместо нивно фрлање.

Дизајнирате облека од повторно искористени материјали, со што ги намалувате трошоците за производство и докажувате дека е возможно да се создадат уникатни колекции без употреба на нови суровини.

Можете ли да замислите вакви колекции на модни писти? Или пак, како составен дел од едно пошироко движење кое промовира свесна потрошувачка и нов пристап кон модата?



Знаење за едукаторот

Оваа вежба поттикнува тимска соработка, креативност и стратешко планирање. Учесниците стекнуваат вештини за интегрирање на сопствените идеи во складна модна колекција што го става еколошкиот аспект во преден план.

Што треба да се има предвид:

- **Заедничка концепција** – секоја група треба да постави тема (на пр., стил, инспирација, порака на колекцијата).
- **Избор на материјали** – учесниците треба да користат рециклирани ткаенини, остатоци или локално достапни материјали.
- **Филозофија на нула отпад** – промовирајте дизајн без отпад: на пр., користење на цели парчиња ткаенина, пренамена на остатоци и нова интерпретација на постојни компоненти.
- **Поделба на задачи** – поттикнете ефикасна организација во групата: едно лице може да се фокусира на скицирање, друго на планирање модни додатоци, а трето на одржување стилска конзистентност.
- **Презентација** – визуелниот изглед е важен, но значајна е и приказната: што ја инспирираше колекцијата, за кого е наменета и каков концепт пренесува?

Оваа вежба не само што гради практични дизајнерски способности, туку и го развива еколошкиот и критичкиот начин на размислување кај младите.

ВЕЖБА 7.

НАДГРАДБА – ПРЕТВОРАЊЕ НА ОТПАД ОД ТЕКСТИЛ ВО СТИЛСКИ МОДНИ ДОДАТОЦИ



Проценето време: 45 минути



Цел на вежбата

Целта на оваа вежба е да се поттикне креативноста и рачната вештина преку изработка на модерни додатоци од отпадни материјали. Учесниците ќе стекнат вештини за креативна употреба на остатоци од ткаенини и стара облека во согласност со принципите на реупотреба, трансформирајќи ги во уникатни и функционални предмети.

Вежбата е наменета за лица кои се заинтересирани за мода, екологија и ракотворби, и сакаат да им дадат нова вредност на непотребните материјали.



Ресурси за едукаторот

Вежба 7: НАДГРАДБА – ПРЕТВОРАЊЕ НА
ОТПАД ОД ТЕКСТИЛ ВО СТИЛСКИ МОДНИ
ДОДАТОЦИ

- носена облека, остатоци од ткаенина
- игли, конци, копчиња, патенти
- ножици, маркери, хартија за скицирање
- лепило за ткаенина или машина за шиене





Упатства за едукаторот

Едукаторот изјавува: Денес ќе се фокусираме на апсајклинг – процесот на претворање текстилен отпад во вредни модни додатоци. Во свет каде модната индустрија генерира милиони тони отпад годишно, апсајклингот нуди начин да се пренаменат материјалите и да се намали создавањето отпад. Денес ќе создадете свои модни додатоци, вдишувајќи нов живот во остатоци од ткаенина!

Прво, да размислиме за концептот на реупотреба на материјалите. Тој не значи само рециклирање – туку претставува креативна трансформација, повторно искористување на старите предмети во целосно нови креации. Размислете кои додатоци сакате да ги дизајнирате: чанти, ранчиња, траки за коса, стегачи за коса, накит од ткаенина, паричници или козметички несесери. Побарајте инспирација од материјалите што ги имате на располагање.

Изберете стара облека, остатоци од ткаенина, копчиња, патенти или други материјали кои сакате да ги пренамените. Потоа, направете стратегија за вашиот проект – размислете како да ги споите различните елементи за да добиете модерен и функционален додаток. Можете да ја нацртате вашата идеја на лист хартија.

Исечете ги потребните парчиња ткаенина според вашиот дизајн. Размислете како да ги споите елементите за да создадете минимално отпад. Имајте на ум дека секое парче ткаенина е корисно – дури и најмалите остатоци може да се искористат како украс.

Користете игли, конец или лепило за ткаенина за да го изработите вашиот дизајн во складно ново парче.

Дополнително, можете да вклучите декоративни елементи како што се апликации, реси или монистра. Доколку имате пристап до машина за шиене, процесот може да биде побрз, но и рачното шиене дава одлични резултати.

Откако ќе го завршите проектот, претставете го вашето дело пред групата. Споделете кои материјали ги искористивте и зошто го одбравте токму овој проект.

Со какви предизвици се соочивте за време на изработката?

Верувате ли дека реупотребата на материјалите може да стане дел од вашиот секојдневен стил?

Прашања за учесниците по завршување на вежбата:

- Кои материјали се покажаа како најкорисни при реупотребата на материјалите?
- Дали беше едноставно да им се додели нова функција на старите предмети?
- Кои дополнителни предмети би можеле да се изработат од текстилен отпад?



Резиме:

Реупотребата на материјалите претставува не само креативен израз, туку и одржливо решение за проблемот со текстилниот отпад. Преку оваа практика можеме да увидиме колку вредни предмети може да се создадат од материјали кои инаку би биле фрлени. Овој пристап кон модата овозможува зачувување на природните ресурси, додека истовремено поттикнува развој на уникатен личен стил. Дополнително, може да инспирира создавање на сопствена линија на еко-додатоци.



Знаење за едукаторот

Оваа активност ги запознава учесниците со уметноста на реупотребата на материјалите преку дизајнирање и изработка на стилски додатоци од остатоци од ткаенина и носена облека. Таа поттикнува креативност, рачна изработка и чувство за естетика — сето тоа без потреба од професионални алати.

Што е важно да им се пренесе на учесниците:

- **Реупотребата на материјалите не е само начин за заштеда**, туку и медиум за самоизразување и создавање на уникатни предмети што не можат да се најдат во обичните продавници.
- **Додатоците се одлична почетна точка за патувањето во светот на мода без отпад** — не бараат шиенење на цела облека, но нудат голема креативна слобода.
- Мали предмети како копчиња, ленти, патенти или монистра може да се „спасат“ од стара облека и да добијат нов живот во нов контекст.

Идеи за изработка:

- Додатоци за коса и капи
- Торбички, футроли за телефони или футроли за очила
- Привезоци за клучеви, брошеви, беџови
- Мали чанти, торби
- Декоративни елементи за облека (апликации, амблеми, панделки)



Совети:

- **Поттикнете комбинирање на различни текстури и бои;** не постои единствен правилен пристап — сè зависи од концептот и храброста за експериментирање.
- **Осигурете се дека ги имате соодветните алатки** — ножици, игли и лепило треба да бидат достапни и внимателно избрани.
- **Нагласете ја важноста на рачната изработка и прифатете го духот на „slow fashion“** (бавната / одржливата мода) — секој додаток претставува лична приказна и е изјава против масовното производство.

ВЕЖБА 8.

МОДАТА НА ИДНИНАТА БАЗИРАНА НА НУЛА ОТПАД



проценето време: 50 минути



Цел на вежбата

Целта на оваа вежба е да се поттикне креативноста и прогресивното размислување за модата во рамките на екологијата и одржливиот развој. Преку осмислување на иновативни материјали и решенија, учесниците стекнуваат вештини за дизајнирање на мода на иднината која ги става во фокус грижата за животната средина и одговорната потрошувачка.

Вежбата е наменета за лица кои се заинтересирани за современи трендови, креативен дизајн и одржливи иновации во модната индустрија.



Ресурси за едукаторот

Вежба 8: МОДАТА НА ИДНИНАТА БАЗИРАНА НА
НУЛА ОТПАД

- хартија, моливи, боички, маркери
- компјутери или таблети за креирање дигитални табли за инспирација (moodboard)
- модни списанија и статии поврзани со иднината на модната индустрија
- примероци од еколошки текстили (опција)



Упатства за едукаторот

Едукаторот изјавува: Денес ќе патуваме во иднината. Замислете дека е 2050 година. Сцената на модата целосно се променила

и доживеа значителна трансформација – пластиката е целосно елиминирана, целата облека се произведува во затворен круг (кружен систем), а потрошувачите наместо да купуваат, избираат да изнајмуваат облека. Вашата задача е **да ја замислите иднината на модата со нула отпад. Размислете како ќе изгледа облеката, кои материјали ќе се користат и како ќе се развиваат методите на производство. Искористете ја вашата креативност за да ја обликувате визијата за модата на иднината.**

Размислете за сегашната состојба на модата со нула отпад и за потенцијалните трансформации што би можеле да се случат во иднина. Побарајте инспирација од технологии како: биоразградливи ткаенини, 3D-печатење во модата, рециклирани и иновативни материјали, концептот на облека што може повторно да се користи, редизајнира или преработи.

Замислете го светот во 2050 година.

- Каква е состојбата на модната индустрија?
- Кои технологии доминираат?
- Кои иновативни материјали се развиени?

Запишете ги вашите идеи и размислете кои решенија би можеле да имаат најголемо позитивно влијание врз животната средина, кои концепти би ја дефинирале иднината на модата?

Илустрирајте или изразете ја својата визија за идната колекција.

Дали облеката ќе содржи интегрирана технологија?

Можеби ќе биде целосно биоразградлива?

Кои корисни функции може да бидат вградени во неа?

Запомни дека дизајнот носи одговорност – како може модата да стане поодржлива?

Подгответе ја својата визија во форма на презентација, табла за инспирација или краток филм, доколку е возможно. Дополнително, можете да изработите прототип на идно модно парче или да изберете клучни елементи

на материјали кои сакате да ги користите во иднина.

Секоја група или учесник ќе ја претстави својата визија за модата на иднината.

Ве молиме споделете:

- Што ве инспирираше?
- Кои предизвици ги адресира вашиот проект?
- Кои се вашите предвидувања за идните трансформации во модната индустрија?

На крајот, заеднички ќе ги разгледаме и процениме идеите – кои визии се најизводливи за реализација и имаат потенцијал за вистинско влијание врз иднината на модата.

Прашања за учесниците по завршување на вежбата:

- Кои материјали би можеле да бидат алтернатива на пластиката во иднина?
- Дали гледате можност целосно да се искорени отпадот во модната индустрија?
- Кои иновации можат да ја унапредат одржливост



Резиме:

Дизајнирањето на модата на иднината не е само прашање на имагинација – тоа бара фокус на конкретни, применливи решенија. Светот има потреба од иновации кои ќе го минимизираат отпадот, ќе користат обновливи ресурси и ќе ја промовираат долготрајноста на облеката.

Можеби токму некои од вашите концепти ќе влијаат врз модната индустрија во наредните децении. На крајот на краиштата, иднината започнува со визија – а можеби токму вашите идеи ќе го променат светот на модата.



Знаење за едукаторот

Оваа вежба е по природа креативна и концептуална; нејзината цел не е создавање на финален производ, туку инспирирање на имагинацијата на учесниците, поттикнување на нивната креативност и насочување кон размислување за иднината на модата на еколошки и иновативен начин.

Како да ги запознаете учесниците со темата:

- Поттикнете ги да размислат за можната еволуција на модата во **следните 20–30 години**. Дали ќе вклучи дигитални иновации? Ќе премине ли на модуларен дизајн? Или можеби ќе се промени целата парадигма — од поседување кон изнајмување или печатење облека по потреба?
- Заедно **идентификувајте ги главните проблеми со кои се соочува современата мода**: отпад, масвно производство, загадување - размислете кои иновации би можеле да придонесат за нивно решавање.
- Поттикнете **експериментирање без ограничувања** — учесниците може да осмислат нови материјали, методи на производство и иновативни пристапи кон носење или дистрибуирање облека.

Примери за теми за разговор:

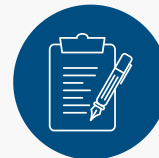
- **Материјали на иднината**: ткаенини од микелиум (mycelium), кожа од ананас (Piñatex), текстил од алги, влакна од млеко
- **Нови технологии**: 3D-печатење, „паметни“ ткаенини (со промена на боја, терморегулација), нанотехнологија во текстилната индустрија
- **Нов модел на потрошувачка**: изнајмување на облека, дизајни по нарачка, претплатнички сервиси за гардероба

Улога на едукаторот:

- Не ги ограничувајте учесниците на она што се смета за „реално“ — дозволете им слобода да ја користат својата имагинација. Нивните идеи можеби денес звучат недостижно, но кој може да предвиди што ќе донесе иднината?
 - Поставувајте им провокативни и инспиративни прашања:
„Кои материјали би ги користеле за изработка на облека во свет без памук?“
„Како би изгледала модата во општество без отпад?“
„Можно ли е облеката да може... да се јаде?“
- Користете креативни техники како: бура на идеи (brainstorming), табла со инспирации (mood/inspiration board), концептуална скица, стори-борд за модата на иднината

ВЕЖБА 9.

КРЕИРАЊЕ НА КАМПАЊА ЗА ЗАСТАПУВАЊЕ НА МОДА БЕЗ ОТПАД



Проценто време: 45 минути



Цел на вежбата

Целта на оваа вежба е да се развие способноста за создавање ефективна порака која застапува мода со нула отпад и ги промовира свесните, еколошки потрошувачки избори. Учесниците ќе стекнат вештини за користење на социјални кампањи и медиумска комуникација за обликување на ставовите на другите и мотивирање за промена на навиките.



Ресурси за едукаторот

Вежба 9: КРЕИРАЊЕ НА КАМПАЊА ЗА
ЗАСТАПУВАЊЕ НА МОДА БЕЗ ОТПАД

- картони и маркери
- компјутери или таблети за изработка на дигитални проекти
- пристап до интернет за прибирање информации и инспирација



Упатства за едукаторот

Едукаторот изјавува: Мода без отпад не се однесува само на одговорното производство на облека, туку и на свесните потрошувачки избори. Можеме да купуваме помалку, да избираме поквалитетни парчиња и да ѝ дадеме втор живот на облеката. Но, како да ги убедиме и другите да го направат истото? Денешната задача е да развиете социјална кампања.

Социјална иницијатива која ќе им покаже на луѓето колку е важно да се грижиме за облеката и да избираме мода со нула отпад.

- **Разбирање на проблемот** - Започнете со истражување на состојбата. Кои се главните предизвици поврзани со отпадот од облека? Колку текстил се фрла годишно на депонии? Какви се еколошките последици од прекумерната потрошувачка? Идентификувајте клучни факти и статистики што можете да ги користите како дел од вашата кампања.
- **Идентификување на целната публика** - Размислете со кого сакате да комуницирате преку вашата кампања: Ќе се насочите кон млади луѓе, потрошувачи на брза мода, модни дизајнери или производители? Јасно дефинираната публика ќе помогне во создавање на ефективна и насочена порака.
- **Развивање на порака и слоган** - Создадете централен концепт за кампањата — нешто кратко, инспиративно и со повик кон акција. На пример: „Облечи се свесно“ или „Твојата мода, твоето влијание“ или „Мал чекор за тебе, голем за планетата“. Слоганот треба да поттикне размислување и акција.
- **Дизајн на промотивни материјали** - Создадете визуелни елементи за кампањата: постери, објави за социјални мрежи, кратки видеа, инфографици или цитати. Може да користите фотографии, графици или дури и да снимите кратка видео порака. Содржината треба да биде привлечна, јасна и визуелно ефективна.
- **Презентација и дискусија** - Презентирајте ја вашата кампања пред групата: објаснете го проблемот што го адресирате, кој е таргетот, кои се предложените акции, кои елементи се највлијателни? Како би можеле да ја проширите кампањата за да допре до поширока публика.

Прашања за учесниците по завршување на вежбата:

- Кои аргументи се најубедливи за да ги поттикнат луѓето да ги променат своите навики?
- Дали вашата кампања навистина може да влијае врз одлуките на потрошувачите?
- Кои комуникациски канали би биле најефективни за пренесување на вашата порака?



Резиме:

Модата со нула отпад нема да стане широко прифатена доколку луѓето не ја разберат нејзината важност. Вашите социјални кампањи се клучен чекор кон зголемување на свеста кај потрошувачите и дизајнерите. Важно е да се запомни дека ефективната комуникација е од суштинско значење — добро осмислената порака може да инспирира илјадници луѓе да направат поодржлив избор.

Можеби еден ден вашата кампања ќе ја видите на јавни простори или на социјалните мрежи? Секоја трансформација започнува со моќна идеја.



Знаење за едукаторот

Оваа вежба ги учи учесниците како да создадат едноставна, но влијателна порака која ја промовира идејата за мода со нула отпад. Преку активноста, тие ќе имаат можност да ги поврзат своите еколошки знаења со вештини за ефективна комуникација и општествена акција.

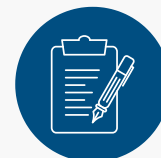
Што да се има предвид:

- Помогнете им на учесниците да изберат конкретна **тема за кампањата** (на пр. крпење облека, купување во продавници за користена облека, намалување на импулсивно купување, изнајмување облека итн.).
- Потсетете ги на основните елементи: **цел, целна публика, формат** (постер, слоган, објава, видео)
- Поттикнувајте **едноставни и инспиративни пораки** – повеќе инспирирај, помалку поучувај.
- Кампањата не мора да биде визуелно совршена – **најважна е идејата и пораката што се пренесува.**

Важно е да се нагласи:

- Што претставува „greenwashing“ и како може да се избегне?
- Колку се значајни едукацијата и примерното однесување?
- Секоја промена започнува со разговор; кампањата го означува нејзиниот почеток.

ВЕЖБА 10. СОЗДАВАЊЕ ЛИЧЕН ЕКО МОДЕН МАНИФЕСТ



Проценето време: 30 минути.



Цел на вежбата

Целта на оваа вежба е да ги инспирира учесниците да ги искажат своите вредности поврзани со одржливата мода на личен и креативен начин. Учесниците ќе откријат како модата може да биде средство за социјална комуникација и како преку уметност, текст и визуелен израз можат да се залагаат за одржлив начин на живеење.

Ресурси за едукаторот



Вежба 10: СОЗДАВАЊЕ ЛИЧЕН ЕКО
МОДЕН МАНИФЕСТ

- картони, маркери
- списанија за сечење
- носена облека за измена или реинтерпретација
- компјутери и таблети за графички дизајн
- камери или паметни телефони за визуелна документација.



Упатства за едукаторот



Едукаторот изјавува: Модата не е само естетика; таа претставува медиум преку кој можеме да се осврнеме на значајни прашања.

Дали некогаш си размислувал(а) дека твојот стил може да служи како...

Манифест? Денес ќе ги создадеме нашите лични пораки за одржлива мода. Вашата цел е креативно да објасните зошто модната индустрија треба да го стави планетата на прво место – и како вие ја замислувате трансформацијата на светот преку облеката.

Размислете за значењето на одржливата мода од ваша перспектива. Кои трансформации во модната индустрија ги сметате за најклучни?

Кои вредности сакаш да ги застапуваш? Запиши неколку клучни поими што одекнуваат со тебе. Размисли и за предизвиците што ги забележуваш во секторот за облека, како што се прекумерното производство, текстилниот отпад, деградацијата на животната средина и работните услови во производствените погони.

Претворете ги вашите идеи во манифест. Ова може да биде во форма на листа на принципи, слоган, поема или дури и графички приказ.

Манифестот треба да биде личен и да ја одразува твојата перспектива за модата и екологијата. Примери за принципи во манифестот може да бидат: Купувам помалку, избирам подобро, ги почитувам луѓето кои ја создаваат мојата облека, Помалку брза мода, повеќе квалитет.

За да го засилите влијанието на твојот манифест, формулирајте кратки и лесно запаметливи слогани. Следниов пристап може да биде корисен:

Рима: Купувам помалку, ја зачувувам планетата!

Метафори: Облеката е како дрвјата – дозволи им да живеат подолго.

Ангажирачки прашања: Што направи денес за планетата?

Контрастни комбинации: Брза мода – брза деградација, бавна мода – трајна одржливост.

Размислете кој е најефективниот начин за да го претставите својот манифест.

Имате можност да создадете постер, колаж, моден стил, да напишете текст за парче облека или да дизајнирате пост за социјални мрежи.

Дополнително, можете да осмислите слогани погодни за социјални кампањи. Модата е уметност — изразете ја вашата креативност.

Изразете го својот манифест на начин што најефективно ја пренесува неговата порака. Можете да го претставите усно, да изведете перформанс, да направите фотографии од стилизирање или да снимите кратко видео. Целта е другите јасно да ја разберат пораката што сакате да ја пренесете.

Споделете ги вашите манифести со групата. Кои се доминантните пораки? Дали успеавте да препознаете заеднички вредности? Што ви беше најинтригантно во оваа вежба? Како заклучок, ќе истражиме како модата може да влијае врз поединците и да придонесе за позитивна промена во светот.

Прашања за учесниците по завршување на вежбата:

- Кој слоган најпрецизно ја отсликува вашата перспектива за одржлива мода?
- Може ли модата да биде ефективно средство за изразување на општествени вредности?
- Кои конкретни чекори можете да ги преземете за да го претворите вашиот манифест во реалност?



Резиме:

Вашиот манифест не се состои само од зборови — тој ги претставува вашите вредности и убедувања. Модата е платформа преку која можете да отворите важни теми, да поттикнете свесност и да инспирирате промена. Таа може да биде ваш глас, ваш став и ваш придонес кон посветла и поодржлива иднина.

Секој од нас може да придонесе кон оваа револуција преку секојдневните избори. Кои се следните чекори што ќе ги преземете за да ги реализирате вашите идеи? Запомнете: силата на еден манифест лежи во неговата јасност — колку е поедноставен и поударен слоганот, толку е поголема веројатноста тој да биде запомнет и да инспирира промени кај другите!



Знаење за едукаторот

Оваа вежба им овозможува на учесниците да ги искажат своите вредности и убедувања користејќи ја модата како средство за комуникација. Таа обединува размислување, креативност и социјална интеракција.

Важно е да се нагласи:

Модата е форма на комуникација – облеката, слоганите, боите и симболите пренесуваат значење.

- Манифестот е личен став – не мора да биде долг, но треба да биде автентичен и со силна порака.
- Учесниците имаат слобода да создадат текстови, слогани, колажи, постери или дизајни на облека кои носат порака.

Улогата на едукаторот е да:

- Помогне во идентификација на вредности и концепти што се значајни за секој учесник.
- Поттикне креативност и храбар личен израз.
- Создаде средина на отвореност и меѓусебна почит кон различни ставови и перспективи.

04 ЗАКЛУЧОК

- Резиме на главните заклучоци
- Учесниците ќе запишат една акција што имаат намера да ја спроведат по завршувањето на работилницата.
- Кратка евалуациска анкета за курсевите.
- Збогување и можност за поставување дополнителни прашања.

05 ДОПОЛНИТЕЛНИ МАТЕРИЈАЛИ

ЕВАЛУАЦИСКА АНКЕТА

Почитуван(а) учеснику(учесничке),

Ти благодариме за учеството на работилницата! Твоето мислење ќе ни помогне да ги подобриме идните сесии



Анонимна анкета

1. Како би ја оценил/а севкупната вредност и квалитет на работилниците?

- многу ниско
- ниско
- умерено
- високо
- екстремно високо

2. Дали работилниците ти беа интересни и поттикнувачки?

- да
- не
- делумно

**3. Која вежба или тема ја сметаш за најкорисна?
Зошто?**

.....

.....

.....

4. Дали работилниците го променија твоето гледиште за модата без отпад?

- да
- не
- во моментот не сум сигурен/сигурна

5. Дали планираш да ги промениш твоите навики во облекувањето по завршувањето на работилницата

- Да, што е тоа што ќе го смениш? (Краток одговор)
-
-

- Не

6. Како го оценуваш начинот на кој беа спроведени работилниците?

- одлично
- задоволително
- просечно
- слабо



7. Кои подобрувања би можеле да ги внесеме во идните
изданија на работилниците? (краток одговор)

Ти благодариме за твојот интерес!



СЕРТИФИКАТ

доделен на:

име и презиме на учесникот

Потврда за учество на работилницата

„Свесна мода – Креативност и практични вештини“ која се

одржа на:

Учесникот стекна знаење и практични вештини поврзани со

одговорна потрошувачка и одржлив пристап кон модата.

Институција/компанија _____

Едукатор _____

Датум _____

Локација _____

Број на проект _____



потпис на едукаторот

Ти благодариме за учеството и честитки за твојата посветеност
во градењето посвесна мода!



Кофинансирано од Европската Унија. Сепак, изразените ставови и мислења се само ставови на авторот/авторите и не ги одразуваат нужно ставовите на Европската Унија или на Фондацијата за развој на образовниот систем (FRSE). Ниту Европската Унија ниту FRSE не можат да бидат одговорни за нив.

Сите резултати развиени во рамките на проектот „STOP FAST FASHION“ се достапни под отворени лиценци (CC BY-SA 4.0 DEED). Истите можат да се користат бесплатно и без ограничувања. Забрането е копирање или обработка на овие материјали во целост или делумно без дозвола на авторот. Доколку се користат резултатите, неопходно е да се наведе изворот на финансирањето и нивните автори.



Co-funded by
the European Union



FERFI

