

Microplasticvezels uit kleding

Voorstellen voor eenduidige communicatie
over microplasticvezels uit kleding

Januari 2021

Netwerk *Iedereen draagt bij*

Microplasticvezels uit kleding

Inhoud

Inleiding voor gebruikers van voorstellen communicatie	2
Waarom communiceren over het verminderen microplasticvezels uit kleding?.....	3
Voorstellen voor eenduidige consument communicatie	3
Plasticdeeltjes in het milieu	3
Zo verlaag de plastic bijdrage van jouw garderobe	5
Minder voer voor je wasmand	6
Naadje van de kous	6
Bijlage: Over het netwerk <i>Iedereen draagt bij</i>	9
Over het netwerk Iedereen draagt bij	9

Inleiding voor gebruikers van voorstellen communicatie

In zee drijft veel plastic, van grote stukken op het water tot bijna onzichtbare stukjes (microplastics) onder water. Plastic hoort niet in zee thuis. Hoe schadelijk de kleine plasticdeeltjes in zee zijn, weten de deskundigen niet precies. En ook niet hoeveel elk product bijdraagt aan de plastic soep in zee. Plastic heeft alleen een nare eigenschap: het vergaat niet. Daarom werkt het netwerk *Iedereen draagt bij* aan maatregelen voor het verminderen van emissie van microplasticvezels uit kleding.

Onderstaand vindt u informatie, voorstellen voor eenduidige communicatie over het vrijkomen van microplasticvezels uit kleding en consumententips voor het verminderen ervan. Deze voorstellen voor eenduidige **communicatie zijn het meest geschikt voor consumenten**.

Het is een advies voor communicatie. Organisaties en bedrijven kunnen deze communicatievoorstellen gebruiken om consumenten voor te lichten over microplasticvezels uit kleding. U kunt de teksten gebruiken bij het samenstellen van tips en advies rondom het wassen en drogen van kleding. U kunt hier gedeeltes uit overnemen die passen bij uw communicatie over het onderwerp.

Onafhankelijke consumentenvoorlichtingsorganisatie Milieu Centraal heeft dit document in opdracht van en in samenwerking met **het netwerk *Iedereen draagt bij*** opgesteld om eenduidige communicatie te waarborgen. Het streven is dat partijen uit het netwerk zoveel mogelijk gebruik maken van dezelfde teksten in communicatiemiddelen.

Waarom communiceren over het verminderen microplasticvezels uit kleding?

1. Het biedt heldere informatie over microplastics en microplasticvezels uit kleding
2. Het maakt het verminderen van emissie van microplasticvezels uit kleding makkelijker voor consumenten door handelingsperspectief te geven.

Het netwerk, en daarmee alle betrokken organisaties, willen het voor consumenten makkelijk maken om het vrijkomen van microplasticvezels uit kleding te verminderen. Op welke manier en via welke kanalen communicatie verloopt verschilt per organisatie. Het is belangrijk dat consumenten op zoveel mogelijk plekken dezelfde boodschap te zien krijgen: gebruikershandleidingen, verkoopkanalen en social media kanalen van kledingmerken, wasmiddelen en wasmachines. Elke stakeholder gaat daarom op zoek naar kanalen om communicatie met eenduidige adviezen, tips en achtergrondinformatie over microplasticvezels te verspreiden.

Door de communicatieboodschap die vanuit het netwerk *Iedereen draagt bij* te verwerken in communicatiemiddelen laat een organisatie zien dat ze werk maakt van een schone en gezonde leefomgeving.

Voorstellen voor eenduidige consument communicatie

Plasticdeeltjes in het milieu

Plastic in zee, lucht, bodem en zoetwater

In zee is veel plastic, van grote stukken op het water tot (bijna) onzichtbare stukjes in het water. Deze deeltjes plastic noemen we microplastics als ze kleiner zijn dan 5 millimeter. Ook in de lucht, de bodem en in zoetwater (meren, rivieren en ook grondwater) zitten kleine plasticdeeltjes. Grotere stukken plastic breken af tot kleinere deeltjes en plastic vergaat niet. Grote en kleine deeltjes plastic dragen bij aan de vervuiling van zeeën en zoetwater, dit noemen we ook wel 'plastic soep'. Dieren kunnen plastic bijvoorbeeld niet verteren, als ze het opeten kunnen ze er dood van gaan. Er wordt steeds meer bekend over wanneer kleine plasticdeeltjes vrijkomen en of ze via voedsel, water en lucht zorgen voor gezondheidsrisico's voor mensen en dieren. Welke effecten kleine plastic deeltjes hebben voor de gezondheid van mensen wordt onderzocht.

Plastic kan op allerlei manieren in zee, lucht, bodem en zoetwater belanden. Bijvoorbeeld doordat we afval laten slingeren op straat en door wind in het water terechtkomt. In het water slijt dit langzaam, en valt het uiteen in kleine plasticdeeltjes. Het vrijkomen van microplastics speelt ook bij producten zoals:

- autobanden
- verf

- sommige cosmeticaproducten
- synthetische kleding

Door wassen, slijtage of afbladderen kunnen deze deeltjes loslaten en via lucht of met het douche-, afvoer- of regenwater naar het riool stromen. Veel van de plasticdeeltjes worden uit het water gehaald tijdens het zuiveren van het rioolwater, maar niet alles. Er komen plasticdeeltjes vanuit zoetwater en het riool in zee terecht.

Plasticdeeltjes uit kleding

In deze tijd wordt er steeds meer bekend over microplastics in het milieu. Een van de bronnen van microplastics is synthetische kleding. Uit synthetische kleding komen bij het maken en door het dragen, wassen en drogen kleine plasticdeeltjes (microplasticvezels) vrij. Hoe groot de bijdrage van microplasticvezels in het milieu precies is, en nóg belangrijker – hoe die bijdrage van synthetische kleding aan het microplastics probleem voorkomen of verminderd kan worden – is nog niet duidelijk.

Veel kleren - ook jurken, overhemden en tops - zijn gemaakt van synthetische materialen. Synthetische kleding herken je aan de volgende woorden op je ingenaaide kledingetiket:

- (Gerecycled) polyester (PET of rPET)
- Polyamide (PA, merknaam: Nylon)
- Acryl
- Elastaan (merknaam: Lycra)
- Polyurethaan (PUR)
- Bioplastic (PLA)
- PVC

Als je synthetische kleding droogt komen kleine plasticdeeltjes in de lucht vrij. Bij het wassen komen deze deeltjes terecht in het spoelwater dat naar het riool stroomt en van daaruit een deel van de plasticdeeltjes in zee terecht komt. Dit kunnen we helaas niet helemaal voorkomen: je moet je kleren af en toe wassen als ze vies zijn. Veel van de plasticdeeltjes worden uit het water gehaald tijdens het zuiveren van het rioolwater, maar niet alles.

Er zijn wel manieren waarop er minder plasticdeeltjes vrijkomen uit kleding. Kledingproducenten, -verkopers en iedereen die kleding draagt kan hier iets aan doen. Het netwerk 'Iedereen draagt bij' werkt aan het verminderen van kleine deeltjes plastic door te onderzoeken hoeveel plastic er wanneer vrijkomt uit kleding. Met deze informatie kunnen netwerkpartners daarna stappen nemen om te zorgen dat er minder plasticdeeltjes vrijkomen uit kleding. In de tussentijd kun je bij het wassen en drogen van kleding zelf zorgen dat er minder plasticdeeltjes vrijkomen.

Zo verlaag de plastic bijdrage van jouw garderobe

Wanneer je werk maakt van de volgende tips zorg je ervoor dat jouw synthetische kleding minder microplasticvezels afgeeft bij het wassen en drogen.

Tips voor het wassen en drogen van kleding

Wassen

- **Was kleding alleen als het nodig is**
- **Was met volle trommel¹**
- **Was op lage temperaturen¹**

Wanneer je standaard kiest voor lage temperaturen is het slim om één keer per maand een witte was op 60 graden met poeder met zuurstofbleekmiddel (en dus geen chloorbleekmiddel) te draaien zodat er geen vetluis in je wasmachine komt.

- **Volg het doseeradvies voor wasmiddel¹**
- **Soort wasmiddel**

Ook al laten bij vloeibaar wasmiddel minder microvezels los dan bij waspoeder, het is (nog) niet duidelijk wat uiteindelijk de beste keuze is voor het milieu. Er zitten voordelen en nadelen voor het milieu aan zowel vloeibaar als poederwasmiddel.

Drogen

- **Droog fleece op een droogrek**

Fleece en andere synthetische materialen drogen snel aan de lucht. In de wasmachine en droger komen kleine plasticdeeltjes vrij, zeker bij fleece. Fleece herken je aan dat de stof lijkt op een zachte vacht en er 'polyester' (of PET of rPET) op het kledinglabel in het kledingstuk staat. Verwarm de droogruimte niet speciaal voor de was, dan is een droger namelijk zuiniger.

- **Doe het pluis uit de droger bij het restafval**

Kleine deeltjes plastic zitten in het pluis uit de droger. Gooi dat daarom in het restafval. Gooi het niet in het toilet of de gootsteen, dan spoelen de plasticdeeltjes met het afvoerwater mee het milieu in.

Handige huishoudtip

- **Stofzuig voor het dweilen en gooi pluis bij restafval**

¹ Het is niet onomstotelijk bewezen dat dit advies ervoor zorgt dat er minder microplasticvezels vrijkomen uit kleding. Er zijn wel aanwijzingen dat dit zo is én het levert andere milieuvordelen op. Dat is de reden dat *Iedereen draagt bij* deze tip toch graag meegeeft aan consumenten.

Stof met kleine plasticdeeltjes zuig je op vóórdat je dweilt. Pluis dat op het filter zit, gooi je weg bij het restafval. Op deze manier komt er zo min mogelijk huisstof in het dweilsop terecht.

Minder voer voor je wasmand

Samenvatting door voorbeelden van tips en advies in lopende tekst

[Alle tips in een lopende tekst]

Bij het wassen en drogen van synthetische kleding kun je zorgen dat er minder kleine deeltjes plastic vrijkomen. Was je kleding alleen als het echt nodig is. Check of kleding na het dragen terug op het rek of terug in de kast kan of echt in de wasmand moet vanwege vlekken of geur. Was met een volle trommel en op lage temperatuur. Gebruik wasmiddel dat je goed doseert volgens het doseeradvies. Draai één keer per maand een witte was op 60 graden met poeder met zuurstofbleekmiddel (en dus geen chloorbleekmiddel) zodat er geen vetluis in je wasmachine komt.

Synthetische kleding - zeker fleece - hoeft niet in de droger, die kleding wordt snel droog op een droogrek. Stop je kleding van synthetisch materiaal toch in de droger? Kleine deeltjes plastic zitten dan in het pluis uit de droger. Gooi dit pluis bij het restafval. Gooi het niet in het toilet of de gootsteen, dan spoelen de plasticdeeltjes met het afvoerwater mee het milieu in. Met deze tips verminder je de hoeveelheid kleine plasticdeeltjes dat bij jouw was vrijkomt en uit jouw huis het milieu in gaat.

[Belangrijkste tips in korte lopende tekst]

De helft van de Nederlanders draagt kleding extra lang als het nog fris ruikt en vlek vrij is, blijkt uit onderzoek van Motivaction in opdracht van Milieu Centraal. Slim, want daarmee bespaar je energie, water en draag je minder bij aan vervuiling van zeeën en zoetwater door kleine plasticdeeltjes. Kleine deeltjes plastic komen vrij als je synthetische kleding wast en droogt. Was kleding daarom alleen als het nodig is. Was op lage temperaturen. Draai één keer per maand een witte was op 60 graden met poeder met zuurstofbleekmiddel zodat er geen vetluis in je wasmachine komt. Synthetische kleding - zeker fleece - hoeft niet in de droger, die kleding wordt snel droog op een droogrek. Gebruik je toch de droger? Gooi het pluis bij het restafval.

Naadje van de kous

Verdiepende informatie

[Kenniss over microplasticvezels uit kleding](#)

Het is bekend dat er kleine deeltjes plastic bij het maken, dragen, wassen en drogen vrijkomen uit synthetische kleding. Deze kleine plasticdeeltjes noemen we microplasticvezels. Er komen steeds meer inzichten in het onderwerp microplasticvezels: wanneer ze vrijkomen en of ze problemen veroorzaken voor gezondheid en milieu. Er is ook meer onderzoek nodig om te bepalen hoe we op een efficiënte manier kleine plasticdeeltjes in het milieu kunnen voorkomen.

Microplastics kunnen afbreken tot nog kleinere deeltjes: nanoplastics. Zowel micro- als nanoplastics zorgen voor vervuiling van zeeën, lucht, bodem en zoetwater. Er wordt steeds meer bekend over wanneer ze vrijkomen en of kleine plasticdeeltjes via voedsel, water en lucht zorgen voor gezondheidsrisico's voor mensen en dieren.

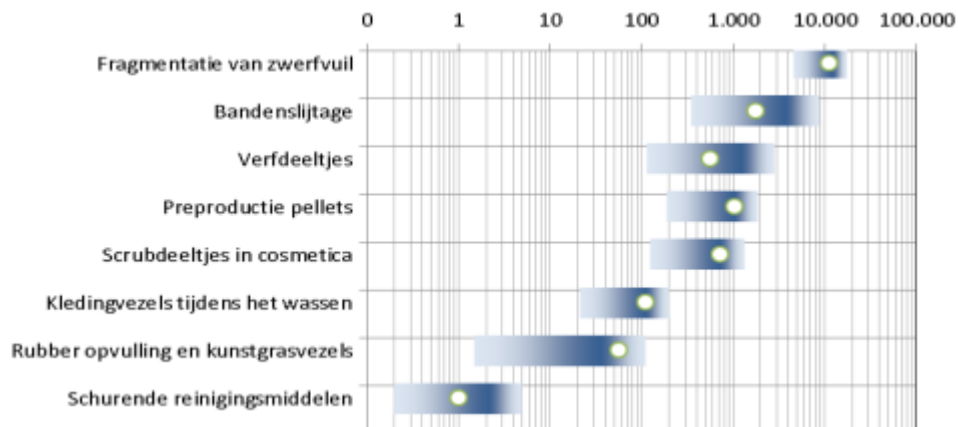
Benamingen kleine plastics

- Microplastics: alle soorten microplastics (zoals korrels uit verzorgingsproducten, gefragmenteerde deeltjes door verwerking zwerfafval, microplasticvezels uit kleding etc.). Deze plastics zijn kleiner dan 5 millimeter (mm).
- Nanoplastics: nóg kleinere deeltjes plastics. Deze plastics zijn kleiner dan 100 nanometer (nm).
- Microvezel: kleine textielvezels, met een natuurlijke of synthetische oorsprong. Deze vezels zijn kleiner dan 5 millimeter (mm).
- Microplasticvezel of plastic microvezel: kleine textielvezels van synthetische oorsprong. Deze plastics zijn kleiner dan 5 millimeter (mm).

Bronnen microplastics in Nederland

Er zijn diverse studies gedaan naar de mate waarin kleding bijdraagt aan de totale (micro)plasticmilieuvuiling. Die vervuiling komt van diverse bronnen, waarbij zwerfafval, autobanden en verf voor de grootste bijdrage zorgen. Ook textiel en sommige cosmeticaproducten dragen bij. RIVM schat de hoeveelheid microplasticvezels die vrijkomt bij het wassen van textiel in Nederlandse wateren op 22-199 ton/jaar.

Figuur 1 geschatte microplastic-emissie in stroomgebied Nederland in ton per jaar. (Verschoor en de Valk, 2018)



De balken geven de onzekerheidsmarges weer, de witte stip is het gemiddelde.

Verminderen van microplastics in het milieu

Er zijn een aantal makkelijke tips tegen microplastics in het milieu:

1. Even wat eten op straat? Gooi je afval in een afvalbak. Zit de dichtstbijzijnde afvalbak vol? Prop het er dan niet bij, maar zoek een legere bak. Of neem het mee naar huis.
2. Dagje strand? Ruim je ijspapiertjes, frietbakjes en plastic flesjes goed op en vergeet de rietjes, vorkjes en doppen niet.
3. Bekijk tips voor het goed omgaan met cosmetica, kleding wassen, autobanden en verf op milieucentraal.nl/plastic-in-zee.

Bijlage: Over het netwerk *Iedereen draagt bij*

Eenduidige informatievoorziening zorgt voor een goede basis voor gedragsverandering. Het netwerk *Iedereen draagt bij* werkt met Milieu Centraal samen om eenduidige communicatie rondom microplasticvezels uit kleding te waarborgen.

Voor een beschrijving van de werkwijze van de gezamenlijke aanpak van het netwerk is een separaat document opgesteld -**Gezamenlijke aanpak netwerk '*Iedereen draagt bij*'**-. Hier vindt U de algemene doelstelling en ambities welke geconcretiseerd zijn in werkgroepen. Deze informatie kan indien U dit relevant vindt, extern gedeeld worden via Uw communicatiekanalen.