

JEU N°1

Photo-langage



Temps estimé : 15min

Organisation : Explication de concept 5 min, choix image 2-3 min, temps de parole 1 min par personne, commencer par ça puis adapté le temps du débat mouvant.

OBJECTIF : déclencher des discussions et prises de conscience avant les apports théoriques.

RÈGLES : Choisissez 1 image qui représente le mieux votre vision de l'industrie textile aujourd'hui et expliquez pourquoi.

Indications : Installer les participant·es assis·es sur une nappe, puis de leur proposer deux questions ou thématiques. Ils et elles seraient ensuite invité·es à expliquer les raisons pour lesquelles ces images ont été choisies.

Questions d'appui :

- Qu'est-ce qui choque ?
- Qu'est-ce qui est invisible habituellement ?
- Où se situe le plus gros impact selon vous ?
- Pourquoi achète-t-on autant ?
- Qu'est-ce qui déclenche l'achat ?
- Qu'est-ce qui pourrait changer nos habitudes ?
- Qu'est-ce qui donne de l'espoir ?
- Quelles solutions sont accessibles ?
- Quel rôle pour la créativité ?



Fédération
L'AIR et

MOI ECOALITY



AVEC LE SOUTIEN DE :



institut international
des droits de l'Homme
et de la paix



Co-funded by
the European Union

EN PARTENARIAT AVEC :



JEU N°2

Débat mouvant



Temps estimé : 15min

OBJECTIF : faire émerger les représentations, briser la glace, lancer la réflexion sans culpabiliser..

RÈGLES : Selon l'affirmation : les participant·es se positionnent dans l'espace et expliquent :

- à gauche : Pas d'accord
- à droite : D'accord
- milieu : Ca dépend / je ne sais pas

Ils peuvent changer de place s'ils sont convaincus par les échanges.

Affirmations possibles :

- « Acheter de la fast fashion n'a pas vraiment d'impact si on recycle »
- « Un vêtement éco-responsable est forcément cher »
- « On peut aimer la mode et respecter la planète »
- « Un t-shirt à 5euro est forcément problématique »
- « Les labels sont fiables »
- « Le coton est une matière naturelle donc écologique »
- « On achète trop de vêtements par habitude »
- « L'upcycling ne peut pas être une solution à grande échelle »
- « Réparer un vêtement est plus contraignant que d'en racheter un »
- « Les réseaux sociaux poussent à sur-consommer »
- « Les tendances changent trop vite pour consommer responsable »
- « Quand on a peu d'argent, la fast fashion est la seule option »
- « Le prix d'un vêtement reflète son impact environnemental »
- « Réparer ou upcycler, c'est stylé »
- « L'upcycling permet de se démarquer plus que les tendances »



Fédération
L'AIR et MOI ECOALITY

AVEC LE SOUTIEN DE :



Co-funded by
the European Union

EN PARTENARIAT AVEC :



JEU N°3

Échelle d'impact 1



Temps estimé : 10min

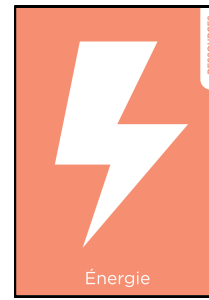
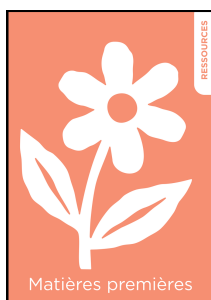
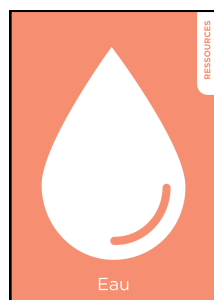
OBJECTIF : comprendre le cycles d'un vêtement, les impacts et les ressources utilisées.

RÈGLES : Mettre les étapes du cycle du vêtement dans l'ordre et y placer les ressources utilisées et les impacts sur l'environnement.

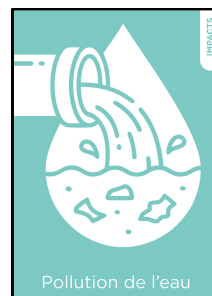
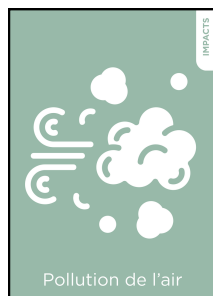
ÉTAPES FABRICATION VÊTEMENTS

 Extraction des matières premières : culture, récolte, préparation fibres naturelles, artificielles synthétiques	 Filature, tissage et tricotage	 Teinture, impression et ennoblement : blanchiment, teinture, impression, délavage des jeans, autres apprêts (easy care)	 Confection : coupe, couture, finitions	 Stockage, distribution et vente au détail en ligne ou en magasin physique : transport, emballages	 Utilisation : lavage, séchage en sèche-ling, repassage	 Réemploi	 Fin de vie : recyclage, incinération avec valorisation énergétique ou enfouissement en centre de stockage
--	---	--	---	--	--	---	--

RESSOURCES



IMPACTS



JEU N°3

Échelle d'impact 1



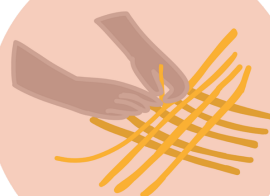
1



Extraction des matières premières :
culture, récolte, préparation des fibres
naturelles, artificielles ou synthétiques



2



**Filature, tissage et
tricotage**



3



**Teinture, impression et
ennoblissement :**

blanchiment, teinture,
impression, délavage des jeans,
autres apprêts (easy care)



4



Confection :
coupe, couture, finitions



6

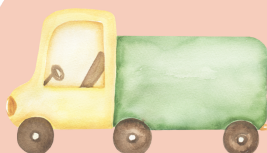


Utilisation :

lavage, séchage en sèche-linge,
repassage



5



**Stockage, distribution et vente
au détail en ligne ou en
magasin physique :**
transport, emballages



7

Réemploi



Fin de vie :

recyclage, incinération avec
valorisation énergétique ou
enfouissement en centre de
stockage



8



JEU N°3

Échelle d'impact 2



Temps estimé : 10min

OBJECTIF : comprendre où sont les leviers les plus efficaces selon l'ADEME, sans chiffres compliqués.

RÈGLES : Les participantes doivent classer des actions liées au vêtement de la moins impactante à la plus impactante pour réduire l'empreinte environnementale.

Classez ces actions de celle qui a, selon vous, le moins d'impact positif à celle qui a le plus d'impact pour réduire l'impact environnemental d'un vêtement.

RÉPARATION DE L'IMPACT :

Catégorie	Part de l'impact	Ce que cela comprend
Fabrication	~70 % à 80 %	L'étape la plus lourde. Elle inclut l'extraction des matières (culture du coton, pétrole pour le polyester), la filature, le tissage et surtout l'ennoblissement (teintures et traitements chimiques).
Utilisation	~15 % à 20 %	Principalement lié à l'entretien : consommation électrique du lave-linge et du sèche-linge, utilisation d'eau et rejet de microplastiques dans l'océan.
Transport	~5 % à 10 %	Contrairement aux idées reçues, le transport pèse "peu" dans le bilan total, sauf si le vêtement voyage par avion (ce qui arrive en cas de réapprovisionnement ultra-rapide en Fast Fashion)..
Fin de vie	~2 % à 5 %	Concerne la collecte, le tri, et le traitement (recyclage, incinération ou mise en décharge). L'impact est faible ici car le mal est déjà fait lors de la production.

JEU N°3 - ÉCHELLE D'IMPACT 2



PRODUCTION

Rang	Action	Impact
1	Acheter neuf	L'action la plus polluante. Un jean nécessite jusqu'à 7 500 à 11 000 litres d'eau et émet ~25 kg de CO2.
2	Acheter local	Le transport ne pèse que pour ~2 à 5 % de l'impact. Acheter local est bien, mais si c'est du neuf, la fabrication reste très polluante.
3	Acheter labellisé	Le label réduit l'usage de pesticides et de produits toxiques (impact santé/eau), mais l'énergie pour fabriquer reste élevée.
4	Acheter d'occasion	On divise l'impact par 10 ou 20 car on n'utilise aucune nouvelle ressource pour la production.
5	Acheter moins souvent	C'est la base de la "sobriété". Moins de volume = moins de pression sur les ressources mondiales

ALLONGER LA DURÉE DE VIE

Rang	Action	Impact
6	Porter plus longtemps	Doubler la durée de vie d'un vêtement réduit son impact de 44 % sur l'année.
7	Louer pour une occasion	Évite d'acheter une robe ou un costume porté une seule fois (très polluant par usage).
8	Réparer un vêtement	Prolonger la vie d'un habit évite son remplacement prématuré.
9	Upcycler un vêtement	Transforme un déchet en ressource sans repasser par l'étape industrielle lourde du recyclage.

JEU N°3 - ÉCHELLE D'IMPACT 2



ENTRETIEN

Rang	Action	Impact
10	Éviter le sèche-linge	C'est l'appareil le plus énergivore (200 kWh/an) et il use les fibres prématurément.
11	Laver moins souvent	Moins de lavages = moins de microplastiques relâchés (500 000 tonnes/an dans les océans).
12	Laver à basse température	30°C consomme 3 fois moins d'énergie que 90°C.

FIN DE VIE

Rang	Action	Impact
13	Donner / revendre	Doubler la durée de vie d'un vêtement réduit son impact de 44 % sur l'année.
14	Recycler	Évite d'acheter une robe ou un costume porté une seule fois (très polluant par usage).
15	Zéro déchet	Prolonger la vie d'un habit évite son remplacement prématuré.