



## Het is 2025: tijd voor goede voornemens!

Een nieuw jaar brengt nieuwe voornemens met zich mee. In 2025 kiezen opvallend veel mensen ervoor om een jaar lang geen kleding te kopen. Maar wat levert dat eigenlijk op?

Steeds meer mensen zien de voordelen van minder kopen. De trend begon rond 2020, toen ontspullen populair werd. Inmiddels is dit normaal geworden en zien we een nieuwe ontwikkeling: een jaar lang geen nieuwe kleding kopen.

### **De voordelen van geen kleding kopen**

Als je een jaar geen kleding koopt, kun je al snel zo'n 2500 euro besparen. Dat geld kun je bijvoorbeeld gebruiken voor extra vakanties of andere leuke dingen. Daarnaast is het beter voor het milieu. Volgens Milieu Centraal zorgt het verminderen van je kleding aankopen voor een grote impact. Als iedere Nederlander dit jaar zes kledingstukken minder koopt, bespaart dat net zoveel CO<sub>2</sub>-uitstoot als 85.000 keer de wereld rondrijden.

### **Tips om het vol te houden**

Hoe kun je een jaar zonder nieuwe kleding volhouden? Een handige tip is om een verlanglijstje bij te houden. Schrijf elke keer als je iets wilt kopen het op, in plaats van het echt te kopen. Onderzoek laat zien dat dit bijna dezelfde voldoening geeft. Daarnaast kun je creatief omgaan met je bestaande kledingkast. Laat bijvoorbeeld een kledingstuk repareren, maak er iets nieuws van of verf het in een andere kleur.

Met deze aanpak bespaar je geld, help je het milieu én ontdek je nieuwe manieren om van je huidige kleding te genieten.