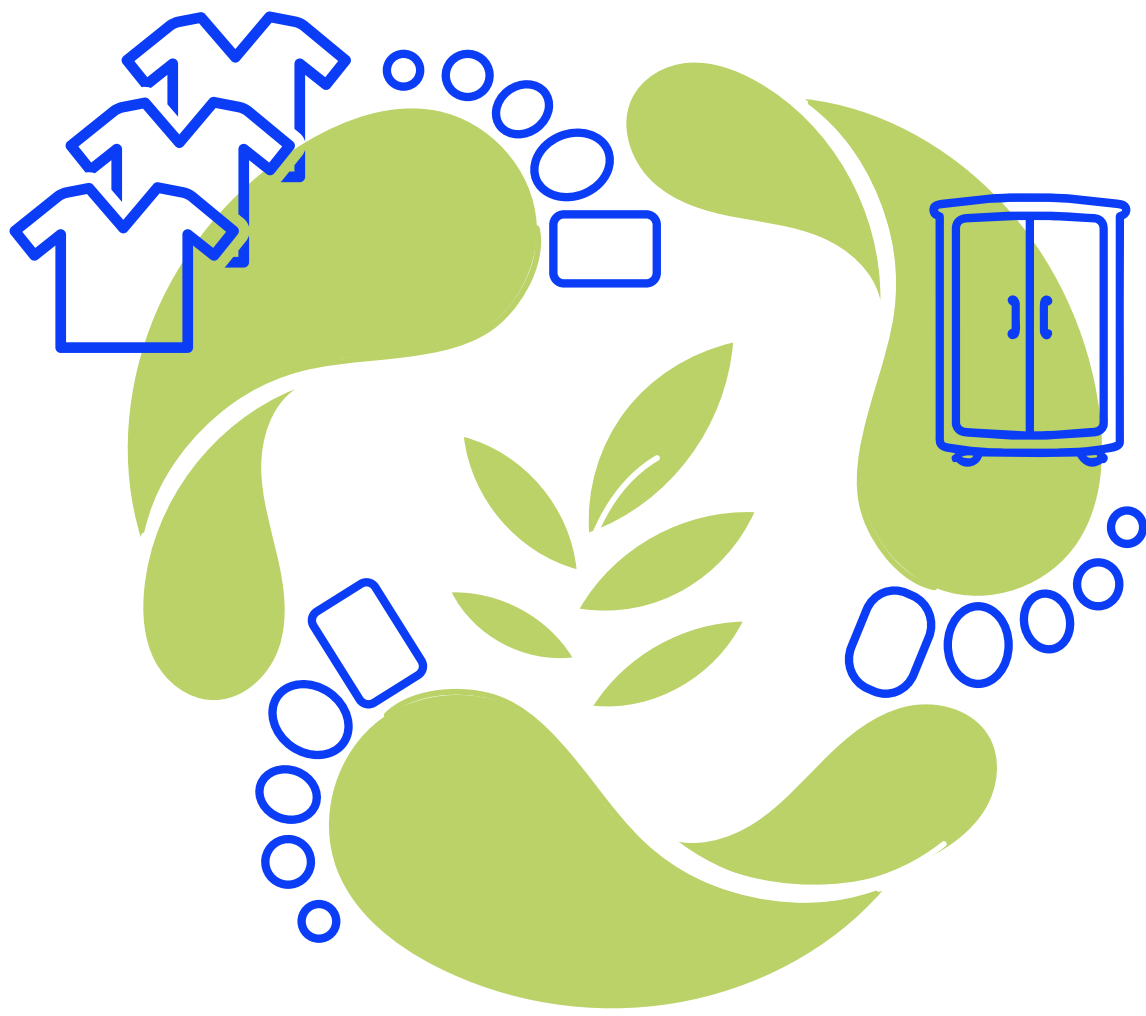


ciec

centro de innovación en
economía circular de madrid

¿CÓMO HACER UN CAMBIO DE ARMARIO SOSTENIBLE?



El cambio de armario no es solo guardar la ropa de verano y sacar la de invierno. Es una oportunidad para consumir menos, aprovechar más y cuidar el planeta.

① Revisa, reflexiona y organiza

El primer paso es revisar las prendas de nuestro armario para ello seguimos 3 pasos:

1. Sacar toda la ropa del armario

Haz una revisión total: prendas, calzado y accesorios.

2. Sacar toda la ropa del armario

♥ Me encanta y lo uso.

🔧 Necesita reparación o transformación.

📦 Ya no lo uso.

3. Reflexionar antes de guardar

Pregúntate: “¿Me representa esta prenda hoy? ¿La he usado este año?” Si la respuesta es no, dale otro destino responsable.

② Da nueva vida a tus prendas

Transforma, dona o intercambia:

1. Repara o customiza

1. Cambia botones, arregla dobladillos o añade parches.
2. Transforma una camisa en una bolsa o una camiseta en trapo reutilizable.
3. Si no tienes tiempo, guárdala para donarla o llévala a un taller de arreglo...

2. Dónala o recíclala

1. Llévala a puntos de recogida como Humana o contenedores municipales.
2. Acércate a talleres de moda sostenible.
3. **Algunas marcas hacen upcycling con ropa usada:** entrégales tus prendas y dale una segunda vida.



CIEC
centro de innovación en
economía circular de madrid



3. Reflexiona Organiza una "Swap Party":

Compra con consciencia, antes de adquirir algo nuevo, piensa: "¿Lo necesito? ¿Lo usaré al menos 30 veces?"

3 Compra menos, elige mejor

Transforma, dona o intercambia:

1. Opta por:

1. Marcas de moda circular y producción ética.
2. Ropa de segunda mano o alquiler de prendas.
3. Diseños atemporales y duraderos.

2. Inspírate en el DIY (Hazlo tú misma):

Pantalones viejos --- > bolso o neceser.

Jersey --- > gorro o pañuelo para el cuello.

Falda --- > cojín o bolsa para la colada.

3. Conoce aquí:

Empresas del CIEC
que le dan una
segunda vida a
tus textiles:

Remiendo	https://remiendo.es/
Recovo	https://recovo.co/en
Ecozaine	
Ms worker	https://www.msworker.com/
Guaype	http://www.msworker.eco/
Masum karimí	https://www.masumkarimi.com/
Nunet design	https://www.nunetdesign.com/
Anoei	https://anoei.com/
Menostrash	https://www.menostrash.com/

Para más consejos sobre cómo aplicar la Economía Circular en tu día a día, sigue a **CIECMADRID** en redes sociales o visita nuestra web para acceder a formaciones gratuitas para la ciudadanía.

