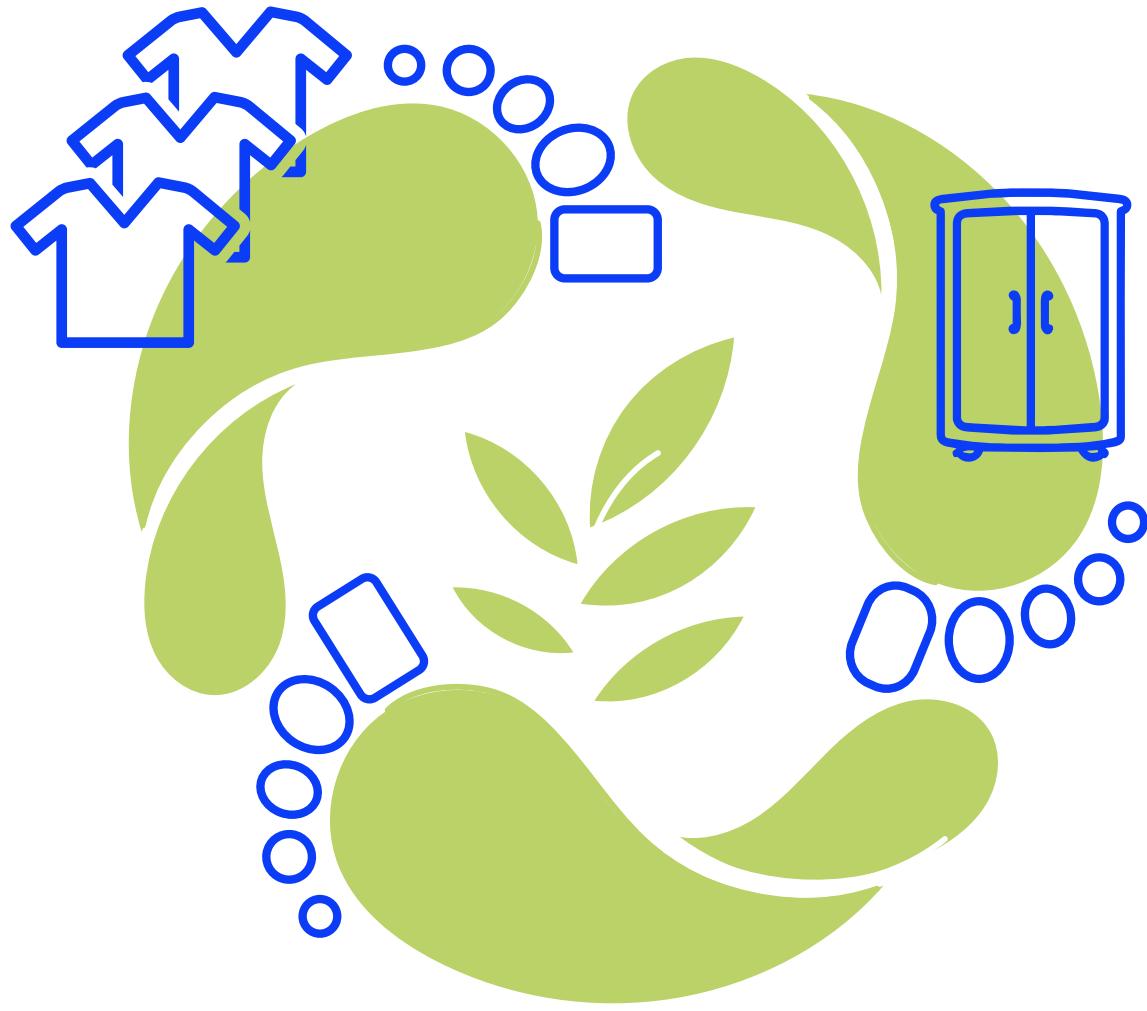




centro de innovación en  
economía circular de madrid

# ¿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 ellos 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

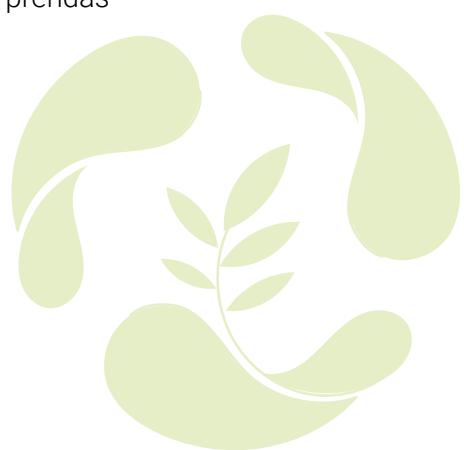
Transforma, dona o intercambia:

### 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.



### 3. Reflexiona Organiza una “Swap Party”:

Compra con conciencia, 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	<a href="https://remiendo.es/">https://remiendo.es/</a>
Recovo	<a href="https://recovo.co/en">https://recovo.co/en</a>
Ecozaine	
Ms worker	<a href="https://www.msworker.com/">https://www.msworker.com/</a>
Guaype	<a href="http://www.msworker.eco/">http://www.msworker.eco/</a>
Masum karimi	<a href="https://www.masumkarimi.com/">https://www.masumkarimi.com/</a>
Nunet design	<a href="https://www.nunetdesign.com/">https://www.nunetdesign.com/</a>
Anoei	<a href="https://anoei.com/">https://anoei.com/</a>
Menostrash	<a href="https://www.menostrash.com/">https://www.menostrash.com/</a>

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.

