



Acerca de Valentina Thörner da Cruz

Soy experta en minimalismo aplicado y consumo responsable. Me gusta combinar mi experiencia en el mundo de la publicidad con mis inquietudes como consumidora crítica para cambiar nuestra economía desde su fundamento. Necesitamos más visibilidad de empresas sostenibles, y más actitud crítica desde los consumidores.

Me dedico a divulgar una forma de consumo responsable a través del trabajo con empresas sostenibles y de charlas y talleres prácticos para consumidores que quieren conocer sus opciones frente a una sociedad cada vez más consumista. Quiero facilitar un cambio de hábitos que sabe a éxito y no a renuncia.

No dude en contactar conmigo para organizar una charla o taller en su entidad.

Para saber más:

Valentina Thörner da Cruz
info@valedero.es
Tel: 615057876
<http://valedero.es>
<http://proyecto333.org>



- CHARLAS Y TALLERES DE CONSUMO RESPONSABLE
- PROYECTO 333 (MODA RESPONSABLE)
- MUDANZA MINIMALISTA (ORGANIZACIÓN DE LA CASA)
- CADA EURO ES UN VOTO (CONSUMO RESPONSABLE)
- NAVIDADES MINIMALISTAS
- ...

CONTACTO:

VALENTINA THÖRNER DA CRUZ

[INFO@VALEDERO.ES](mailto:info@valedero.es)

TEL: 615057876

[HTTP://VALEDERO.ES](http://valedero.es)

[HTTP://PROYECTO333.ORG](http://proyecto333.org)

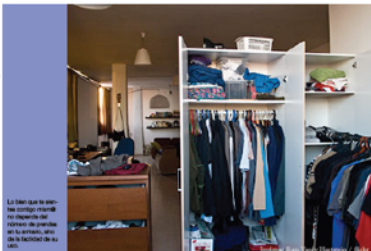
CONSUMO RESPONSABLE

TALLERES Y CHARLAS DE
SOSTENIBILIDAD Y
MINIMALISMO



ARMARIO MINIMALISTA

by Valedoro



Simplificar el armario puede ser un reto. O el primer paso hacia una vida más tranquila.

Valentina Thömer De Oca



REBAJAS MINIMALISTAS

by Valedoro



¿Por qué te ibas de rebajas? Tú decides como invertir el dinero.

Valentina Thömer De Oca

TALLERES DE CONSUMO RESPONSABLE

3 meses con 33 prendas – ¿aceptas el reto?

- ¿Cuántas prendas tienes en el armario?
- ¿Cuántas de ellas utilizas realmente?
- ¿Podrías vivir con menos ropa y accesorios?

Los armarios tienen la tendencia sorprendente de llenarse casi sin que te des cuenta. Al tener cada vez más ropa resulta difícil decidir qué ponerse cada día y mantener el orden dentro del armario. ¿Qué tal si redujeras tus prendas a un número concreto durante un tiempo determinado? Conozca el Proyecto 333: un reto para experimentar con el minimalismo.

Objetivo: Reflexionar sobre la relación que tenemos con la ropa.

Resultado: Los participantes aprenderán a revisar su armario para donar lo que no utilizan y en un futuro comprar de forma más responsable.

Taller para: Adultos y adolescentes interesados en la moda

Para más información, contacte con Valentina en 615057876 o en el email info@valedoro.es.

Dale un respiro a tu casa: estrategias para despejar el caos

- ¿Cuántos objetos tienes en tu casa?
- ¿Cuántos de estos objetos utilizas en el día a día? ¿Y a la semana? ¿Al mes? ¿Al año?

Seguro que hay muchas cosas en tu casa que solo ocupan espacio y cuestan energía (por ejemplo al limpiarlas). Si piensas en mudarte en un futuro próximo o si simplemente quieres hacer una limpieza a fondo de tu vivienda actual, ya es hora de tomar de nuevo el control de tu casa y deshacerte de todo aquello que (ya) no necesitas. Tu casa no es un trastero, es tu hogar.

Objetivo: Reflexionar sobre la relación que tenemos con los objetos.

Resultado: Los participantes aprenderán a despejar su casa y aprovechar mejor el espacio.

Taller para: Personas que quieran reducir el caos en su vida, liberar un trastero y/o preparar una mudanza.

Para más información, contacte con Valentina en 615057876 o en el email info@valedoro.es.

Consumo responsable: Cada Euro es un voto

- ¿Crees que estás a merced de la economía?
- ¿Estás convencido de que no puedes cambiar nada? ¿Te sientes impotente ante toda la publicidad que te rodea?

Hay una razón para este fenómeno y se llama consumismo. Resulta que sin el consumidor este sistema no funciona. Tu eres la pieza clave para cambiar nuestro mundo hacia un modelo más justo. Si cada euro es como un voto, piénsalo bien a quién quieres apoyar. Como consumidor tienes mucho más poder de lo que crees.

Objetivo: Reflexionar sobre el papel del consumidor en nuestra sociedad.

Resultado: Los participantes aprenderán a distinguir sus propias necesidades de los deseos inducidos por la publicidad.

Taller para: Adultos y adolescentes que buscan otra forma de consumir.

Para más información, contacte con Valentina en 615057876 o en el email info@valedoro.es.