

BREVE MANUAL PARA EL CONSUMO RESPONSABLE EN ÉPOCA NAVIDEÑA.

En el contexto actual de crisis y evidencia de los límites de recursos, capacidad de carga y huella humana, se brinda una oportunidad para establecer actitudes responsables con tu entorno y el medioambiente, *porque no siempre más es mejor.*

1.- **Reutilizar:** Antes de tirar los juguetes y ropa que ya no utilices, dónalos a quien no puede (a través de ONGs, entidades religiosas, colectivos desfavorecidos...)

2.- **Juguetes:** Preferiblemente de materiales nobles (maderas, cartones...) frente a los electrónicos y plásticos (con PVC, pilas, baterías) y dinámicos, interactivos, no discriminatorios por género y creativos frente a los pasivos o muy agresivos.

3.- **Animales:** No son regalos, son compañeros y una gran responsabilidad. En cualquier caso siempre con conocimiento previo y asumido de los responsables y de origen de Albergues (adoptados) de Animales.

4.- **Lugar:** Potencia los productos locales, desde tu barrio. Sino asegúrate que no provengan de empresas explotadoras de trabajadores y recursos en países con grandes dificultades y opta por cooperativas o que tengan un % para fines sociales.

5.- **Alimentación:** Huye de los productos típicos sobreexplotados y con precios abusivos (centollos, langostinos...), hay muchísimas opciones sanas, de la zona y muy familiares; disfruta de los productos de tu tierra (p.ej los turrónes). Además compra lo que te vayas a comer.

6.- **Regalos. No compres por comprar,** busca lo útil, práctico, que culturice, que se comparta y cercano (p.ej un libro) u opta por los que requieren de tu ingenio, destreza o manualidad (o la suya), será más apreciado y valorado y no por ser, precisamente, más caro. Se consciente de que hay regalos muy contaminantes en su proceso, transporte y residuo posterior. Busca el de menor obsolescencia.

7.- **Abetos, energía y decoración:** Un árbol de navidad no tiene porque ser un abeto, si pones uno, mejor artificial (a reutilizar muchos años) y si optas por el natural, al menos uno autóctono que puedas luego trasplantar; por cierto no lo sobrecargues y no le dejes, en este caso, las luces toda la noche, al igual que el resto de tu iluminación doméstica. Las velas es una opción muy cálida.

Destina tus vacaciones para disfrutar con los tuyos y no para jornadas maratonianas en los centros comerciales.

BREU MANUAL DE CONSUM RESPONSABLE EN ÈPOCA NADALENCA.

En el context actual de crisi i evidència dels límits de recursos, capacitat de càrrega i empremta humana, es brinda una oportunitat per a establir actituds responsables amb el teu entorn i el medi ambient, perquè no sempre més és millor.

1.- **Reutilitzar:** Abans de tirar els joguets que ja no utilitzes, dóna'ls a qui no pot (a través d'ONGs, entitats religioses, col·lectius desfavorits...)

2.- **Joguets:** Preferiblement de materials nobles (fustes, cartons...) enfront dels electrònics i plàstics (amb PVC, piles, bateries) i dinàmics, interactius, no discriminatoris per gènere i creatius enfront dels passius o molt agressius.

3.- **Animals:** No són regals, són companys i una gran responsabilitat. En qualsevol cas sempre amb coneixement previ i assumit dels responsables i d'origen d'Albergs (adoptats) d'Animals.

4.- **Lloc:** Potència els productes locals, des del teu barri. Sinó assegura't que no vinguen d'empreses explotadores de treballadors i recursos en països amb grans dificultats i opta per cooperatives o que tinguen un % per a fins socials.

5.- **Alimentació:** Fuig dels productes típics sobreexplotats i amb preus abusius (cabres, llagostins...), hi ha moltíssimes opcions sanes, de la zona i molt familiars; disfruta dels productes de la teua terra (p.Ex els torróns). A més compra el que et vages a menjar únicament.

6.- **No compres per comprar,** busca l'útil, pràctic i pròxim, amb poc embolcall, inclús els que requereixen del teu enginy, destresa o manualitat, serà més apreciat i valorat i no per ser més car.

7.- **Avets, energia i decoració:** Un arbre de nadal no té perquè ser un avet, si poses u, millor artificial (a reutilitzar molts anys) i si optes pel natural, almenys un autòcton que pugues després trasplantar; per cert no ho sobrecarregues i no li deixes, en este cas, les llums tota la nit, igual que la resta de la teua il·luminació domèstica. Les velas és una opció molt càlida.

Destina les teues vacances per a disfrutar amb els teus i no per a jornades maratonianes en els centres comercials.

Mejor que unas rebajas un consumo responsable

- Que es el consumo responsable?

El **consumo responsable** se basa al tener una **información básica de nuestro producto**: **de donde viene**, como ha sido producido, que efectos provoca en otros lugares del planeta (contaminación, extinción **de especies**, **trabajo** esclavo, etc...); **para poder ser responsables** y hacer un consumo **consciente del daño que provoca a otros seres vivos**, así como **mejorar** nuestro consumo y **redirigirlo** a un consumo más respetuoso, inteligente y tolerante.

- Tópicos del consumo irresponsable tradicional

Estos tópicos, son errores a nivel de pensamiento y creencias, que **utilizamos de manera automática**, sin ninguna **reflexión** y que tenemos que **vencer** para estar **libres de aquellos** que nos **manipulan** para consumir productos de manera **acortical**: (usando las emociones y no la razón), sin razonamiento ni análisis reflexivo de **la acción** (en este caso consumo).

Como más barato mejor: Es prácticamente una ley universal. Esta ley ha provocado que se **produzca** de forma masiva prioritariamente sin adecuarse al ritmo de producción de los ecosistemas, y es **prescindiendo** de costes económicos, como aplicar **medidas** de reducción **de impacto** ambiental o regular correctamente la mano **de obra**.

Por arte de magia: Solo nos preocupa tener dinero para comprar. No **queremos** saber nada de lo que ha **pasado** con los productos antes **de que** “aparezcan” a los estantes. Eso nos hace olvidar que cualquiera recurso depende inexorablemente de los ecosistemas. Es motivo **de ocultación** de formas de producción que en caso de ser **conocidas** públicamente **serian** rechazadas, además de dificultar la detección de signos **de agotamiento** de los ecosistemas.

Desarrollo y progreso: El contacto con la natura se menosprecia porque se cree dogmáticamente que va en contra del desarrollo.

- Cogemos el ejemplo del langostinos: Estrategias de consumo responsable para sobrebiure a la tentación lagostinera de Navidad.

1La más directa y mejor, no comer langostinos, ya que, no es necesario y responde a un pauta cultural, cuando menos a una moda, no son saludables ni sanos y contribuyes a la destrucción de los océanos.

2La más fácil se comer los langostinos en ocasiones únicas y muy especiales.

3En caso de consumir, siempre debe ser pescados a los nuestros mares, por ley **te han de indicar el origen** de todos los productos marinos y si son pescados o criados. ¿Porque no con todos aquellos peces que **consumimos**?

Millor que unes rebaxes un consum responsable

- Que és el consum responsable?

El **consum responsable** es basa en tindre una **informació bàsica del nostre producte**: d'on be, com ha sigut produït, que efectes provoca en altres llocs del planeta (contaminació, extinció d'espècies, treball esclau, etc...); **per poder ser responsables** i fer un consum **conscient del dany que provoca a altres essers viu**, així com **millorar** el nostre consum i redirigir-lo a un consum més respectuós, intel·ligent i tolerant.

- Tòpics del consum irresponsable tradicional

Aquestos tòpics, son errors a nivell de pensament i creences, que **utilitzem de manera automàtica**, sense cap **reflexió** i que tenim que **vèncer** per a estar lliures d'aquells que ens manipulen per a consumir productes de manera acortical: (usant les emocions i no la raó), sense raonament ni anàlisi reflexiu de l'acció (en aquest cas consum).

Com més barat millor: Es gaire bé una llei universal. Aquesta llei ha provocat que es produeixi de forma massiva prioritàriament sense adequar-se al ritme de producció dels ecosistemes, i és prescindint de costos econòmics, com ara aplicar mesures de reducció d'impacte ambiental o regular correctament la mà d'obra.

Per art de màgia: Només ens preocupa tindre diners per a comprar. No Volem saber res del que els hi ha passat als productes abans de que “apareguen” als prestatges. Això ens fa oblidar que qualsevol recurs depèn inexorablement dels ecosistemes. És motiu d'ocultació de formes de producció que en cas de ser coengudes públicament serien rebutjades, a més de dificultar la detecció de signes d'esgotament dels ecosistemes.

Desenvolupament i progrés: El contacte amb la natura es menysprea perquè es creu dogmàticament que va en contra del desenvolupament.

- Agafem el exemple del llagostins: Estratègies de consum responsable per a sobrebiure a la temptació llagostinera de Nadal.

1La més directa i millor es no menjar llagostins, car que no es necessari i respon a un pauta cultural, si més no a una moda, no son saludables ni sans i contribueixes a la destrucció dels oceans.

2La més fàcil es menjar els llagostins en ocasions úniques i molt especials.

3En cas de consumir, sempre ha de ser pescats als nostres mars, per llei t'han d'indicar l'origen de tots els productes marins i si son pescats o criats. Perquè no amb tots aquells peixos que consumim?