

ECODECÁLOGO NAVIDEÑO ; POR UNA NAVIDAD SOSTENIBLEY SOLIDARIA ;



Durante la **NAVIDAD** el consumo en las familias se dispara. Siguiendo algunos consejos básicos se puede disfrutar de estas fiestas ahorrando dinero y siendo más respetuosos y solidarios con el medio ambiente, con los demás y con nosotros mismos.

- 1. Compra sostenible:** Reflexiona sobre la necesidad de esas compras. Se comedido. Compra preferentemente productos locales. Prueba a realizar tú mismo esos pequeños regalos reciclando materiales siempre que puedas; de esta forma tu regalo será mucho más personal y especial.
- 2. Reutiliza el papel de regalo:** Se puede reutilizar el papel de regalo o incluso elaborarlo personalmente. Recicla el papel después de usarlo.
- 3. Paga por el regalo, no por el envoltorio:** Evita los productos con un embalaje exagerado o fabricado a base de PVC.
- 4. Utiliza bombillas de bajo consumo y ahorra en el gasto de electricidad:** Con este acto, ayudará a su familia a ahorrar dinero, y a la atmósfera a ahorrar CO₂. Apague las luces de navidad cuando no sean necesarias, así como los pilotos de los aparatos eléctricos del hogar (TV, ordenador, DVD...)
- 5. Regala servicios o un poco de tu tiempo:** Una buena opción para los regalos en estas fiestas es regalar entradas para el cine, teatro o una actuación musical. También puedes probar a regalar un poco de tu tiempo para colaborar con alguna ONG, ayudar a algún vecino, jugar o pasar un rato con tus hijos, seguro que ellos lo valorarán mucho más que si les haces un regalo muy costoso.
- 6. Utiliza las pilas recargables** para los juguetes y los aparatos electrónicos. ¿Por qué no regalar, de paso, un cargador para pilas?
- 7. Deposita los cartones de las cajas de regalos** en el contenedor azul para papel y cartón. En estas fechas se generan muchos residuos de esta clase. Tampoco debemos olvidar separar el resto de basuras y depositarlas en el contenedor adecuado, especialmente las pilas.
- 8. Disfruta con la familia y los amigos de una buena gastronomía:** Cocinar con olla a presión y con poca agua así como tapando las ollas, calderos y sartenes conseguiremos ahorrar energía. Cuando uses el horno no abras la puerta si no es imprescindible y aprovecha para hacer varios platos a la vez.
- 9. Seamos solidarios:** Esta época del año se presta a que colabores con las personas que lo necesitan. Esta ayuda no tiene porque ser sólo económica sino que también puedes dedicar algo de tu tiempo, tus habilidades,...
- 10. Vive estas fechas de forma diferente:** no se trata sólo de realizar compras y gastos. Aprovecha para visitar amigos y familiares disfrutando de su

compañía, para redescubrir tu ciudad o isla, para empezar un nuevo año cumpliendo esos sueños de cambiar de hábitos, alimentación,....