

# Actúa



## TURISMO Y OCIO NAVIDEÑO

### ¿Miraste cuántas oportunidades están a tu alrededor?

- Estas Navidades me planteo un ocio alternativo, no estaré todas las tardes de compras en una gran superficie.
- Los desplazamientos los realizaré en transporte público.
- Mi turismo será local o solidario.
- Las alternativas son múltiples, visitas de Belenes vivientes, coros navideños, hacer pasteles para fechas señaladas, ir a buscar castañas, ir a los mercadillos benéficos de ONG, jugar con la nieve, decorar la casa...



## ADORNOS NAVIDEÑOS

### ¿Sin los adornos navideños ya no sería Navidad...?

- Reciclo y utilizo los adornos de las anteriores navidades.
- Mis adornos son de materiales ecológicos, cuantos menos plásticos mejor (nunca PVC).
- No uso los "sprays" de nieve, sus compuestos contribuyen al cambio climático y sus envases no son reciclables.
- Mi Belén no lleva musgo ni acebo.



## LAS UVAS

### ¿Has contado los envases que llega a tener un producto?

- Cuantos menos envases mejor, y si hay serán reutilizables y/o reciclables.
- Evito productos de "usar y tirar".
- En estas fechas los frigoríficos terminan a rebosar, no usaré plástico ni papel aluminio, si envases que no acaben en la basura.
- La bolsa de plástico tiene un grave impacto sobre el medio ambiente, es innecesaria si utilizo cestas, bolsas de tela o carros.

## JUGUETES

### ¿Qué se necesita para jugar?

- Si hay algún juguete entre mis regalos para los niños/as será educativo, descartando cualquiera que sea agresivo, bélico o sexista. Me gustan los que fomentan la creación, las habilidades, la cooperación y el juego en equipo.
- Mejor que no funcione a pilas, o que éstas sean recargables y estén acompañadas de un buen cargador.



## ANUNCIOS NAVIDEÑOS

### ¿Somos LAS VÍCTIMAS de estas fechas?

- Evito la seducción de los anuncios publicitarios y de los miles y miles de productos que me ofertan.
- Mido mis necesidades reales y la forma más sostenible de cubrir las antes de salir de "compras" con mi lista ya hecha.

## LUCES NAVIDEÑAS

### ¿Estas fechas no tienen luz suficiente por sí mismas?

- Ahorro energía no usando luces.
- Mis luces navideñas son de bajo consumo.
- Utilizo luces solares renovables.
- Sólo pongo las luces en lugares concretos y las enciendo en las noches señaladas.



## LANGOSTINO

### ¿Qué nos comemos realmente?

- Reduzco mi consumo de este lujo a fechas muy concretas. El langostino que proviene de la pesca provoca un gran despilfarro de otras especies que se tiran por la borda.
- Si consumo gambas o langostinos, rechazaré los que vengan de la acuicultura, ya que destruyen el bosque de manglar y el medio de vida de sus pobladores y consumiré los que sean frescos y provengan de zonas frías y templadas donde el daño es menor.



¡Consume,  
gasta,  
derrocha!

## Envíanos tus fotos

Si la chispa de estos duendes prendió en tu casa y conseguiste transformar algo de tu consumo navideño envíanos una foto de tus navidades donde se refleje la magia del cambio.

[participa@greenpeace.es](mailto:participa@greenpeace.es)



### COMPRAS NAVIDEÑAS ¿Qué mochila de tóxicos acompaña tu compra?

- Regalo móviles y ordenadores en base al ranking verde de electrónicos de Greenpeace.
- La ropa de mis regalos es de fibras naturales y ecológicas, y respeta los derechos humanos.
- Para que los perfumes sean un buen regalo busco los que son producidos a partir de componentes naturales y de cultivo ecológico.
- Contacto con los fabricantes y pido que me garanticen la no utilización de sustancias químicas peligrosas en todos estos productos.



### CHRISTMAS NAVIDEÑOS ¿Pensaste en el verdadero mensaje?

- Realizo mis propias felicitaciones artesanales.
- Tengo presente los materiales ecológicos (papel reciclado, pinturas sin tóxicos...)
- Puedo usar las nuevas tecnologías (internet, sms...)
- Utilizo los christmas de las ONG con criterios ecológicos, de comercio justo o solidarios.



### GENAS NAVIDEÑAS ¿Cena de navidad o atracón insostenible?

- Compro pescado adulto que provenga de zonas cercanas y capturado con métodos selectivos.
- Comeré alimentos procedentes de agricultura y ganadería ecológicas.
- Observo detenidamente las etiquetas para comprobar que los productos que compro no contienen ingredientes modificados genéticamente.



### CESTA NAVIDEÑA ¿Todo vale en este lote?

- Estará compuesta de productos locales, frescos y de temporada, así se evita transportes innecesarios y supone importantes ahorros de agua y energía.
- Incorporaré productos de comercio justo y ecológicos o que cumplan uno de los dos criterios.

### CAVA ¿Pensaste en brindar también por el planeta?

- Brindo con productos locales que vayan en botellas retornables y con tapones de corcho.
- Intento que los fabricantes se hagan cargo de sus productos en todo su ciclo.
- En mi basura puede haber grandes tesoros, los reutilizo o soy solidario con su destino.
- Ayudo en la gestión de la basura navideña con la separación de los residuos.



### REGALOS NAVIDEÑOS ¿La coherencia es uno de tus regalos?

- Estas Navidades con mis familiares y amigos vamos a hacer un "trueque navideño" en vez de comprar regalos.
- Decoraremos nuestro propio papel de regalo. Construyendo envoltorios muy creativos con materiales reutilizados o reciclados.
- Los regalos de este año los haré personalizados y artesanales.
- Regalaré cultura (entradas, suscripciones, un buen libro...), descanso, aventura o imaginación para los más pequeños.
- Compro regalos de comercio justo, de ONG o ecológicos (nada de tóxicos).

### ÁRBOL DE NAVIDAD ¿Cuánto tiempo tarda en formarse un bosque?

- Adorno un árbol de mi jardín o de mi comunidad de vecinos.
- Mi árbol navideño es de papel reciclado o procede de restos de podas.
- Utilizo una especie mediterránea como árbol de navidad (madroño, sabina, aladierno) de vivero, que puedo replantar. Cuido que su ubicación sea la más apropiada para su desarrollo.

