



en Navidad

Llego la época más esperada por todos, esta época de reflexión y gratitud.

y todo esto siendo simplemente mas
VERDE

Tomemos en cuenta "los cinco erres" esta navidad.

La gratitud

por nuestro planeta que nos ha permitido seguir viviendo gracias a su cobijo (clima), a su comida (tierra), a respirar su aire, a ver todos los días el sol y dormir con la luna; está más que claro que esta sección de la revista quiere dar estrategias para la conservación y uso de los recursos naturales; es vital que nosotros como seres humanos empecemos a tomar conciencia de nuestro papel ante la naturaleza y la transformación del planeta que estamos dejando para las generaciones futuras.

Por eso es importante reflexionar sobre nuestros consumos en esta época tan especial del año.

1. R.Reutilizar. Es importante volver a usar los adornos navideños del año pasado, tal vez los podamos actualizar con nueva pintura, o colocarlos en un lugar diferente al año pasado, tal vez el adorno del árbol del año pasado este año sea un complemento para un centro de mesa o el adorno de una puerta.

2. R.Reducir. Comprar solo lo necesario, no desperdiciar la comida, reducir los excesos de fin de año en donde la publicidad nos promueve al consumo excesivo de las cosas.

3. R.Reciclar. Aquello que al cambiarle el uso le da una transformación diferente, los envases de vidrio vacíos pueden servir como dulceros en la mesa de postres

de la cena de navidad; las sobras de las velas que se quedaron a la mitad las puedes volver a fundir y con un pabilo nuevo puedes volverlas un adorno nuevo para la casa en navidad.

4. R.Rechaza. Si en el supermercado te ofrecen usar bolsas de plástico, recházalas, en México se consumen 20 millones de bolsas plásticas al día y tardan entre 400 y mil años en degradarse; lo ideal es llevar tu propia bolsa de tela o PVC.

Rechaza los empaques excesivos, los productos que vienen desde muy lejos, lo cual implica más consumo de combustible para su traslado, el uso de diferentes bodegas para su almacenaje, el uso y costo de intermediarios, para llegar a una tienda en donde gracias a otras personas estos podrán exhibirse en diferentes lugares para que al final tu puedas comprarlos; mejor promueve un consumo más responsable con productos que se producen, y /o envasan en tu localidad.

5. R. Reflexiona. Si de verdad necesitas eso que vas a comprar, cuánto tiempo lo vas a utilizar o si solamente es una moda pasajera que en pocos meses ya no va a servirte y así generar menos desperdicios. Compra algo que sepas que va a ser duradero y que su producción proviene de una fabricación sustentable y en su destino final puede reciclarse.

DECORACIONES EN CASA

Podemos ir en familia a algún vivero certificado y pedir que en vez de cortar el tallo del árbol y destinarlo a morir en enero, lo pidamos con todo y raíz para colocarlo en una maceta dentro de la casa y adornarlo con luces leds que calientan menos y consumen menos energía; así no secarán las ramas del árbol y cuando acabe la navidad podremos sembrarlo en nuestro jardín y si es departamento o una casa sin jardín, lo podemos sembrar en un área comunal o en un jardín local y así continuar nuestra responsabilidad con este ser vivo llevándole agua en los meses de sequía y verlo así crecer.

Los adornos de la casa al cambiarles el color, o quitarles las partes gastadas se pueden usar como otra opción diferente dentro de la casa



Síguenos: Becocycle



LOS REGALOS REGALOS

La publicidad nos incita a querer o comprar cosas que sabemos son desechables; si compramos algo que lleve pilas, en determinado tiempo estas se acabarán y el niño suele a ya no volver a jugar nunca con él, en vez de eso podemos comprar regalos que no necesiten pilas, los juegos de mesa, los rompecabezas que unen a la familia y no aíslan al niño a jugar solo con un juguete electrónico; hay también juegos didácticos en tu localidad que promueven la imaginación, la creatividad y el aprendizaje lúdico, que no son tóxicos y son más seguros.

Otro regalo podría ser intercambio de recetas entre los familiares, la receta de las galletas, los pasteles o de ese platillo delicioso que solo la abuelita sabe como prepararlo.

El intercambio de libros o de dibujos y pinturas que hacen los artistas de la familia, las fotos familiares donde están todos los sobrinos, los hijos o los nietos de la familia que se tomaron en la última reunión familiar.

También se puede hacer regalo de una tarjeta con cierta cantidad de la tienda departamental favorita de la persona que nos tocó en el intercambio, así ahorraremos la envoltura, la gasolina de ir a

buscar el regalo que creemos que le va gustar, así ella o él mismo seleccionará lo que realmente necesita. Una maceta con flores de nochebuena es un regalo verde, al igual que podemos sembrar una combinación de eneldo, laurel, romero, albahaca, manzanilla, orégano, tomillo, etc. en una maceta y así regalamos una jardín productivo en la cual tendrán estas especias frescas y a su alcance todo el año, sin tener que salir a la tienda a comprarlo.

LA CENA



Muchas veces nos excedemos con la cantidad de comida y el 27 de diciembre no queremos seguir desayunando, comiendo y cenando pavo, ¿por qué mejor no cocinamos moderadamente y así no desperdiciamos tanta comida?

Podemos cocinar con productos locales y crear un menú con productos frescos. Los pequeños de la casa pueden hacer los postres en vez de comprarlos y ello hará que se sientan mucho más felices sabiendo que ayudaron a mamá a cocinar y que toda la familia disfrutará sus delicias. Comparte con todos tus seres queridos una verde navidad

Mtra. en Arq. Ma. Ángeles Saloma
Egresada B.U.A.P. y Universidad
Politécnica de Catalunya.

E-mail: angeles.saloma@gmail.com
angelesaloma@yahoo.com.mx