



Global express

L'actualitat a l'aula

Consumista jo?

1.



1. Què et suggereixen aquestes imatges?
2. Quina relació hi ha entre elles? Proposa un títol per a les tres.

2. S'acosta Nadal...

Llegeix el text i respon les preguntes que hi ha tot seguit:



S'acosta Nadal. L'Anna, en Joan i els seus fills, la Mar i en Pau, han rebut la invitació d'uns amics per celebrar la trobada anual d'antics alumnes de l'institut. Se celebrarà un dinar en un restaurant de la ciutat.

Quan arriben al pàrquing, l'Anna i en Joan es troben amb en Lluís i la seva companya; també veuen en Carles, que ha vingut amb els seus bessons, de 8 anys.

Després de saludar-se, en Carles es fixa en el cotxe d'en Lluís, l'últim model XR450 injecció. És el primer que veu al carrer després d'haver-ne vist la fotografia al suplement del diari: és ràpid i molt espaiós, just el que ell necessitaria per anar amb els nens de cap de setmana i per impressionar el seu cunyat i els seus companys del gimnàs ara que s'acosta Nadal.

Els són els últims d'entrar al restaurant. Ja hi ha l'Emília i en Xavi, i l'Enric i la Paula, que han vingut amb la Núria, que ja ha fet 14 anys.

L'Emília i l'Anna s'asseuen juntes. Fa molt temps que no es veuen. L'Emília, que viu sola, viatja molt i és molt difícil quedar amb ella. Durant el dinar, l'Emília explica a l'Anna les meravelles de la seva última destinació de vacances. És just el que l'Anna necessitaria per poder descansar. A més a més, sempre que tornen de vacances, tothom explica els seus viatges i ensenya les fotografies que ha fet, i ells només van de vacances al poble...

Mentre els adults prenen cafè, la Mar i la Núria surten al jardí. Passen de tornar a sentir les batalletes dels seus pares. A més a més, la Mar ha portat el seu nou MP4 per escoltar música. La Núria ja havia vist el de molts companys de l'institut: és petit, pots escollir entre molts colors diferents i té molta més capacitat que l'MP3 que li van regalar a ella fa tres mesos per l'aniversari.

Mentrestant, en Pau juga amb els bessons, que han portat les consoles amb l'últim joc de futbol. Ja hi havia jugat a casa d'en Daniel, amb els amics de l'escola, però va quedar l'últim.

3. Els personatges d'aquesta història es deixen influir per...
4. Creus que ofereix un retrat exagerat o que s'ajusta a la vida real? A tu també et passa? Qui o què t'influeix a l'hora de comprar?

3. Tenir o no tenir

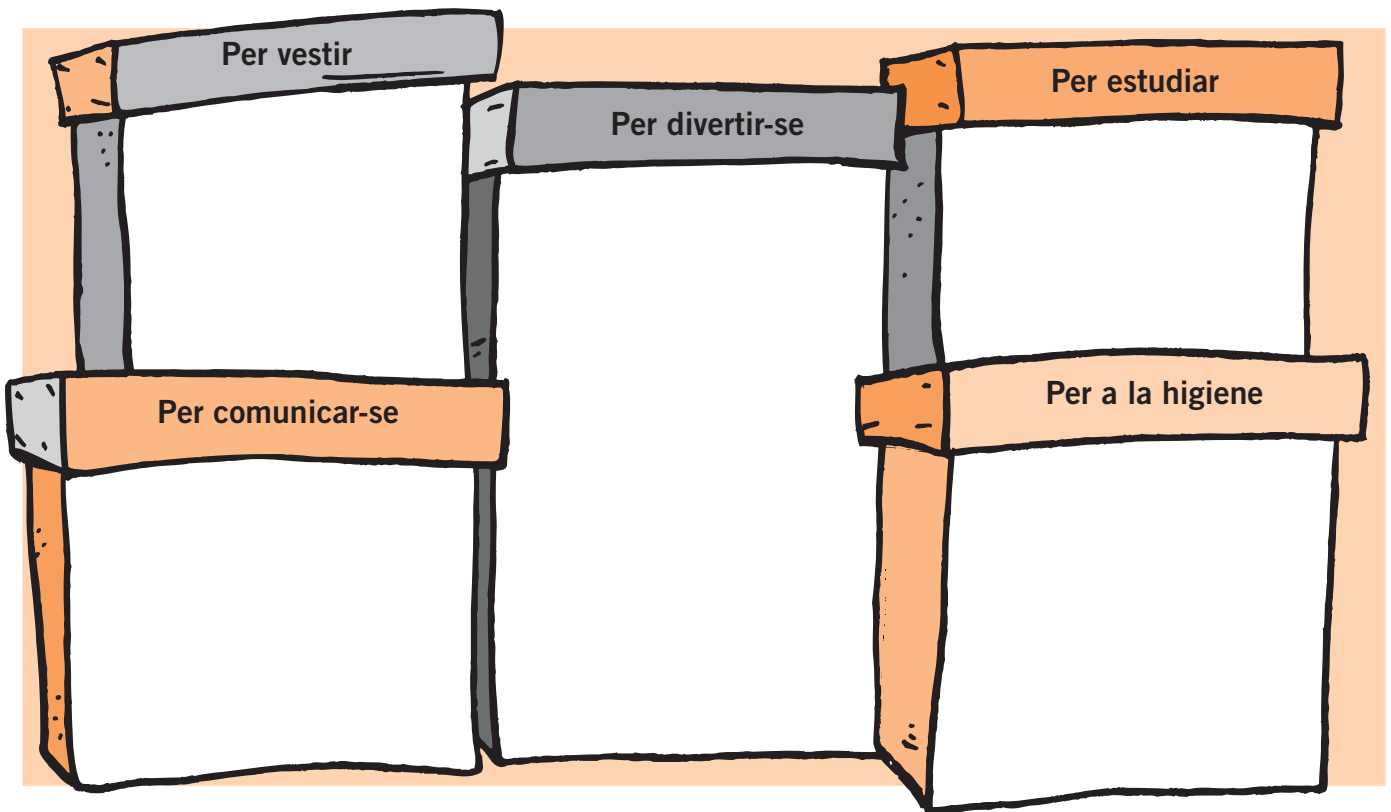


Imagina't que l'empresa on treballa la teva mare es trasllada de ciutat. Aquest trasllat és una oportunitat per a la teva mare, i tots esteu molt il·lusionats amb el canvi.

Ha arribat el moment de la mudança i de fer les caixes. Com que la casa nova és més petita i no hi cap tot, entre tots heu decidit que haureu de prescindir d'una quarta part dels vostres objectes.

Fes un inventari de totes les teves coses, de tot el que tens.

5. Fes un inventari de tot el que tens a l'habitació (excepte el mobiliari, del qual s'encarregarà l'empresa de mudances directament) i distribueix-ho en les diverses caixes.



6. Ara toca decidir de què ens desfem. Recorda que has de deixar un 25% de les coses que tens. De què prescindiries? Feu una llista en comú de tot el que deixaríeu.
7. Quina primera conclusió podeu treure veient la llista de coses prescindibles?
8. Quina mena de coses heu descartat?
9. Què faríeu amb les coses que sobren?

4. “Fum, fum, fum...”

L'any 2006, l'Ajuntament de Madrid es va gastar 3,5 milions d'euros (“només” un milió d'euros més que l'any passat) en un enllumenat que va emetre més gasos contaminants a l'atmosfera (unes 3.000 tones de CO₂). Un nou luxe per a un país que ja és líder en l'incompliment del protocol de Kioto de reducció d'emissions.

■ www.ecologistasenaccion.org

Entre el 15 de desembre i el 15 de gener generem més del 30% del volum de paper i cartró anual (caixes, bosses, paper de regal i altres).

Mentre que la resta de l'any cada persona genera un quilo i mig de brossa al dia (fa 30 anys no s'arribava ni a mig quilo), durant les dates nadalenques són dos quilos, i la meitat, és clar, d'embolcalls i embalatges.

■ *El País*, 6 de gener del 2006

En aquestes dates es llencen fins a un 40% dels aliments produïts, a causa de descarts per exigències estètiques del mercat, errades en la distribució de volums tan grans, etc.

■ www.ecologistasenaccion.org

- 10.** En el període nadalenc, el nostre consum es dispara, generem més brossa, utilitzem més energia... Se us acudeixen altres “excessos”, a més dels que s'esmenten en aquestes notícies? En grup, investigueu quin és el consum “extra” en el període nadalenc al vostre poble o ciutat.

Quan compres un perfume d'alta cosmètica, resulta que el que estàs comprant són 25 mil·lilitres d'*eau de parfum*. Aquest líquid que podríem transportar al palmell de la mà ve, però, envasat en un flascó de fantasia que pesa fins a 10 vegades més. Va tapat amb una càpsula de plàstic tan gran com l'ampolla, i protegit per un cartró ondulat que s'insereix en una capseta de cartolina gruixuda envoltada per una pel·lícula de plàstic tancada amb un paper adhesiu. De moment ja són sis capes de diferents materials d'envasat.

Abans de pagar, la persona que se l'emporta demana que l'hi emboliquin per a regal. I és llavors quan l'absurd arriba al punt àlgid, ja que el més probable és que s'hi afegeixi una capa de paper de cel·lofana, diversos bocins de cinta adhesiva, un llaç, un adhesiu del tipus *Bones Festes* o *Desitjo que t'agradi*, i que tot plegat ens ho posin al cul d'una bossa de disseny nadalenc apta per transportar 10 vegades més de volum, i que tancaran a la part superior amb un altre adhesiu amb la marca de la perfumeria.

José Luís GALLEGU. “La orgía de los envoltorios”. *El País*, 6 de gener del 2006.

- 11.** Feu una descripció similar amb altres regals.
- 12.** Convertiu el text en un còmic i exposeu-lo a classe.
- 13.** Poseu títol a aquestes imatges. Després comenteu-les a classe.



www.wikipedia.org



www.consumehamorri.org

5. L'electrònica en verd

14. Treballant en grup, observeu el comportament ecològic de les principals empreses electròniques a partir de la puntuació que els ha atorgat Greenpeace.

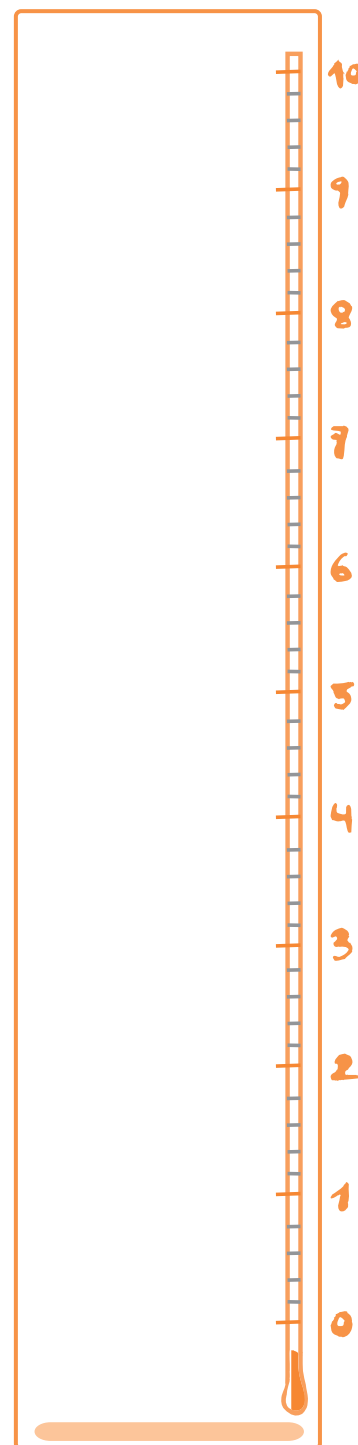
15. Situeu cada marca i la seva puntuació en el termòmetre ecològic, i comenteu-ne el resultat. Compareu les dades recollides a la taula amb l'última versió de l'informe de Greenpeace que podeu consultar a <http://www.greenpeace.org/raw/content/espana/reports/ranking-verde-de-electronicos-3.pdf>. Es mantenen les tendències?

TEMPERATURA ECOLÒGICA de les principals marques electròniques

MARCA	RESTRINGIR (O COMPROMÍS DE FER-HO) LES SUBSTÀNCIES PERILLOSES CONTINGUDES EN ELS SEUS PRODUCTES ⁽¹⁾	COMPROMÍS DE RECOLLIR I RECICLAR RESPONSABLEMENT ELS SEUS PRODUCTES UN COP AQUESTS SIGUIN DESCARTATS ⁽²⁾	PUN- TUACIÓ (d'1 a 10)
ACER	Substitució de materials contaminants l'any 2009.	Manca d'informació sobre xifres de reciclats.	5,3
APPLE	No fixa terminis per eliminar el PVC ⁽³⁾ dels seus productes i no es compromet a deixar de fer servir retardants de flama bromats (BFR)	Escassa informació sobre el seu sistema de reciclatge. Sí que informa de les quantitats.	2,6
DELL	Gran definició del Principi de Precaució. Suport explícit a la Responsabilitat Individual del Productor ⁽⁴⁾ . Encara no té models lliures de PVC i de BFR.	Ha anunciat la intenció de proporcionar serveis mundials de recollida i reciclatge, sense que importi el lloc on es va vendre el producte.	7
FUJITSU - SIEMENS	Fa temps, va millorar la definició del Principi de Precaució i va declarar que donava suport a la Responsabilitat Individual del Productor ⁽⁴⁾ . No ha establert dates per eliminar el PVC i els BFR. Té al mercat productes sense BFR.	Té serveis de recollida i reciclatge voluntaris només a Sud-àfrica. Planeja oferir informació als països amb legislació sobre el tema.	8
HP	Estableix terminis per substituir algunes substàncies, però no els estableix per al PVC ni per als BFR.	Primera empresa que idea una metodologia de càlcul de recollida i reciclatge en funció dels percentatges de vendes.	5,6
LENOVO	Llançament de la marca l'any 2006; era l'última del rànquing. Ha millorat respecte al Principi de Precaució i a la Responsabilitat Individual del Productor. Els seus productes no estan lliures ni de PVC ni de BFR.	Proporciona serveis mundials de recollida i reciclatge, sense que importi el lloc on es va vendre el producte. És la primera empresa que aconsegueix aquest objectiu.	8
LG ELECTRONICS	La seva puntuació positiva es deu al fet que ha llançat al mercat models de telèfons mòbils sense BFR.	Cau en el rànquing per la seva actitud contradictòria: a la seva web declara que la Responsabilitat Individual del Productor ha de ser per a l'empresa, però als EUA forma part d'una coalició d'empreses que intenten aconseguir que els consumidors paguin una Quota de Reciclatge per endavant.	3,6
MOTOROLA	Proporciona informació sobre els seus productes al mercat que no contenen BFR, però encara ha de fixar terminis per a l'eliminació de tots els BFR i el PVC de tota la seva gamma de productes.	La seva alta puntuació és deguda al suport a la Responsabilitat Individual del Productor. Informa el client sobre com reciclar els telèfons vells, que recull i recicla en el 80% dels països on es venen els seus productes. No informa de la proporció que recicla en funció de les xifres de venda.	6,3

NOKIA	Des de l'any 2007, ha eliminat el PVC als nous models de telèfons mòbils, i els seus components tampoc no porten BFR. Però no dóna terminis per eliminar el PVC de la resta de la seva gamma de productes, incloent-hi equips de xarxes.	Té una puntuació màxima per la seva Responsabilitat Individual del Productor, però no dóna xifres dels mòbils que recicla.	7,3
PANASONIC	Baixa del segon lloc del rànquing fins als darrers llocs. Només té alguns components lliures de PVC, però no té productes que no en continguin. Tampoc no dóna terminis per a l'eliminació del PVC i de tots els BFR de la seva gamma de productes.	No dóna suport a la Responsabilitat Individual del Productor i té programes de recollida voluntària molt limitats.	3,6
SAMSUNG	S'ha retirat de la Coalició Nord-americana de Fabricants d'Electrònics per Reciclatge Responsable, la qual cosa li ha fet pujar la puntuació. També proporciona terminis per a l'eliminació progressiva de les substàncies perilloses, i per millorar la informació al consumidor sobre què s'ha de fer amb els productes que es llencen.	Perd punts perquè, tot i proporcionar recollida voluntària de la brossa electrònica, només ho fa en alguns països i només per a alguns grups de productes.	6,3
SONY	Encara ha de fixar terminis per substituir el PVC i els BFR. Té al mercat models lliures dels químics més perillosos.	La seva baixa puntuació és deguda als dobles estàndards corporatius amb relació a la Responsabilitat Individual del Productor. A Europa és membre fundador de la Plataforma Europea de Reciclatge, però als EUA forma part d'una coalició que s'oposa a la Responsabilitat del Productor i intenta aconseguir que els consumidors paguin una Quota de Reciclatge per endavant.	4
SONY ERICSON	L'1 de gener del 2008 és el termini que ha fixat per eliminar l'ús de BFR i d'altres contaminants. Des del 2006 els seus mòbils estan lliures dels químics més perillosos.	Fort suport a la Responsabilitat Individual del Productor. No informa sobre la quantitat de telèfons mòbils que recull i recicla.	7
TOSHIBA	Dóna terminis per a l'eliminació del PVC i dels BFR als seus ordinadors, tot i que no pas en tota la seva gamma de productes.	Perd punts per la seva manca de suport a la Responsabilitat Individual del Productor, i per no presentar informació als clients sobre què s'ha de fer amb els productes que es llencen.	4,3

TERMÒMETRE ECOLÒGIC



Ranking verde de electrònics. Greenpeace. Març del 2007.

- (1) Facilitant informació als clients sobre la recollida responsable en tots els països on es venen els seus productes.
- (2) Publicació de les quantitats de residu elèctric i electrònic recollits i reciclats.
- (3) PVC: Policlorur de vinil.
- (4) Responsabilitat Individual del Productor: cada empresa s'ha de fer responsable de la brossa electrònica que generen els seus productes llançats.

16. Quines marques de mòbils són les més presents a la teva classe? Quin és el comportament ecològic de les marques més presents? I el de la marca a la qual pertany el teu mòbil?

6. La cara oculta dels mòbils

De mitjana, un telèfon inclou més de 400 components, la majoria dels quals són plàstics i metalls.

Al marge del coure, un mòbil conté ferro, níquel, zinc, plom, plata i compostos de la plata, però també rodi, pal·ladi i beril·li. No obstant això, el component més important és el coltan.

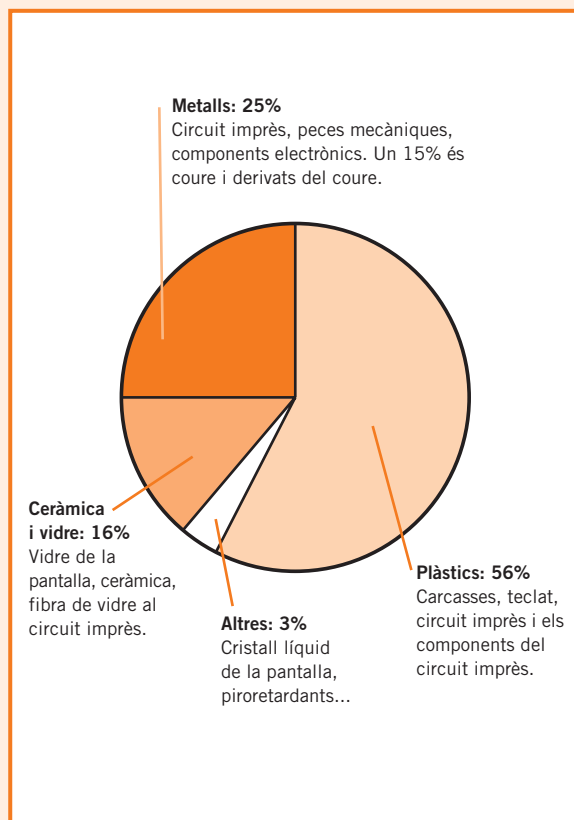
La columbita-tantalita, o coltan en la seva forma abreviada, és un metall que es troba en diversos països del Nord (com el Canadà o Austràlia), si bé també es troba en importants quantitats a la zona est del Congo. Quan es refina, es converteix en tàntal metàl·lic i niobi. El tàntal es transforma en una pols resistent a la calor que, a més a més, pot aguantar una alta càrrega elèctrica, la qual cosa permet donar més durada a les bateries.

Aquestes propietats converteixen el coltan en un element vital per fabricar condensadors, que són els elements electrònics que controlen el flux dins les plaques dels circuits. Els condensadors de tàntal es fan servir en gairebé tots els mòbils, *laptops* i molts altres dispositius electrònics. El *boom* recent de la tecnologia electrònica ha fet que el preu del coltan s'hagi disparat, i hagi arribat als 400 dòlars el quilo. Això ha provocat no tan sols que companyies com Nokia i Sony es barallin per aconseguir-ne, sinó també un greu desequilibri sociopolític als principals països del Sud on s'extreu aquest metall.

El 80% de les reserves mundials de coltan es troba a l'Àfrica, principalment en una de les zones de més conflictivitat bèl·lica com és la República Democràtica del Congo, ocupada pels exèrcits de Ruanda i Uganda. En aquest país, més de 10.000 miners recol·lecten en condicions infrahumanes l'argila de la qual s'extreu el coltan.

Aquests miners treballen excavant grans forats en fileres per extreure el coltan del subsòl. Després hi tiren aigua i aboquen el fang que s'hi forma en grans tubs de rentatge, fent que el metall es dipositi al fons a causa de la seva alta densitat. Un bon treballador pot produir un quilo de coltan en un dia. L'extracció està ben pagada, si tenim en compte que el salari mitjà d'un treballador al Congo és d'uns 10 dòlars al mes; un obrer del coltan pot aconseguir de 10 a 50 dòlars a la setmana.

Un polèmic informe del Consell de Seguretat de les Nacions Unides ha tret a la llum que al Congo hi ha països involucrats en la guerra actual que estan explotant recursos naturals, principalment el coltan. Hi ha informes que demostren que Ruanda i Burundi, que són països veïns, estan implicats en el contraban de coltan al Congo, i que fan



servir els guanys generats per l'alt preu del coltan per continuar mantenint la guerra. L'informe estima que l'exèrcit ruandès va obtenir, pel cap baix, 250 milions de dòlars en un període de 18 mesos mitjançant la venda de coltan, tot i que aquest mineral no s'extreu a Ruanda. Tots els països involucrats en el conflicte neguen haver explotat els recursos naturals del Congo, així com el fet que les guerres que assoten la zona siguin precisament originades pel



PROYDE: www.lasalle.es



www.voltairenet.org

- 17.** Per què el coltan s'ha convertit en un metall tan preuat en aquest moment?
- 18.** Comenta les dues fotografies que acompanyen el text i estableix una relació entre elles.
- 19.** Penseu entre tots quines són les conseqüències que la guerra pel coltan deu estar provocant entre els habitants d'aquesta zona del Congo.
- 20.** Després del que hem conclòs a la pregunta anterior i de llegir aquesta informació periodística, discutiu en petits grups de quina manera ens afecta el cost econòmic i social que genera el problema de l'accés al coltan. Com creieu que podríem contribuir a solucionar-lo?

Quan marquem un dígit, parlem i escoltem, no ens preocupem del que hi ha darrere de la nostra acció, ni pel que fa a les tragèdies bèl·liques, ni pel que fa als residus i a com es reciclen. Està comprovat que, tot i que un telèfon mòbil pot durar 10 anys (renovant-ne la bateria quan convingui), no se sol mantenir més enllà de dos anys. Si els habitants dels països industrialitzats fóssim conscients de tot el que implica la compra, el descart, una nova adquisició, el rebuig del mòbil anterior; si ho tinguéssim en comte, ni la moda, ni la publicitat, ni els obsequis enverinats ens podrien conduir al malbaratament. I seria possible que a l'Àfrica Central la mà d'obra es dediqués a l'agricultura en lloc de dedicar-se a les cobejades mines generadores de conflictes (i seria palpable que la contaminació de la terra, de l'aire i de l'aigua es frenaria).

Eulàlia SOLÉ. *La Vanguardia*, 28 de setembre del 2007.

7. Juguines cares... molt cares

Segons l'Associació Espanyola de Fabricants de Juguines (AEFJ), per Nadal es compren el 75% de les joguines que es venen cada any.

El 65% de les joguines que consumim provenen de la Xina, on, per fabricar-les, treballen dotze hores al dia nens d'entre 12 i 14 anys, i per un dòlar diari.

■ Juan Francisco MARTÍN SECO. "¿Quién comprará los juguetes?" www.lainsignia.com

Les principals marques de joguines del món, com el gegant Hasbro (fabricant d' Action Man, Playskool, nines Bratz...), Mattel (Barbie) o Disney han deixat de subcontractar la seva fabricació amb empreses de Taiwan o de Hong Kong per fer-ho amb fàbriques del continent xinès, com les de Canton, on la mà d'obra és més barata i on, en l'actualitat, en més de 8.000 factories es fabriquen les dues tercers parts de les joguines de la Xina.

■ Font: "Juguetes de miseria: China y la esclavitud infantil" www.hazteoir.org

No fa gaire, dues ONG xineses –Asia Monitor Research Center i Hong Kong Christian Industrial Comitee– van denunciar les cruels condicions de treball en aquestes fàbriques, semblants a les que va descriure Charles Dickens en l'Anglaterra del segle XIX. Es contracten sobretot (per les seves mans fines i diminutes, més aptes per ajuntar les petites peces de les joguines) dones molt joves, a penes sortides de la infantesa.

Aquestes adolescents es veuen obligades a treballar entre 12 i 16 hores al dia, sis dies per setmana, per un salari mitjà de 45 euros al mes. O sigui: un euro i mig al dia! D'aquest sou misèrrim, el patró encara en dedueix les despeses d'allotjament i d'alimentació... El 90% d'aquestes joves obreres ignora l'existència de lleis laborals, el nombre legal d'hores de treball o el salari mínim.

Les condicions de seguretat són escasses i perilloses. En una mateixa planta es concentren els tallers de producció, els magatzems de matèries primeres i els dormitoris de les obreres. En cas –freqüent– d'incendi, aquestes són les primeres víctimes. L'any passat, en un sol incendi van morir cremades vives 276 treballadores i 599 van resultar ferides...Quan baixen les comandes, entre el gener i el juliol, són acomiadades sense miraments amb una indemnització miserable, obligades a tornar a la seva llunyana província d'origen.

Una d'aquestes joves camperoles era la Li Chunmei, que va abandonar el seu poble als 15 anys per buscar una feina a la província de Guangdong. Quatre anys després, moria per esgotament a la fàbrica de joguines Bainan.

El 13 de maig del 2002, el *Washington Post* informava dels fets. La mort es va produir al novembre, al final de la temporada alta, que s'inicia al maig. Quan va morir, la Li Chunmei feia més de dos mesos que no tenia cap dia lliure, treballant dreta 16 hores al dia. Les morts per esgotament, anomenades *guolaosi*, no són rares en aquesta temporada.

21. Imagina i descriu un dia complet d'una jove treballadora en una fàbrica de joguines.
22. Quina població és la que es veu més afectada per les males condicions laborals? Per què?
23. Quines creus que són les causes principals perquè es donin situacions laborals tan extremes?
24. En grup, consulteu els criteris de comerç just i imagineu de quina manera milloraria la situació laboral d'aquestes persones si les organitzacions per a les quals treballen complissin aquestes condicions: www.IntermonOxfam.org/comerciojusto

8. I nosaltres, què hi podem fer?

Ara que arriba Nadal... i el Dia de la Mare, del Pare, dels Enamorats, l'amic invisible...

Antigament, fer un regal era un acte envoltat de significat, d'afecte cap a la persona que el rebia. Era un gest que requeria esforç i que tenia un valor profund. Actualment, el mercat i la publicitat s'han encarregat de desposseir aquest acte del sentit originari i l'han convertit en una obligació gairebé quotidiana, forçant un consum exagerat de productes moltes vegades prescindibles, inútils i repetits... El regal ja no es fa a qui estimem, sinó a qualsevol marca que ens vulgui "comprar".

Ara que coneixem l'impacte del nostre consum és el moment d'actuar, des de diferents àmbits, per posar-hi fre: **REDUIR, REUTILITZAR, RECICLAR**, vet aquí la qüestió. Us proposem un seguit d'iniciatives que us seran útils en aquesta tasca.

Informa't!

El primer pas per a l'acció és informar-se, cosa que inclou seleccionar les fonts i buscar fonts alternatives d'informació que ajudin a compensar les de les veus dominants. Vet aquí alguns exemples de campanyes d'interès:

Apaga la tv, encén la vida! Quin paper té la televisió en la nostra vida? Sabies que l'any 1999 les cadenes espanyoles emetien més de 50.000 anuncis al mes? La inversió de les empreses per convènce'ns dels seus productes és impressionant.



"La publicitat és la veritable justificació del fet televisiu. Atractius, breus, impactants, moralment ambigus... són la promesa d'un món millor en trenta segons".

Integral, núm. 231. Març del 1999.

Quantes hores al dia dediqueu a veure la televisió? Feu el compte. Quants dies a l'any dediqueu a veure la tele? Segons la mitjana espanyola, la televisió pot arribar a ocupar entre 12 i 15 anys del nostre temps vital. Com més televisió consumim, més productes ens semblen imprescindibles.

Campanya Una setmana sense TV (del 23 al 29 d'abril) www.tv-turnoff.org i www.adbusters.org

***SLOW FOOD** versus **FAST FOOD!**
El moviment *Slow Food* (menjar lent) sorgeix a Itàlia en contraposició al corrent del *fast food* (menjar ràpid) representat per les grans cadenes alimentàries.*

www.slowfood.es

25. Feu una llista dels avantatges mediambientals i socials que representa la substitució de la moda *fast food* per la de l'*slow food*.

Consulta a experts!

Podem aprendre d'altres que, per edat i experiència o per opció personal, són especialistes a reduir, reutilitzar i reciclar. Persones heroiques capaces de sobreviure i resistir-se als cants de sirena de la nostra societat de consum.

- 26.** Personatges en perill d'extinció? En grup, investigueu entre el professorat i la resta de joves del vostre centre si hi ha algú que no tingui mòbil, televisió o carnet de conduir. Podeu fer un cartell de l'estil "Recompensa" o "Es busca". Feu-los una entrevista: breu presentació, motius de la seva opció, avantatges, inconvenients... Publiqueu la notícia a la web del centre o a la revista escolar.
- 27.** Una visita a una llar de jubilats? La gent que ha sobreviscut a èpoques difícils (guerra, postguerra, migració...) és una generació acostumada a l'estalvi. Dediqueu una tarda a visitar una llar de jubilats o un espai on es reuneixi la gent de més edat, i parleu amb ells d'aquest tema. Estaran encantats i encantades d'explicar-vos els seus trucs per consumir menys.
- 28.** Convoqueu un concurs d'idees al mateix lloc. El premi pot consistir a convidar el guanyador o la guanyadora a berenar i a veure una obra de teatre, un concert coral...

Actua!

Imagíneu regals... sostenibles, personalitzats i irresistibles! Hi ha moltes maneres de reduir el nostre consum o d'intentar reduir-ne l'impacte mediambiental i social. Aprofita les dates nadalzenques o qualsevol altre esdeveniment per passar a l'acció...

Idees per regalar de manera diferent:

- Un sopar o un dinar sorpresa seguint els criteris de qualitat slow food.
- Una entrada a un espectacle especial: nit d'òpera, teatre, museu.
- Una targeta de vals per substituir algú de la família en les tasques domèstiques durant una setmana (cuinar, anar a comprar, planxar...).
- Una targeta amb finestres per regalar temps compartit.

Què és el Banc del Temps?
es.wikipedia.org/wiki/Banco_de_tiempo

Suprimim embalatges?

- Agafeu una caixa i decoreu-la amb trossos de paper de regal reciclats o amb dibuixos i colors.
- Col·loqueu el regal a dins, sense embolicar.
- Escriviu un missatge a la part de dins de la tapa convidant el destinatari a reutilitzar-la per fer un altre regal.

Voleu regalar un joc? I si el construïu amb material reciclat?

- Hi ha una gran quantitat de materials d'origen domèstic, industrial, escolar o natural que podeu fer servir.

Ús compartit? 3x1. Més estalvi, més espai lliure, menys impacte. Hi ha productes que només necessites esporàdicament?

- Feu una llista amb tots els productes que us podeu deixar: roba, llibres, bicicleta, jocs...
- Ordeneu-los alfabèticament i poseu el nom i la forma de contacte de la persona que s'ofereix per compartir-lo.
- Pengeu-la en un lloc visible i consulteu-la abans de comprar o de demanar que us regalin un producte.
- Compareu les vostres "Cartes als Reis" i elimineu-ne els productes que us podeu intercanviar.

Comerç Just

- Visita una botiga de Comerç Just i demana informació sobre els criteris de comerç just i els diferents productes que s'hi ofereixen.

Ens organitzem i sortim al carrer?

Muntem una campanya: "Eliminem residus, estalviem paper i cartró"

- Elaboreu un tríptic on s'expliquin els beneficis de reduir els embalatges. Il·lustreu-lo amb fotos que mostrin com muntar una caixa amb material reciclat.
- Contacteu amb l'Associació de Comerciants d'algun carrer comercial i proposeu-los que col·laborin en la campanya.
- Argumenteu els avantatges que els comportaria renunciar a l'embalatge de regals, i feu un adhesiu amb un logotip per distingir els comerços col·laboradors.
- Disfresseu-vos amb algun element de reciclatge que us identifiqui i que cridi l'atenció de la gent.
- Prepareu amb temps algunes caixes d'embalatge com a model i distribuïu-les en alguns comerços "còmplices".

Frenem els regals prescindibles

Feu desistir possibles compradors, esteneu el virus del dubte...

- Elaboreu pancartes amb preguntes del tipus: "Estàs segur que li agradarà?" "No li molestarà?" "Es podrà fer càrrec del manteniment?" "No va contra els seus principis?" "Realment ho vol?" "No ho té repetit?" "No perjudica la seva salut (física o mental)?" "No limita el desenvolupament de les seves habilitats o capacitats?"
- Disfresseu-vos amb elements o trossos de diaris que facin referència al canvi climàtic i passegeu-vos en l'època nadalenca, de rebaixes, etc., per alguna zona comercial amb les vostres pancartes.