

### FIM DE ANO É UMA ÉPOCA GERALMENTE CHEIA DE GASTOS... MAS, COM PEQUENAS ATITUDES, É POSSÍVEL EVITAR O DESPERDÍCIO!



*Calendário do advento feito com rolos de papel higiénico*

Natal também é sinónimo de consumismo, muitas vezes consumismo exagerado! Cada vez mais sentimos a perda do espírito de Natal original. É frequente, nesta altura, vermos “catedrais” de consumo cheias de pessoas que compram desenfreadamente, muitas vezes sem refletir no impacto que as suas compras têm nas suas vidas, nas pessoas e no Planeta. Produção excessiva de resíduos, exagerado consumo de recursos naturais, uso da madeira não certificada nas árvores de Natal, desperdício desmesurável...

Porém, o termo “consumo consciente” começa cada vez mais a estar presente nas nossas vidas e tem como objetivo a busca do equilíbrio entre a satisfação pessoal e a sustentabilidade do planeta, lembrando que sustentabilidade implica um modelo ambientalmente correto, socialmente justo e economicamente viável. O segredo do consumo sustentável baseia-se na aquisição de bens com utilidade, evitando-se o desperdício, produtos reciclados ou produzidos a partir de materiais recicláveis (ecoprodutos) entre outros.

Estes são pequenos atos que fazem toda a diferença e contribuem para melhorar a qualidade de vida de todos. Que a nossa consciência de consumo nos permita fazer as escolhas certas, crescer como cidadãos responsáveis, contribuir para a preservação da Natureza e vivenciar o Natal na sua essência espiritual.

### SABIA QUE...

**pode construir os seus próprios enfeites de Natal sustentáveis... Deixamos aqui algumas ideias originais, basta ser criativo!**



*Castiçais construídos a partir de garrafas de plástico*



*Enfeites de Natal construídos com garrafas e com pinhas*



*Presépio feito com rolas de cortiça*

Renunciar ao consumo, para ganhar tempo para a família ou para quem precisa, pode implicar a reavaliação das relações pessoais, sociais e dos valores individuais...

Este ano, deixe de lado o que é supérfluo e valorize o que é realmente importante, valores e laços familiares, a ética e a solidariedade!

Por um Natal mais verde.

