



## AS ATITUDES QUE GERAM BENEFÍCIOS AO PLANETA E UM BEM ESTAR COLETIVO SÃO AS MAIS VALORIZADAS...

Aproxima-se o Natal! Uma época geralmente muito associada a gastos e na qual somos estimulados e influenciados a comprar, gastar e consumir, muitas vezes desmesuradamente.

Este consumo impulsivo e muitas vezes irracional, instigado pelo ritmo de vida exageradamente acelerado que levamos, tem impactos significativos, refletindo-se em compras supérfluas, mais caras e muitas vezes inúteis ou sem valor afectivo.

Com o atual cenário de contração económica instalado no País, o panorama é de mudança e surgem novas posturas, mais responsáveis, mais ecológicas e empreendedoras! A cultura do excesso perde significado, firmando-se que a abundância não traz felicidade, além de que o Mundo passou a preocupar-se e a valorizar questões como a responsabilidade social, a sustentabilidade, o custo-benefício dos bens e serviços. Há uma mudança de paradigma e a tendência é transformar a crise em oportunidade! Neste contexto, as pessoas valorizam o que é realmente importante, valores e laços familiares, a ética e a solidariedade...

Hoje, a Sociedade tem em muita atenção questões como a crise, a situação económica do País e das Famílias, a perda de rendimentos e o desemprego, sendo estas questões motivos de peso para uma maior contenção no consumo.



### SABIA QUE...

**Mais importante que afirmar um valor é compartilhá-lo?!**

#### PARA O AJUDAR A CONTRIBUIR PARA UM NATAL ECOLÓGICO, A LIPOR DEIXA ALGUNS CONSELHOS SIMPLES QUE PODE LEVAR EM CONTA

- Controle o impulso consumista. Planeie e faça listas de presentes e estabeleça um limite de gastos e não o ultrapasse.
- Compre menos, opte pelo “amigo-oculto ou secreto”, fomenta a ideia de qualidade, em vez de quantidade.
- Faça as compras no comércio local (perto de casa ou do trabalho) e escolha produtos de empresas de economia social e ambientalmente responsáveis ou de comércio justo.
- Ao embrulhar, use papéis e embalagens reciclados (uma sugestão: ofereça os presentes embrulhados em sacos de pano que poderão ser reutilizados para as compras).
- Reaproveite os enfeites de Natal antigos e, na compra de novos, prefira os artesanais ou feitos de materiais recicláveis;
- Restrinja as luzes à árvore de Natal, e dê preferência a lâmpadas de baixo consumo. Não se esqueça, também, de apagá-las antes de dormir.
- Reúna a sua família para angariar roupas, acessórios, sapatos e alimentos, e doe os géneros a instituições de solidariedade social.
- Depois do Natal, separe todas as embalagens – papel/cartão, plástico/metal e vidro – e coloque-as no ecoponto mais próximo, evitando assim a acumulação de resíduos junta dos contentores.
- Dissemine o consumo consciente! No Natal, abuse do seu tesouro e explore ao máximo os sentimentos...

**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.**