



xa sencillamente transformar la realidad



## Regalos que no te consumen



# Regalos que no te consumen

mensajes  
enredados

## La reflexión

Un año más se nos acerca una fecha especial: la Navidad. Son días para celebrar y estar junto a las personas que queremos.

Lamentablemente, vienen acompañados de un consumo excesivo: comida, regalos, adornos... Consumimos de todo y en exceso. Se calcula que en España el gasto medio por persona es de unos 680 euros. Casi la mitad se destina a regalos y el resto a comida y ocio.

En distintos medios aprovecharán estas fechas en las que afloran buenos deseos y sentimientos para dirigirlos hacia el consumo. Otros nos animarán a consumir para incentivar la economía. Pero no podemos apoyar un modelo insostenible e injusto. Tratemos de que este año las luces de colores no nos impidan ver todo lo que nos rodea y que escuchemos la voz de quienes sufren (también durante estos días), por encima de los reclamos publicitarios. Podemos vivir la Navidad con más sentido. Seamos responsables a la hora de consumir, decidiendo bien en qué gastamos nuestro tiempo y nuestro dinero.

Seamos creativos, hay muchas maneras de festejar y de demostrar el cariño a los demás, no desvirtuando el significado espiritual de estos días.

En el blog ([www.mensajesenredados.com](http://www.mensajesenredados.com)) te dejamos unas ideas por si te sirven de ayuda para celebrar la Navidad de forma más justa con la sociedad y respetuosa con el medioambiente.

## La acción

### REGALA TU REGALO

Te proponemos que estas Navidades elijas muy bien uno de tus regalos. Piensa en una de las personas que te vayan a hacer un regalo y pídele que no sea algo para ti, sino para una causa solidaria. Dile a qué fin quieres que lo destine, o incluso podéis decidirlo entre ambos. No debe suponer que esa persona se "ahorre" un regalo, sino que lo reciba quien más lo necesita. ¡Asegúrate de que realmente lo hace!

Se trata de que renuncies a algo que ibas a recibir y le busques un destino mejor. Las entidades y los proyectos a favor de la justicia social que se pueden apoyar por esta vía son muy diversos. En el blog ([www.mensajesenredados.com](http://www.mensajesenredados.com)) iremos compartiendo a modo de propuesta algunos de ellos.