

15 de marzo. ¡De la memoria del consumo a la acción!

El **15 de marzo** se celebra el **Día Internacional de los Derechos de los Consumidores**. Durante los últimos años, la palabra consumo ha cobrado un papel relevante en el día a día. Ante la crisis ecológica y social que atraviesa nuestro planeta, los consumidores tenemos un papel fundamental. Elegir qué productos consumimos y cuáles no, es uno de los principales motores para cambiar el modelo de producción y consumo, y poder reducir el impacto que generamos. De ahí que cada vez se haga más alusión al consumo responsable.

Pero... ¿qué es el consumo responsable?

Según un [informe de la OCU](#) de 2018, el 73% de la población española toma algunas de sus decisiones de consumo teniendo en cuenta criterios sociales y/o ambientales. En eso consiste, precisamente, la propuesta del consumo responsable, en incluir valores éticos a la hora de realizar una elección de consumo.

El ahorro energético, la reducción de residuos, la movilidad sostenible o el comercio justo fueron las prácticas más conocidas en sus inicios. Con el tiempo han ido apareciendo en este escenario otras alternativas como el consumo agroecológico (mercados de productores de proximidad, grupos de consumo...), la banca ética o las cooperativas eléctricas.

Nuestra propuesta para el 15 de marzo:

1. Recuperando la memoria del consumo

Este 15 de marzo queremos hacer entre todos y todas una reflexión crítica sobre un modelo de producción y consumo que agota los recursos y aumenta las desigualdades. Para ello bucaremos en la memoria histórica del consumo de nuestra ciudad, de nuestro barrio y de nuestras familias.

Os pedimos que, en torno al 15 de marzo, dediquéis un rato a charlar con vuestras abuelas y abuelos, vecinos más mayores, vuestro frutero o vuestra panadera... **Vamos a investigar sobre sus recuerdos en torno al consumo**, y recuperar una memoria histórica que nos permita aprender, reflexionar y cambiar nuestros hábitos de consumo para que sean más responsables con el planeta en el que vivimos.

Os proponemos algunas preguntas que podéis lanzar a vuestros mayores para conocer cuál era su forma de consumir:





- > ¿Cómo consumían cuando eran pequeños, y cómo lo hacían sus abuelos y abuelas? ¿Qué compraban y dónde hacían la compra? ¿Cómo envolvían los alimentos? ¿Comían tomates en invierno? ¿Hacían conservas con productos de temporada? ¿Qué comían en las ocasiones especiales? ¿Comían carne todos los días?
- > ¿Cómo eran los residuos que generaban? ¿Cómo envolvían el almuerzo cuando se iban de excursión? ¿Cómo llevaban el agua para el almuerzo? ¿Generaban muchos residuos en casa? ¿Cómo se recogían las basuras?
- > ¿Cuánta ropa tenían y cada cuánto se compraban nueva ropa? ¿Si se les rompía una prenda la tiraban? ¿Cuánto les duraba un abrigo?
- > ¿Cómo viajaban para irse de vacaciones (si es que se iban)? ¿Y para ir a trabajar o a comprar?

2. Pasando a la acción

Una vez que tengáis esta información, os proponemos que os juntéis y pongáis en común todo lo que habéis averiguado sobre la memoria del consumo de nuestros mayores, y la comparéis con los hábitos de consumo actuales. ¿Cómo ha cambiado el impacto sobre el planeta? ¿Nos ha vuelto más irresponsables con la Tierra el consumismo y la constante disponibilidad de alimentos? ¿Qué pasaría si volviésemos a la forma de consumir de antaño? Podéis realizar un **almuerzo o desayuno saludable** para debatir y reflexionar de forma colectiva sobre toda la información que habéis recogido o plasmarlo en un cartel para que toda la comunidad educativa pueda ver cómo han evolucionado nuestros hábitos de consumo. Incluso podéis poner fotos antiguas en el cartel: de formas de producir alimentos, de ropa o de comidas o de envases o de envoltorios, o de vehículos antiguos, o de labores asociadas a la reparación de calzado, de prendas, de televisores, etc.

Con todas vuestras reflexiones sólo queda pasar a la acción... Queremos que penséis en soluciones para reducir nuestro consumo y para que sea más sostenible, y os proponemos que elaboréis una campaña de comunicación para reivindicar un consumo más responsable con nuestro planeta. Para ello, os pedimos que elaboréis un cartel o mural en el que compartáis con vuestros compañeros y compañeras cómo ha cambiado el consumo en las últimas generaciones, y qué hábitos debemos recuperar de las experiencias pasadas para construir un futuro en el que el consumo se realice de forma responsable y sostenible. Además, podéis acompañar vuestro diseño con una frase motivadora, eslogan o lema para sensibilizar a vuestros compañeros

¡Os animamos a realizar esta campaña de comunicación en vuestros centros para concienciar a la comunidad educativa de la importancia de tener unos hábitos de consumo responsables!



Las claves para transmitir y sensibilizar sobre el consumo responsable

Es importante no dejar de lado nuestra sensibilidad a la hora de plantear cambios en nuestra manera de consumir. Muchas veces, profundizar en este tema para consumir de una forma más respetuosa con el planeta y las personas puede abrumarnos. La situación ambiental y social que atraviesa nuestro planeta es compleja, y es normal sentirnos sobrepasados por la información. Por eso, os animamos a que tengáis en cuenta las 3E de la educación y comunicación ambiental: emoción, empatía y experiencia.

Abracemos todas nuestras emociones y transmitámoslas a nuestra audiencia. Desde los comités ambientales, buscar la manera de comunicar respetando las emociones es clave.

Empaticemos con nuestros compañeros y sus realidades. No todos tenemos las mismas facilidades para tomar acción y consumir de forma responsable. Ponerse en la piel de la persona a la que queremos trasladar el mensaje nos ayudará a comprenderla y a acompañarla en el proceso de transición hacia un modo de vida sostenible.

Escuchemos a las voces de la experiencia. Como nosotros, muchas otras personas se están movilizando a lo largo del planeta. Si miramos a nuestro alrededor, veremos que hay personas que hacen o han hecho las cosas de otro modo. Paremos a escuchar su historia, aprender de su experiencia e intercambiar estrategias con ellos.

Algunas herramientas útiles para para trabajar el consumo responsable

Desde Educar Hoy os queremos recordar algunas herramientas útiles para trabajar el consumo responsable

- [Vídeo](#) del curso Consumo responsable: del residuo cero a la alimentación sostenible, en el que se muestran imágenes relacionadas con el consumo en diferentes épocas.
- [Guía “Desperdicio Cero en nuestros barrios”](#)



- [“170 acciones diarias para transformar nuestro mundo”](#)
- [Manual para el consumo responsable de ropa y complementos](#)
- [Video-recetas saludables y sostenibles](#): desde el proyecto Europeo Food Wave se están creando una serie de videos para proponeros recetas saludables, sostenibles, y sobre todo... ¡fáciles! El mismo 15 de marzo publicaremos en nuestro canal de YouTube las vídeo recetas para que podáis consultarlas y aplicarlas en vuestro día a día, en casa para hacerlas con la familia, en el cole, con nuestros amigos...

[ACCEDE A LA LISTA DE REPRODUCCIÓN DE LAS VIDEORECETAS](#)

Para crear vuestros carteles...

- En esta [lista de reproducción](#) tenéis varios vídeos en los que podéis encontrar ideas que os pueden ser útiles para crear vuestras propias campañas de comunicación: cómo elaborar carteles, diseñar imágenes y lema para camisetas,...
- Si queréis utilizar fotografías antiguas para elaborar el cartel, os dejamos los siguientes enlaces para acceder a algunos archivos históricos que están a disposición del público. También podéis armaros de lápiz y pincel y trasladar al papel los recuerdos que os compartan.
 - [Buscador Creative Commons](#).
 - [Flickr Commons](#). Cientos de fotografías pertenecientes a las mejores fototecas del mundo, todas ellas de dominio público. Entre los bancos de imágenes que lo componen destacamos:
 - > [The library of the Congress](#). Imágenes de la cultura e historia de Estados Unidos.
 - > [Biblioteca Nacional de España](#).
 - > [Europeana](#). Es el portal que centraliza el patrimonio cultural europeo de acceso libre con el material aportado por unas 2.300 instituciones.
 - [Memoria de los barrios](#). Colección digital de imágenes de la historia de algunos barrios madrileños.