

Recomendaciones

En NAVIDAD CONSUMAMOS REONSABLEMENTE

En estas fechas el gasto familiar se incrementa de forma notable: la lotería, las cenas, las celebraciones, los viajes, los juguetes, los regalos parecen no tener fin.

No existen formulas mágicas para frenar el gasto en estas fechas, pero sí trucos para equilibrar nuestro presupuesto familiar: La principal fórmula es **CONSUMIR RESPONSABLEMENTE**.

CONSEJOS ANTE LA CRISIS. Sugerencias:

- ▶ Planifique sus compras. Haga una lista previa.
 - ▶ En alimentación, compre antes y congele. Una buena congelación garantiza el buen estado de los alimentos y sus propiedades nutritivas.
 - ▶ Calcule cuanto dinero se puede gastar: No se salga del presupuesto previsto
 - ▶ Anticipe sus compras navideñas.
 - ▶ Poner límite a la lista de los “reyes” u otras fiestas. Compare ofertas. No lo deje para última hora.
 - ▶ Hagamos regalos con nuestros medios: Fabricar adornos, preparar los menús, los postres, las uvas; son pequeños detalles que permiten economizar
 - ▶ Regale cosas útiles. Evite el exceso de regalos, intercambie la información, así disminuye la cantidad pero puede mejorar la calidad y sobre todo limita el gasto.
- Recicle: Los juguetes, los libros.
 - La ropa de fiesta de otros años admite pequeñas reformas,
 - Nuevos complementos le darán un aire nuevo.
- ▶ En caso de compras por Internet tenga en cuenta las siguientes recomendaciones:
 - Contrate a través de sitios seguros. Compruebe que la dirección URL empieza por <https://>. También conviene buscar el icono de un candado o una llave en el navegador, a pie de página.
 - ▶ Pague mejor en efectivo o con tarjeta de débito que a crédito.
 - ▶ Guarde todos los resguardos de pago y tickets (de efectivo o de tarjeta)
 - ▶ Felicite la Navidad con tarjetas electrónicas.
 - ▶ No regale mascotas. Es una inversión que debe ser muy meditada y conocida por la persona a quien se dirige el regalo.
 - ▶ En caso de consolas, tabletas, teléfonos: guarde siempre los envases junto al justificante de pago. Durante al menos seis meses.
 - ▶ Es tiempo de muchas llamadas, hay tarifas planas de llamadas que ahorran mucho.

s para Navidad

- ▶ Y sobre todo en los JUGUETES hemos de tener en cuenta a la hora de adquirirlos:
 - Han de ser adecuados a la edad, para hacer un uso correcto y garantizar su seguridad.
 - Las instrucciones deben estar siempre en castellano, completas, claras y concisas.
 - Los envases deben estar nuevos y en ellos deben constar los datos del fabricante, agente o importador. Debe verse claramente el marcado **CE**, esto significa que el producto cumple todos los requisitos de seguridad de la legislación vigente.
 - Conserve los embalajes, para cualquier cambio serán necesarios.
 - Los juguetes deben fomentar valores positivos: sociabilidad, solidaridad, participación e igualdad: Niñas y niños tienen las mismas necesidades y el mismo derecho a disfrutar de todo tipo de juegos y juguetes. NO deben reproducir estereotipos sexistas ni incitar a la violencia

- Y puesto que estamos en Navidad: No tire los que ya no usen o no sean para su edad: Los juguetes se re-utilizan, haga sitio para los nuevos; Aquellos juguetes que ya no se utilicen donémoslos a entidades que los distribuyan de forma equitativa entre las personas menos favorecidos.

RESPETEMOS LA NATURALEZA

Hace años cambiamos nuestros hábitos y tanto por ahorro como por respeto a nuestro medio, compramos abetos de plástico reutilizables. En caso de comprar plantas vivas recomendamos hacerlo en viveros o plantaciones controladas. Y al quitarlo reciclarlo en los lugares indicados. Y reciclemos todo aquello que está en nuestras manos: bolsas de plástico, envases, cristal, embalajes, papel, pilas, bombillas, restos orgánicos, ya que en esta época aumenta mucho su volumen.