



Es fa camí caminant, valorant, compartint...

El camí del consum conscient i transformador (CCT) es fa cada dia amb petits passos. Però l'exercici de parar un moment i valorar on som i com hi hem arribat pot ser interessant. El camí es fa caminant, però també albirant-lo, recordant-lo, i fins i tot compartint-lo, perquè compartir ens posa de bon humor i ens fa estar més satisfets.

- Entendre en què es van convertint les nostres idees i il·lusions sobre el consum conscient a través de la nostra pràctica diària, veure de què estem satisfets i de què no tant, identificar aspectes en què notem que hem evolucionat fins i tot més enllà del consum... pot aportar-nos dades importants sobre el “planeta CCT”, i energies i idees renovades.

PRIORITZANT

Com que el consum abasta una dimensió tan àmplia, és clau establir unes prioritats o uns objectius que, sense ser un marc rígid, ens serveixin per focalitzar l'energia sobre els consums en què volem ser més conscients. L'opció de la Leonor (30 anys, de Màlaga) és un bon resum de l'ordre de prioritats que es repeteix més en les respostes a la nostra enquesta: *Energia, menjar, aigua, transport, roba, i començo amb el sector higiene*, als quals sumariem la generació de residus. Encara que hi ha moltes formes d'ordenar les prioritats, també hi ha moltes coincidències, cosa que facilita que sorgeixin més iniciatives i més accessibles. Sens dubte el tema estrella és l'alimentació, que a més és aquell pel qual pràcticament tots ens veiem motivats i que ens dona alhora més satisfaccions i més opcions. Però també apareixen altres elements interessants i menys recurrents com la televisió, la cultura, internet, el mòbil...

A l'hora d'establir prioritats, hi ha elements que identifiquem i assenyalam de seguida, com ara l'energia, l'aigua o l'alimentació. Però també hi ha una sèrie d'aspectes importants que ens costen més d'abordar perquè no resulten tan tangibles, com ara triar productes d'empreses d'economia social i solidària, finances o banca alternatives.

SATISFETS?

Estem satisfets del nostre CCT? Doncs el got pot estar mig buit o mig ple segons on posem el llistó o segons les referències que escollim. En aquest Divan hem volgut aprendre d'allò que sí que estem satisfets perquè, al final, aquest camí el fem perquè ens omple, ens satisfà... i tot això que hi guanyem! I és que és important valorar el que hem après, el que hem fet... sentir-nos satisfets, sentir que caminem. Tot i això, les nostres valoracions poden fer un joc hàbil que doni lloc a una (molt humana) dinàmica de compensacions, tal com s'explica des de la psicologia social.¹ Ho veiem en un estudi de les conductes proambientals: *faig molt esforç en aquest àmbit, i això em permet desentendre'm totalment dels altres*. Probablement necessitem aquest mecanisme per “sobreviure a nosaltres mateixos”, però la nostra proposta consisteix a intentar viure el CCT d'una manera que no calgui autocompensar-nos: el que fem ho fem perquè ens satisfà. I hem vist en les respostes que, en efecte, estem bastant satisfets del nostre camí, entre altres coses pels senzills descobriments del dia a dia. I també ens satisfà compartir-los, perquè si hi ha una cosa clara és que aquest viatge és compartit. La Cristina (46 anys, Vitòria-Gasteiz) ho il·lustra molt bé en el seu testimoni quan precisament el descobriment que vol compartir és que comparteix: *M'agrada quan parlo amb altres mares del “cole” o amb altres amics i amigues de consum i intercanviem idees*.

¹ B. Hernández i I. Suárez: *Análisis de la relación entre intención i acción en el ámbito del comportamiento proambiental*, al llibre *Persona, Sociedad y Mediambiente*. Junta de Andalucía 2006.

Actualment, de quins
aspectes
del vostre consum
intenteu ser més
conscients?

**De quins esteu
més satisfets?**

Alicia, 38 anys, Euskadi

Mestressa,
voluntària en el
consell escolar, mare de
tres nens i de dos gossos.
Cada dia busco nous reptes
per aconseguir canviar les
coses, el primer va ser
deixar de treballar.

Les bosses de roba (se'n
poden fer amb pantalons
esparacats i queden molt guapes).
L'ecobola per rentar és pràctica i renta
igual que tots els altre productes i, a
sobre, no matem els rius ni hem de
carregar litres i litres de detergent. Si
tirem una mica d'aigua amb 6-10 gotes
d'oli essencial al lloc del suavitzant,
la roba i fins i tot la cuina faran
molt bona olor..

Ara
intento ser conscient dels
regals per als altres (fins i tot he
deixat de fer-ne per compromís i ara
la gent es pensa que sóc pobra, he he) i per
a mi mateixa (molta gent que no et coneix
et regala unes coses... que finalment he decidit
tallar en sec). Estic bastant satisfeta en el dia a dia,
m'agradaria poder trobar més fruita i verdura
ecològiques. Gairebé no faig servir bosses de plàstic,
em moc caminant o amb bici (pràcticament no
sabia anar-hi i ara sóc capaç de dur-hi la meua
filla), em faig jo mateixa el pa, els bescuits i el
iogurt. Cada vegada que veig alguna cosa,
els ulls se me'n van a la lletra petita
(ingredients, on ha estat fabricat...)
i ja sóc com una calculadora:
això sí, això no.

L'ús de la copa
menstrual. Per què no
me n'havien parlat mai
abans? Hi guanyes en
comoditat, salut, calés, fas
menys residus i deixes de
comprar a multi-
nacionals, ho té tot!

**Sóc
il·lustradora**

Maria, 32 anys, Cardedeu (Vallès Oriental)

L'alimentació és el
que he canviat més:
comprant en botigues
petites, participant en una
cooperativa de consum
ecològic i cultivant el meu
petit hort al pati de
casa.

El carro de la
compra ha estat un bon
descobriment (és morat i sóc
el "rei del barri"), però el meu
gran descobriment són les
cooperatives. Un consum
proper, de qualitat i que
dona feina a pagesos de
la zona.

**Treballa en
una enginyeria
fent estudis de
transport i
mobilitat**

Francesc, 31 anys, València

Intento
ser més conscient
amb els productes
d'alimentació, amb el dia a
dia. I estic molt satisfet de
viure sense tenir cotxe (en
llogo un els caps de
setmana que en
necessito).

**Filòleg i
fisioterapeuta**

Ricardo, 31 anys, Vallecas (Madrid)

Ara
no estic gaire sa-
tisfet, ho consumeixo
gairebé tot de supermer-
cats: tinc poc temps i, a més,
comparteixo el pis i les
compres amb dues
col·legues de pis.

Quan era soci de la
cooperativa de consum
solia explicar als qui
convidava a casa el que
menjaven i qui ho havia
produït. Moltes vegades em
demanaven que els
dugués a visitar els
horts, etc.

**Faig
llibres, els
promociono,
sóc mare i
moltes coses
més!**

Molera, 42 anys, Barcelona

Estic satisfeta de
l'alimentació, del
transport per la ciutat, del
reciclatge, de la reducció del
consum "que demanen"
els nostres fills...

Aleixart, 33 anys, Santa Coloma de Farners (Selva)

Consumir preferentment els productes del temps que dona l'hort, comprar productes (cafè, te, galetes...) a la botiga de comerç just del poble, portar-me cada dia a la feina la carmanyola i un termos per a l'aigua, mirar d'anar a peu tant com pugui, començar a anar a mercats dels encants i d'intercanvi...

Haig de fer servir el cotxe cada dia per anar a treballar (però amb la idea de traslladar-me a viure, a mitjà termini, a prop de la feina). Per ara un curs de conducció eficient m'ha fet disminuir el consum de gasoil de 7 a 5'5 litres cada 100 quilòmetres!

Beti, 35 anys, Vigo

Llicenciada en Ciències del Mar

Intento ser conscient en l'alimentació, els productes de neteja, els esmalts per a la meua afició terrissaire, el transport (evitant els avions tant com puc ja cobreixo la meua quota, i faig servir cotxe privat). Estic satisfeta de l'alimentació; de la meua participació en un projecte d'habitatge i vida en el qual reconstruïm amb materials de la zona i sostenibles; d'evitar la generació de residus...

M'agrada molt viure les estacions a través dels aliments, em sembla tot un luxe anar canviant els gustos segons el clima. Adaptant-se als aliments locals i del temps es descobreix un món ple de varietat...

Conchi, 29 anys, Madrid

Investigadora en comunicació ambiental i participant en projectes variats

La qüestió dels productes de consum bàsic ja és una cosa bastant integrada a la meua vida, encara que les mudances de casa de vegades m'han fet fer passos enrere. Ara em vaig preguntant més per l'invisible: el consum energètic desapercebut, internet. També de vegades em miro a mi i al meu voltant, i penso en el consumisme també de l'activisme social... el ritme desenfrenat. Em plantejo l'*slow life*, la necessitat de desaceleració... Estic satisfeta de la col·lectivització d'estrís diversos... M'agrada la solució col·lectiva a les necessitats: abans hi buscava una resposta individual i ara hi veig respostes col·lectives, per exemple les necessitats lligades a la maternitat/paternitat i criança, o l'aprenentatge, el compartir sabers...

Dur sempre una ampolla de vidre o de plàstic dur o una cantimplora petita a la bossa o la motxilla, i així poder arregar aigua gratis de qualsevol lloc.

Rosa, 28 anys, Huelva

Professora de Llengua

Reconec que cal estar molt avorrit o tenir bastant temps lliure, però la meua àvia sempre ho feia, jo ho segueixo fent i m'encanta. Agafem tota la roba que no serveix i que està massa gastada per donar-la a ningú, i la reciclem: de la llana en fem flassades, i de la roba de punt tallada a tires en fem catifes i estalvis de ganxet. Ah!, i fer ganxet és boníssim per a l'estrès.

Voleu compartir algun petit descobriment de consum conscient del qual estigueu especialment satisfets?

Fa poc he descobert el mercat d'intercanvi i m'ha encantat. Una de les contradiccions que tinc i que em penso que du la gent a consumir més són les ganes de canviar. En el cas de la roba, a la cooperativa de consum s'ha muntat un espai on la gent deixa coses que ja no vol i s'emporta el que troba que li agrada... I hi he deixat samarretes que ja no em posava i hi he trobat unes vambes molt guapes i una samarreta de tirants molt maca. I dijous hi tornaré a deixar roba meua...

Educadora social. M'estic independitzant

Cristina, 25 anys, Barcelona

Podeu compartir les vostres vivències i visions a través del qüestionari que trobareu a

www.opcions.org/enquesta.html

Anònima, Castelldefels

Des que intento consumir productes més simples o naturals, fins i tot ecològics, ja no em preocupo de si m'engreixo, perquè menjo menys greixos i additius i no m'engreixo. A més, els productes ecològics són més cars i per tant m'ho penso dues vegades abans de comprar-me qualsevol llaunadura només per capritx.