



Desde hace unos años, con el uso de internet, se ha venido desarrollando un consumismo que podríamos etiquetar como "automático" que impulsa nuestros deseos de comprar más fácil, cómodos desde casa, con ofertas increíbles invitándonos a aprovechar las gangas sin tener en cuenta ni reflexionar sobre nada más que nuestras fervientes ganas de tener y tener más cosas.

Pero hay soluciones alternativas que no solo nos permiten ahorrar o ganar unos cuantos euros sino que también están generando una cultura del reciclaje y la reutilización como nunca antes se había visto o vivido.

Nuevas maneras de conseguir las cosas que necesitamos

Al alcance de nuestro ordenador, tablet o teléfono inteligente nos esperan miles de páginas web y aplicaciones móviles especializadas para comprar, vender, alquilar, intercambiar o regalar todos aquellos artículos que tenemos y no usamos, pero también todos que queremos o necesitamos y que alguien más ofrece. El mercado del ya definido como "Consumo colaborativo" ha evolucionado y funciona bajo las siguientes categorías para las compras:

- **Las compras y ventas de segunda mano:** en España la [web Vibbo](http://web.Vibbo) es la más utilizada para compras y ventas de artículos de segunda mano. En ella encontraréis de todo lo que imaginéis. Otra muy conocida es Wallapop.
- **Los alquileres o préstamos:** para artículos que solo necesitamos ocasionalmente, por ejemplo un taladro, un bolso de lujo, plazas de parking, etc. Por ejemplo, ToolQuick.
- **Los trueques o intercambios:** con una forma muy parecida a la de las compras y ventas de segunda mano, los intercambios y trueques se manejan buscando y proponiendo artículos que ya no utilizamos, pero en vez de hacerlo a cambio de dinero se intercambian por algún otro artículo o servicio. Un ejemplo de esta categoría es el Quiero cambiarlo.
- **Regalos:** para conseguir los artículos que necesitamos totalmente gratis. Por ejemplo en Nolotiro.org. También podemos proponer todo aquello que tenemos y que no utilizamos para que alguien más que no tiene la posibilidad o los medios económicos para comprarlo y lo necesita pueda darle un mejor uso. Encontráis también para ropa, juguetes, muebles y más.

La evolución de las compras nos presenta dos panoramas distintos, uno que nos invita al consumismo fácil y sin salir de casa, y otro que se adapta perfectamente a nuestras ideas de sostenibilidad, facilitando la forma de comprar y ganando o ahorrando un poco de dinero. El consumo colaborativo se ha convertido para muchos en un estilo de vida que representa en definitiva no solo la evolución sino también la revolución de las compras. ●●●

Rosely Rojas Rizzo

Noche de... *vida cotidiana* ...primavera

Mayo. El verano está llegando, los días se alargan, las temperaturas suben y las calles se llenan. Se supone que la primavera nos da a muchos esa sensación de alegría, libertad y ligereza. Y todos queremos aprovechar al máximo esas sensaciones que aparecen cada año como si fueran nuevas.

Después de un día entero en la oficina, recorriendo la ciudad o el campo, regresas a casa, comes, te sientas en el sofá y... Un día de primavera no puede acabar así. Todavía hace buen tiempo fuera. ¡Qué ganas de ir a pasear! Salir a las once de la noche, sin bolsa ni dinero, con ropa ligera, para pasear diez minutos o una hora. Solo o sola para relajarte y pensar, o con tus hijos, tu pareja, tus padres para compartir y reír. Las sensaciones y emociones son más fuertes, rellenan tu cuerpo y no dejan más espacio para las malas noticias. El calor tremendo del día ha dejado a la noche un aire fresquito, el viento sopla lo suficiente, la ciudad ha cambiado, hay menos coches, menos gente, menos ruido... Tu cuerpo te lo agradece.



No hay nada más sencillo y económico que dar un paseo por las calles. Medio corriendo o caminando muy despacio, da igual. Pasear es saludable. Pasear es respetuoso con el planeta.

Al regresar a casa, tus piernas empiezan a engordarse, el sueño se invita en tu cerebro, no puedes seguir hablando. Es hora de dormir, y será una muy buena noche. ●●●

Elvina Mocellín

Anillas de cebada

Las playas se van llenando de gente con el buen tiempo de esta última semana. Extiendes tu toalla, entre jubilados intrépidos de los que se dan un baño diario aunque vivan en A Coruña. Tras titubear te decides y te lanzas a las olas, pero, un momento, ¿qué es eso? Seguramente más de una vez has visto basura marina: bolsas de plástico, trozos de papel de aluminio, una zapatilla y hasta bicicletas. Algunas personas aplican la teoría del "Triángulo de las Bermudas", y piensan que al igual que desaparece un barco, puede suceder lo mismo con la lata de refresco que acabas de lanzar desde el acantilado de tu pueblo.



Esas latas que vienen en paquetes unidos por anillas de plástico que también acaban en el vertedero acuático, y que tantos problemas traen a peces, mamíferos y aves. Con la idea de evitar este problema, una compañía estadounidense ha creado unas anillas fabricadas con los residuos de dos cereales, el trigo y la cebada. De este modo, se pretende evitar la muerte de estos animalillos, ya que son biodegradables y comestibles, pero ¿y qué hacemos con los incívicos? ●●●

María Perona

"Platos, pirámides y planeta" / "Plates, pyramids, planet". Por ahora disponible en inglés, este libro ([que se puede descargar gratuitamente aquí](#)) muestra los consejos nutricionales de muchos países del mundo y su relación con una dieta saludable y al mismo tiempo buena para nuestro planeta. ●●●

