





REPIENSA TU VIDA
REACCIONA ANTE LA POBREZA
REDESCUBRE EL MUNDO

Repiensa, reacciona, redescubre es la campaña que Spínola Solidaria está llevando a cabo durante los próximos tres años, con esta iniciativa queremos sensibilizar sobre las consecuencias que el modelo de desarrollo actual y ciertos estilos de vida tienen sobre el planeta en su conjunto y, específicamente, sobre las condiciones de vida de las personas más vulnerables.

*“No hay dos crisis separadas, una ambiental y otra social, sino una sola y compleja crisis socioambiental. Las líneas para la solución requieren una aproximación integral para combatir la pobreza, para devolver la dignidad a los excluidos y simultáneamente para cuidar la naturaleza”*LS139.

Pretendemos desarrollar, así, los valores y herramientas necesarias para vivir el proyecto que plantea la encíclica *Laudato si*, queremos mostrar las motivaciones que, desde la experiencia cristiana nos invitan a tomarnos en serio la cuestión ecológica.

Para ello seguiremos el itinerario de la encíclica enfocando nuestra mirada sobre el mundo, para descubrir el valor profundo de las cosas frente a la mirada utilitarista y tecnocrática que predomina actualmente, una mirada integral que evita el reduccionismo. Nos centraremos en el mundo de la economía y como la concepción actual de la misma y el sistema que la avala limita al ser humano a un mero consumidor e incluso a un producto de consumo en sí mismo. Por eso queremos poner en valor la capacidad del ser humano de autotranscenderse, de salir de sí e ir al encuentro de la persona, de sentirse creatura dentro de un mundo al que no sólo es que pertenezca, sino que está conectado a él y al que debe responder con responsabilidad.

La conversión de la que habla la encíclica es una conversión del corazón, una conversión que ha de apoyarse en una espiritualidad de la sobriedad que se centre en el valor nuclear del cuidado del bien común “vivir sencillamente para que otros sencillamente puedan vivir”.

Uno de los objetivos que persigue la Campaña “Repiensa, reacciona, redescubre” es “Contribuir a que la familia Spínola acoja los principios y valores de la encíclica *Laudato Si* para construir con otros un movimiento de cultura ecológica”. Nos gustaría que, al finalizar los tres años de la Campaña, un número creciente de colegios y comunidades laicas y religiosas hayan tomado conciencia de la necesidad de incluir las orientaciones de la encíclica *Laudato Si* en sus planes y actividades educativas y pastorales, no sólo de una forma puntual sino de manera estable, y hayan impulsado acciones y decisiones encaminadas a ello.

Este objetivo implica a toda la comunidad educativa que pertenece a la Familia Spínola (Gobierno General, equipo de titularidad, equipos directivos, responsables de pastoral, profesorado, familias y alumnado) para que desde su realidad cada persona sea capaz de realizar una conversión ecológica, se comprometa con ella e impulse los cambios necesarios en su vida y su entorno para el cuidado de la casa común que pide el Papa Francisco.

Este documento pretende servir de ayuda para conocer las líneas de acción de esta campaña y facilitar así que quien lo lea pueda sumarse a las propuestas de Spínola Solidaria desde el conocimiento profundo que las acciones de “Repiensa, reacciona, redescubre” propone para que tenga lugar una conversión ecológica integral. En una primera parte, ofrecemos algunos argumentos que se puedan utilizar para entender

mejor las raíces de esta campaña y puedan ayudar a exponer nuestras inquietudes. Apelan a la urgencia del desafío socioambiental, a nuestra responsabilidad como creyentes y agentes del cambio, y a la necesidad de articular una respuesta en el ámbito congregacional y educativo aunque sea con pequeños pasos que pongan en marcha un proceso que se continúe y profundice progresivamente. En la segunda parte, señalamos algunas iniciativas que ya se están produciendo y otras que podemos proponer desde los objetivos de la Campaña. Estas iniciativas nos pueden dar ideas para sugerir otras semejantes según la realidad concreta de nuestros colegios y comunidades.

Como Fundación hemos de trabajar aún mucho por integrar estas cuestiones en nuestra vivencia de la fe y por adquirir una mirada integral que relacione la crisis social y la crisis ambiental y que nos interpele a tomar decisiones necesarias, urgentes y profundas. Ojalá que, con el trabajo de cada persona implicada en esta campaña, consigamos impulsar una comunidad educativa más implicada y comprometida en el cuidado de nuestra Casa Común y de las personas más vulnerables.

“Es insostenible el comportamiento de aquellos que consumen y destruyen más y más, mientras otros todavía no pueden vivir de acuerdo con su dignidad humana. Por eso ha llegado la hora de aceptar cierto decrecimiento en algunas partes del mundo aportando recursos para que se pueda crecer sanamente en otras” Papa Francisco en la Encíclica ‘Laudato Sí’.

0. EN EL PRINCIPIO

LO QUE SE HIZO ANTES.

La carta de la tierra

Después de diferentes acciones en el año 2000 se presenta en las Naciones Unidas un documento que bebe directamente de un documento anterior (1982) llamado "Carta mundial de la Naturaleza". Esta carta se centra en 4 pilares principales:

Respeto y cuidado de la vida.

- Respetar la Tierra y la vida en toda su diversidad.
- Cuidar la comunidad de la vida con entendimiento, compasión y amor.
- Construir sociedades democráticas que sean justas, participativas, sostenibles y pacíficas.
- Asegurar que los frutos y la belleza de la Tierra se preserven para las generaciones presentes y futuras.

Integridad ecológica

- Proteger y restaurar la integridad de los sistemas ecológicos de la Tierra, con especial preocupación por la diversidad biológica y los procesos naturales que sustentan la vida.
- Evitar dañar como el mejor método de protección ambiental y, cuando el conocimiento sea limitado, proceder con precaución.
- Adoptar patrones de producción, consumo y reproducción que salvaguarden las capacidades regenerativas de la Tierra, los derechos humanos y el bienestar comunitario.
- Impulsar el estudio de la sostenibilidad ecológica y promover el intercambio abierto y la extensa aplicación del conocimiento adquirido.

Justicia social y económica

- Erradicar la pobreza como un imperativo ético, social y ambiental.
- Asegurar que las actividades e instituciones económicas, a todo nivel, promuevan el desarrollo humano de forma equitativa y sostenible.
- Afirmar la igualdad y equidad de género como prerequisites para el desarrollo sostenible y asegurar el acceso universal a la educación, el cuidado de la salud y la oportunidad económica.
- Defender el derecho de todos, sin discriminación, a un entorno natural y social que apoye la dignidad humana, la salud física y el bienestar espiritual, con especial atención a los derechos de los pueblos indígenas y las minorías.

Democracia, no violencia y paz

- Fortalecer las instituciones democráticas en todos los niveles y brindar transparencia y rendimiento de cuentas en la gobernabilidad, participación inclusiva en la toma de decisiones y acceso a la justicia.
- Integrar en la educación formal y en el aprendizaje a lo largo de la vida, las habilidades, el conocimiento y los valores necesarios para un modo de vida sostenible.
- Tratar a todos los seres vivos con respeto y consideración.
- Promover una cultura de tolerancia, no violencia y paz.

Agenda 2030

También desde las Naciones Unidas, pero en 2015, se aprobó seguir un nuevo plan de acción para lograr un desarrollo sostenible, un plan de acción a favor de las personas, el planeta y la prosperidad, que también tiene la intención de fortalecer la paz universal y el acceso a la justicia.

Esta campaña tiene 17 objetivos que abarcan lo económico, lo social y lo ambiental.



Procedido en colaboración con TROLLBACK COMPANY | TheGlobalSustainableBank.com | +1 212 699 1010
Para cualquier duda sobre la utilización, por favor comunicarse con: trollback@trollback.com

«Estamos resueltos a poner fin a la pobreza y el hambre en todo el mundo de aquí a 2030, a combatir las desigualdades dentro de los países y entre ellos, a construir sociedades pacíficas, justas e inclusivas, a proteger los derechos humanos y promover la igualdad entre los géneros y el empoderamiento de las mujeres y las niñas, y a garantizar una protección duradera del planeta y sus recursos naturales»

Cumbre del clima París 2016

Esta reunión tuvo como objetivo dialogar con los dirigentes políticos y promover la adopción de medidas y objetivos ambiciosos a nivel nacional en relación con el clima. La Cumbre servía de plataforma pública para que los máximos dirigentes —de todos los Estados Miembros de las Naciones Unidas y de las instituciones financieras, las empresas, la sociedad civil y las comunidades, tanto del sector público como del privado— aceleraran la adopción de medidas ambiciosas sobre el terreno para reducir las emisiones, fortalecer la resiliencia al cambio climático y movilizar la voluntad política con el fin de alcanzar un acuerdo jurídico mundial a más tardar en 2015, que limitara a menos de 2 grados centígrados el aumento de la temperatura del planeta.

Las medidas concretas suponen el abandono progresivo de las energías fósiles, y la reducción de las emisiones a la atmósfera desde todos los sectores contaminantes. Además, se destinarán miles de millones a la protección de la población más vulnerable, que se verá afectada por sequías, huracanes, el aumento del nivel del mar e inundaciones.

Laudato Sí

Seis meses antes de la cumbre del clima el Papa Francisco escribe su segunda encíclica, llevaba por nombre 'Laudato Sí. Sobre el cuidado de la casa común' y supuso una declaración radical en favor de los más pobres y de la vinculación que existe entre nuestro modo de vida y la devastación de los entornos naturales de los cuales depende nuestra existencia.

Con esta encíclica Francisco buscaba implicar a la Iglesia en la necesidad de actuar ya en favor de la Casa Común, poner el foco una vez más en las personas empobrecidas y anticiparse a la Cumbre del Clima para que los líderes mundiales pusieran en el centro del debate a la persona y a la necesidad del cuidado de la naturaleza.

El Papa hace especial hincapié en la necesidad de educar desde los valores que configuran la cultura ecológica. Es necesario salir de uno mismo hace el otro, ya que si no se da esa apertura es imposible reconocer el valor que los demás tienen por el mero hecho de existir. Además nos insta a pensar en las generaciones que vendrán, a darnos cuenta de la importancia que tiene el centrarse más en el largo plazo que en lo que tenemos más cerca, el futuro frente al "aquí y ahora".

En la Laudato Sí hay una preocupación clara por redefinir lo que es el progreso, nuestro desarrollo tecnológico y económico no está dejando un mundo mejor y tenemos que darnos cuenta de cómo ese modelo de ir a más está dejando de lado a aquellas personas que no pueden seguir este ritmo voraz.

Enlázate por la justicia

Desde el año 2012, Cáritas, CONFER, Justicia y Paz, Manos Unidas y Redes venimos sumando esfuerzos para liderar una estrategia conjunta de presencia pública orientada a dar voz a un modelo alternativo de desarrollo en el que las personas empobrecidas sean las protagonistas.

Desde Spínola Solidaria, como parte de Redes estamos llevando a cabo la campaña "Si cuidas el planeta, combates la pobreza", íntimamente ligada a la encíclica del Papa Francisco y a su denuncia al modo de vida depredador que hemos adoptado y que está profundamente ligado a la situación de extrema pobreza que vive el resto del planeta.

I. ¿POR QUÉ ESTA CAMPAÑA AHORA?

LA URGENCIA DEL DESAFÍO

Estamos delante de un problema fundamental que nos exige estar a la altura de las circunstancias y de nuestro tiempo. No es algo que pueda esperar.

- Discurso del Papa Francisco en la reunión con los movimientos sociales (Bolivia, julio de 2015): entre las tareas comunes a los que convocó a todos “tal vez la más importante que debemos asumir hoy, es defender la Madre Tierra. Existe un claro, definitivo e impostergable imperativo ético de actuar”.
- Discurso de Francisco ante la Asamblea de Naciones Unidas (Nueva York, septiembre de 2015): “El abuso y la destrucción del ambiente, al mismo tiempo, van acompañados por un imparable proceso de destrucción (...). La crisis ecológica, junto con la destrucción de buena parte de la biodiversidad, puede poner en peligro la existencia misma de la especie humana (...). No podemos permitirnos postergar ‘algunas agendas’ para el futuro”.

LO QUE NOS MUEVE A NOSOTROS

Para Spínola Solidaria la encíclica Laudato Sí supone una llamada de atención pues como parte de la Iglesia que somos, estamos llamados a movilizarnos por el cuidado de la tierra y de los empobrecidos. El hecho de trabajar partiendo de la encíclica nos abre una ventana al mundo al hacernos sentir parte de una comunidad más grande con la que podemos aunar fuerzas para conseguir cambios sustanciales que nosotros solos sería muy difícil que pudiéramos alcanzar, como es el caso de la campaña de “Enlázate por la justicia” en la que estamos participando desde REDES y que supone un altavoz fantástico para una entidad pequeña como la nuestra.

Desde el comienzo de esta campaña vimos la necesidad de abordar esto de forma integral y pasar al plano del conocimiento de la realidad más palpable para poder así ser conscientes y trabajar la interdependencia que existe con la naturaleza. Es por eso que desde un principio quisimos empaparnos de lo que otras personas más formadas en este asunto podían aportarnos, inquietud de la que nacería “Diálogos R”, una de las acciones concretas que estamos llevando a cabo.

Además, el tema de la ecología, ha supuesto el descubrimiento de una realidad que dentro de nuestro mundo Spínola no estábamos teniendo en cuenta a pesar de estar tan relacionado con las cosas que para nosotros son fundamentales, como pueden ser el cuidado de lo pequeño, nuestra relación con el otro o nuestra opción por las personas más empobrecidas.

2. LOS OBJETIVOS QUE PERSIGUE

- Contribuir a que la familia Spínola acoja los principios y valores de la encíclica Laudato Sí para construir con otros un movimiento de cultura ecológica.
- Sensibilizar sobre la relación entre nuestros hábitos de vida y sus efectos en las personas más desfavorecidas de nuestro mundo, haciendo conscientes a la sociedad de la necesidad de un cambio desde el ámbito personal, colectivo e institucional, para así ser capaces de asumir los grandes desafíos socioambientales de nuestro tiempo.
- Cambiar maneras de ver, de percibir la realidad, de ponderar las cosas y descubrir “un (nuevo) modo de amar, de pasar poco a poco de lo que yo quiero a lo que necesita el mundo de Dios”.

3. LAS ACCIONES

ESTAMOS EN MARCHA

- **Calendario Ecológico:** En conjunto con la Congregación de Esclavas del Divino Corazón vamos a promover durante el próximo trienio un calendario con recursos de economía solidaria y estilos de vida alternativos ante las distintas problemáticas que afectan a nuestro mundo. El calendario propone cada mes un tema relacionado con la ecología y el cuidado del planeta y hace una propuesta concreta para que cada persona pueda dedicar ese mes a introducir un pequeño cambio en su vida y se encamine a esa conversión ecológica tan necesaria de la que habla el Papa Francisco. Además hemos incluido una serie de proyectos y documentos interesantes para que quien quiera pueda seguir profundizando en el tema propuesto.
- **Diálogos R:** Programa de formación continua donde desde distintas perspectivas abordamos la cuestión ecológica desde un mirada integral y transversal. Las sesiones se pueden seguir tanto de manera presencial, este año en el Impact Hub de Marid, como a través de nuestro canal de Youtube. Además, cada sesión queda grabada tanto en video como en audio (en la plataforma Ivoox) para que pueda revisitarse o servir como base para alguna acción posterior.



Las fechas y temas de este año:

- **18 de diciembre - *Laudato Si: un desafío y una oportunidad para nuestras comunidades*.** Pedro J. Gómez.
 - **15 de enero - *Urbanismo y estilos de vida*.** Koís Fernández
 - **19 de febrero - *Migraciones y frontera*** Itziar Ruíz-Giménez
 - **19 de marzo - *Fiscalidad y desigualdad*** Susana Ruíz
 - **16 de abril - *Conflictos armados*** Hernán Zin
 - **21 de mayo - *Mesa de buenas prácticas***
 - Vivir sin plástico
 - Huerto Hermana Tierra
 - Experiencia de moneda social
-
- **Encuentros de formación de Spínola Solidaria:** con el fin de generar un espacio de formación y profundización más amplio en torno a la encíclica Laudato si, hemos llevado a cabo dos encuentros para adultos (a partir de Bachillerato) en diferentes fines de semana. El primer año contamos con la presencia de dos formadores pertenecientes al colectivo 'Cristianismo y ecología' que nos introdujeron en los textos de la encíclica a la vez que nos mostraron las realidades que hay detrás de algunos de los productos que consumimos y que están consumiendo la tierra y la vida de las personas empobrecidas y durante este curso el equipo de Spínola Solidaria hemos asumido la formación tratando de desenmascarar una nueva mirada con la que mirar al mundo.
 - **Caminatas Laudato Si:** iniciativa que pretende volver la mirada a la naturaleza, redescubrir que somos seres interdependientes y que nuestro contacto con la naturaleza nos llena de vida. Hemos llevado a cabo diversas rutas, la primera fue en el entorno de La Pedriza, la segunda pudimos recorrer los caminos que hay tras la presa en desuso del Pontón de la Oliva, en la tercera caminamos por la Dehesa Bonita descubriendo los colores del otoño. Esta es una actividad que está orientada a las familias y que proponemos que se puedan llevar a cabo en los distintos lugares. Cada ruta cuenta con una guía de sensibilización adaptada a la ruta a fin de descubrir la naturaleza y los efectos que nuestros estilos de vida tienen en ella.
 - **Actividades en el aula** en nuestros colegios. Como los años anteriores nuestra campaña incorpora las actividades y la documentación para llevarlas a cabo, abarcando todas las etapas educativas desde infantil a bachillerato. Además para los claustros interesados se realiza una formación complementaria para que el profesorado tenga también una base sólida para implementar la campaña.
 - **Cine solidario.** En el Real Colegio Nuestra Señora de Loreto, se viene realizando desde hace años unas tardes de cine para complementar la campaña. Desde Spínola Solidaria nos parece una propuesta muy interesante y hemos participado

en la selección de los títulos y junto con un cineforum para profesorado y familias en torno al documental "Mañana" que parte de la idea de qué mundo vamos a dejarle a las nuevas generaciones para hacer un recorrido por montones de proyectos que a día de hoy están cambiando la realidad con un modo de actuar sostenible y solidario.

- **Difundir la campaña** con contenidos propios a través de una web creada para la misma www.repiensareaccionaredescubre.org y de las redes sociales. Queremos que la página web se transforme en una plataforma a la cual pueda acudir cualquier persona no solo para acceder a los materiales propios para trabajar la campaña en el aula sino para saber también qué se está haciendo en otros colegios, otras instituciones... qué medidas de acción se pueden tomar desde las diferentes realidades de colegio, comunidad, familia,... Queremos que sea una web en la que cada persona se pueda nutrir de cantidad de información para su conversión ecológica personal sin dejar de lado lo colectivo.
- Realizar **acciones que promuevan el compromiso personal, social y político** en todo lo que tiene que ver con la cuestión ecológica. Uniéndonos así a la Enlázate por la Justicia, red de la que formamos parte y que está llevando a cabo diversas acciones de interlocución con el Gobierno Español, el Parlamento Español y las administraciones territoriales para lograr así el cumplimiento de los compromisos de España con los ODS tanto en nuestro país como a nivel internacional. La campaña actual de REDES lleva por nombre "Si cuidas el planeta combates la pobreza" y supone una apuesta clara por la conversión ecológica y por incidir de forma directa en todos los sectores eclesiales y políticos para que el cuidado de la Casa Común deje de estar en segundo plano.
- **Poster, camiseta solidaria**, como otras campañas de Spínola Solidaria Repiens, Reacciona, Redescubre tiene toda una imagen que queda reflejada en poster o camisetas, que además de ayudar a la financiación de proyectos fundamentalmente sirven para llevar nuestro mensaje a allá donde van nuestras camisetas.
- **Vigilia**, la campaña tiene una vigilia de oración montada que está a disposición de los centros, bien para que ellos mismos puedan desarrollarla o para que el equipo de Spínola Solidaria se desplace a llevarla a cabo.

REPENSANDO NUESTRA PROPIA VIDA

Desde que empezamos a soñar esta campaña hay acciones que aun no han visto la luz pero que no dejamos de tener presentes esperando el momento adecuado para llevarlas a cabo. Algunas de ellas son las que describimos a continuación.

- **Funcionamiento coherente.** Una de las tareas que queremos llevar a cabo con más urgencia es el realizar una conversión ecológica integral en nuestro consumo como fundación. Vemos importante que nuestro consumo de energía, nuestro

uso de la banca y nuestros pedidos a proveedores sean coherentes con esta nueva forma de consumir que estamos intentando promocionar con 'Repensa, reacciona, redescubre'.

- **Grupos de consumo.** Tenemos la suerte de contar con dos de las cosas necesarias para montar uno de estos grupos: gente y ganas. Estos grupos nacen de la inquietud de cambiar la manera en la que se llena la cesta de la compra de cada casa. El grupo se organiza para hacer pedidos conjuntos a proveedores de productos ecológicos creando así una red de compra sostenible.
- **Pequeñas iniciativas.** Durante nuestra investigación para realizar la campaña hemos conocido proyectos interesantísimos que creemos que podrían encajar bien con nuestra línea de acción, uno de ellos sería "Nevera solidaria", un proyecto que lucha contra el despilfarro de alimentos generando puntos en los que las personas puedan dejar aquellos alimentos que no van a consumir y otras personas puedan aprovecharlos antes de su fecha de caducidad.
- **Mediateca.** Creación de un punto de préstamo de libros, películas y otra documentación que pueda servir como apoyo para motivar, implementar o complementar cualquier aspecto de la campaña. A este material podrían tener acceso tanto profesorado, como voluntarios o familias.

Actividades en el aula

Objetivos generales de la campaña en el aula:

- Caer en la cuenta de que todo está conectado.
- Ser conscientes de que somos ecodependientes.
- Sabernos personas interdependientes.

2 años (Ed. Infantil)

Objetivos

- Conocer puntos básicos de la campaña
- Valorar las cosas no materiales

Materiales:

- Espacio para trabajar en círculo
- Mariposas dibujadas sobre gran superficie
- Pintura de dedos
- Material con el que luego fijaremos los dibujos a la pared.

Preparación:

- Convocar a las familias
- Soporte sobre el que habremos dibujado/impreso mariposas
- Tener lista pintura de dedos.

Tiempo estimado: 30 minutos

Desarrollo de la actividad:

Para llevar a cabo esta actividad podemos invitar a las familias a que participen en la sesión. En función del número de participantes podremos dividirnos en grupos más pequeños o funcionar como gran grupo.

Hacemos un círculo con el alumnado. Deben darse la mano y mover los brazos cuando el compañero/a les pase el “efecto mariposa”. El círculo es el mundo y todos estamos conectados; cuando alguien se mueve en un lado del planeta, dado que estamos conectados, eso afecta al otro lado.

Dibujaremos en cartulinas grandes una mariposa para cada grupo o una gran mariposa en papel continuo si es que preferimos que todos trabajen a la vez. Con pintura de dedos animaremos a los participantes a que con sus manos completen las alas de la mariposa.

3-5 años (Ed. Infantil)

Objetivos

- Valorar las cosas no materiales, que no se compran, que tenemos.
- Contagiar a las familias para que creen pequeños cambios en las rutinas de consumo en las que puede participar el alumnado de esta etapa.

Materiales:

- Pelota /globo
- Mariposas dibujadas sobre cartulinas grandes o papel continuo
- Material para exponer/colgar los dibujos

Preparación:

- Convocatoria a las familias
- Materiales necesarios para la actividad

Tiempo estimado: 45 minutos

Desarrollo de la actividad:

Para llevar a cabo esta actividad podemos invitar a las familias a que participen en la sesión. En función del número de participantes podremos dividirnos en grupos más pequeños o funcionar como gran grupo.

Empezamos hablando del efecto mariposa, podemos ayudarnos de una pelota que tenga el mundo dibujado o simplemente usar una pelota o globo común que podamos tener en clase. Contaremos que hay quien cree que si en una parte del mundo una mariposa aletea ese aleteo puede ir transformándose poco a poco hasta llegar al otro lado del planeta convertido en un viento huracanado. Nosotros también podemos conseguir que cosas pequeñas que hacemos en casa o en el colegio ayuden a mucha gente a vivir diferente, pero primero vamos a jugar a que somos mariposas.

Hacemos un círculo con el alumnado. Deben darse la mano y mover los brazos cuando el compañero/a les pase el "efecto mariposa". El círculo es el mundo y todos estamos conectados; cuando alguien se mueve en un lado del planeta, dado que estamos conectados, eso afecta al otro lado. Es una forma lúdica de comprender el efecto mariposa, para poder comprender aún mejor las consecuencias de nuestro consumo y nuestro comportamiento. La persona educadora que guíe la sesión debe razonar con el alumnado sobre el efecto mariposa que ha sufrido el círculo: partes rápidas en las que el movimiento ha sido más descontrolado, posibles roturas del círculo, partes lentas en las que todo era más relajado, risas, conflictos...

Ahora vamos a pensar en algo que nosotros tenemos y que quizá en otra parte del mundo no tengan, nos centraremos en los juguetes.

Primero haremos una ronda diciendo a qué juegos nos gusta jugar. Seguramente salgan juegos que no requieran materiales o que puedan llevarse a cabo con cosas muy sencillas.

Después pensaremos con qué juguetes jugamos más en casa y si tenemos alguna cosa con la que no jugamos nunca. Puede pensarse también en materiales o juegos que tengamos en el aula.

Para acabar vamos a pintar mariposas que después colocaremos en algún sitio en el que todos puedan verlas. Se pueden colgar con hilos del techo o colocarlas por el pasillo, como las demás clases también las harán podremos ir viendo cómo todo se va llenando de aleteos que quieren cambiar el mundo.

6-8 años (1º, 2º y 3º Ed. Primaria)

Objetivos

- Caer en la cuenta de el valor que tiene lo que tienen y lo que quieren.
- Involucrar y motivar a las familias para que realicen pequeños cambios en su consumo cotidiano.

Materiales:

- Anexo 1 actividad primaria
- Cartulina o papel continuo
- Papel para anotar
- Lápices
- Anexo 2.1
- Anexo 2.2

Preparación:

- Convocatoria para las familias
- Imprimir los anexos
- Anotar en el lugar reservado a tal efecto del anexo 2.1 la fecha en la que tienen que devolver la ficha ya rellena.
- Preparar los materiales propuestos y los que creamos que van a ser necesarios.

Tiempo estimado: 2 sesiones de 45 minutos.

Desarrollo de la actividad:

sesión 1

- 1: les daremos un folio dividido en dos partes (Anexo 1 actividad primaria). En un lado tendrán que escribir cosas que tienen y en el otro cosas que quieren. Cuando ya todos lo hayan rellenado podemos hacer una puesta en común para que anoten cosas de última hora que se les habían olvidado
- 2: Les decimos que tienen que elegir 5 cosas de las que no pueden/quieren desprenderse
- 3: Se les recuerda cosas que tienen y que quizá no hayan apuntado en su lista: Colegio, familia, comida, atención médica, coche, agua, afectos, sentirse escuchado, profesores que les escuchan y enseñan cosas nuevas, libertad...
- 4: Con las listas ya completas vuelve a elegir 5 cosas de las que no pueden desprenderse y les invitamos a dejar todas esas elecciones plasmadas en un gran cartel/mural que podremos dejar presente en la clase o guardarlo y volver a sacarlo en la sesión 2.

sesión 2

- 1: Introducimos a las familias que han venido en qué consistió la sesión anterior.

- 2: Todos los participantes van diciendo con qué 5 cosas se quedaron al final mostrando el mural donde lo recogimos todo.
- 3: Se juntan por grupos familias/niños mezclados y juntos tratan de elaborar una lista siguiendo la idea de: si todos los niños del mundo pudieran hacer una lista de lo que necesitan qué creemos que elegirían. Cada grupo recoge las ideas que salen en la conversación y las anotaremos todas en un cartel.
- 4: A cada niño se le entrega y explica una ficha para que en casa piensen (Anexo 2.1 y 2.2) qué pueden regalarle al mundo como familia y dos o tres compromisos chiquititos a los que pueden llegar juntos, tendrán una fecha límite para devolver la ficha completada al cole (quizá una semana después).
- 5: Cada niño devuelve la ficha de su familia al cole para hacer una puesta en común entre todos los compañeros. Se intentará realizar un mural con todos los regalos que las familias han hecho al mundo, pretendiendo que las propias familias se animen a seguir modificando pequeñas conductas.

8-12 años (4º, 5º y 6º de Ed. Primaria)

Objetivos

- Ser conscientes que hay regalos no materiales que gustan más que los materiales
- Involucrar a las familias en pequeños hábitos de consumo responsable.

Materiales:

- Papel para las cartas
- Lápices
- Anexo 2.1
- Anexo 2.2

Preparación:

- Convocatoria para las familias
- Imprimir los anexos
- Anotar en el lugar reservado a tal efecto del anexo 2.1 la fecha en la que tienen que devolver la ficha ya rellena.
- Preparar los materiales propuestos y los que creamos que van a ser necesarios.

Tiempo estimado: 2 sesiones de 45 minutos.

Desarrollo de la actividad:

Sesión 1

1: Se reparte un folio a los niños en el que tienen que elaborar la carta que escribirán sus padres por su cumpleaños, es decir, lo que creen que sus padres pedirían para su cumpleaños.

2: Una vez elaborada, se propone que hagan otra carta pero esta vez la premisa será "Si no pudieras comprar nada qué cosas podrías regalarle a tus padres por su cumpleaños"

3: Cuando ya tengan las dos cartas les preguntamos cual creen que preferirían sus padres y recogemos tanto unas como otras diferenciándolas bien para poder rescatarlas en la segunda sesión.

Sesión 2

1:Comenzará con un breve resumen de la actividad de las cartas de los cumpleaños y la elección de carta que hicieron los niños.

2:Se crearán grupos mezclando a las familias con los niños y cada grupo deberá imaginarse qué se le podría regalar al planeta tierra si estuviera de cumpleaños.Compartiendo todos los regalos en un mural.

3:A cada participante se le entrega y explica una ficha para que en casa piensen (anexo 2.1 y 2.2 de primaria) qué pueden regalarle al mundo como familia y dos o tres compromisos chiquititos a los que pueden llegar juntos, tendrán una fecha límite para devolver la ficha completada al cole (quizá una semana después).

4:Cada participante devolverá la ficha que han completado en casa y se hará una puesta en común para ver qué se ha decidido en cada casa. Se intentará realizar un mural con todos los regalos que las familias han hecho al mundo, pretendiendo que las propias familias se animen a seguir modificando pequeñas conductas.

12- 15 años (Ed. Secundaria)

Objetivos

- Descubrir la relación entre estilos de vida y consumo y el modelo de desarrollo.
- Reflexionar sobre algunos aspectos clave de nuestro consumo

Materiales:

- Anexo 1 actividad secundaria
- un espacio en el que poder jugar libremente con todo el grupo
- 3 bolas de papel por cada participante (recomendamos usar papeles usados que ya no vayan a servir para nada)

Preparación:

- Imprimir y guillotinar los anexos
- Preparar los materiales propuestos y los que creamos que van a ser necesarios.

Tiempo estimado: 1 sesión de 50 minutos y lo que creamos que pueda ser necesario para la segunda sesión.

Desarrollo de la actividad:

Sesión 1

Antes de empezar les damos una ficha con los tipos de calzado que se pueden tener (anexo 1 actividad secundaria) en casa y cada persona hace recuento aproximado de cuantos pares puede tener. Esto nos servirá simplemente para hacernos conscientes de la cantidad de cosas que tenemos.

Dinámica de las patatas.

Situamos a los participantes sentados en círculo, vamos a sembrar patatas, bolas de papel, que identificaremos como patatas y colocaremos en el centro del círculo, repartidas de manera aleatoria. Es tiempo de buena cosecha y tendremos que recoger lo sembrado. La actividad consiste en recoger esas patatas. Cada uno necesita al menos dos patatas para vivir cada año, pero podrán coger más si quieren tener reservas, comenzaremos cada ronda siempre diciendo: “ ¡animo! ¡Empezamos de nuevo y hay opciones para todos! ¡las mismas reglas, las mismas opciones! ¡Pura justicia!

La dinámica consiste en marcar el tiempo y a la vez tienen que recoger las patatas, para poder continuar jugando a la siguiente ronda se deberán entregar dos patatas, en el caso de haber cogido más de dos te las queda de reserva para siguientes rondas y en el caso de no tener las dos patatas, si te falta una te quedas cojo, si te faltan dos te quedas sólo jugando con una mano, a la tercera patatas que no tengas te quedas manco, a la cuarta ciego y así poniendo las dificultades que se os ocurran.

Es importante marcar un ritmo acelerado, que entren en la dinámica depende también de cómo se motive, la reflexión final va enfocada a caer en la cuenta de que hay recursos para todos, pero que nuestra manera de vivir acelerada, o pensando sólo en nosotros hace que otros se queden sin recursos.

En base a cómo ha transcurrido la actividad podemos plantear algunas preguntas para debatir:

- ¿Cómo han vivido las ventajas de unos frente a los otros?
- ¿Qué nos lleva a querer más cuando ya tenemos lo suficiente?
- ¿He quitado a otros la posibilidad de recoger la cosecha?
- ¿He ayudado al que no podía valerse por sí mismo?
- ¿Para qué acumulamos patatas como si nos fuera la vida en ello?

Para finalizar, volviendo al recuento de los zapatos de cada uno que se hizo al principio, ¿los necesito todos?, ¿los uso todos?, ¿sigo queriendo comprarme más? Y si pensamos en la ropa que tenemos en general, en la cantidad de cosas que poseemos... ¿eso hace que vivamos mejor? ¿Qué determina lo que es vivir mejor? ¿Podríamos vivir con menos? ¿Cómo podríamos cambiar este modelo de consumo?

Terminamos proponiendo que den uso a todos los zapatos, que se atrevan a compartirlos y ayuden a que en su realidad el reparto sea más equitativo, se puede hacer una lluvia de ideas sobre entidades de la ciudad que recogen zapatos/ropa para que los participantes conozcan los recursos y, ojala, colaboren con los mismos.

Les invitamos a reflexionar a cerca de esos pequeños cambios que pueden hacer ellos en casa con su familia y que supondrían un cambio realmente sustancial para el entorno y el planeta. Su tarea ahora es contagiar a su familia para que juntos se propongan realizar algún cambio en su consumo y cada participante deberá documentar cómo se ha tomado esa decisión, qué se ha decidido y cuáles son los pasos que van a ir dando para interiorizar ese cambio en su vida. Todo esto podrá documentarse de la manera que cada

participante prefiera: serie fotográfica, cuaderno de campo, video blogs, panel informativo...

Sesión 2:

Al cabo de dos semanas, cada participante expondrá a sus compañeros todo el proceso que ha seguido con su familia hasta alcanzar ese reto, la idea es elaborar un cuaderno de campo con todos los pasos, incluyendo cada paso así como consejos y recomendaciones o dificultades que ha tenido para que otros puedan adaptarlas y alcanzar su reto.

Para que los compromisos tengan un sentido más global les pediremos que remitan los materiales creados a tucompromiso@spinolasolidaria.org para poder subirlos a la web de la campaña y que se integren así dentro de todos los compromisos que hemos ido creando como familia Spínola a lo largo de todo el mundo.

15- 18 años (bachillerato)

Objetivos

- Descubrir la vinculación entre el cambio climático, los modelos económicos y la justicia social.
- Tomar conciencia de las consecuencias que tienen los actuales modelos de consumo y producción.
- Visibilizar y crear formas alternativas de consumo

Materiales:

- Anexo 1 actividad bachillerato (A3)
- Anexos 2.2-2.7 actividad bachillerato (A4)
- celo o cualquier otro material para fijar los papeles a la pizarra o pared para que todos puedan verlos.

Preparación:

- Imprimir los anexos
- guillotinar los anexos de la ropa

Tiempo estimado: Sesión 1 50 minutos. La sesión 2 podrá variar en función del tiempo que requieran los participantes.

Desarrollo de la actividad

Sesión 1

Primera parte

Empezamos con una ronda de preguntas sobre en qué nos fijamos cuando vamos a comprarnos algo de ropa, vale con una lluvia de ideas y alguien puede ir anotando en la pizarra lo que va saliendo para ir teniéndolo presente, poder contabilizar los items que más se repiten...

Después sacaremos un mapamundi (anexo 1 actividad bachillerato) o lo proyectaremos si así se puede ver más claro.

Después les pediremos que revisen las etiquetas de las prendas que llevan puestas y apunten los países donde fueron fabricadas, hay que mirar bien, a veces cuesta encontrar el “made in...” entre tanto dato que aparece en la etiqueta. Después marcaremos en el mapa todos los países para hacer visible desde dónde viaja lo que compramos y qué países son los principales productores de las prendas que utilizamos.

Segunda parte

A cada participante se le dirá que tiene un vale imaginario de 150 euros para gastar en esas prendas imaginando que son de nuestra talla y que todas son “unisex”, la hechura es tanto para chicos como para chicas. Esa será la única premisa.

Habremos dispuesto en la pizarra las diferentes opciones de cosas para comprar que tenemos:

- deportivas
- vaqueros
- forro polar
- camiseta
- sudadera
- abrigo
- mochila

Cada uno mirará las prendas, los precios y la información que aparece y decidirá qué compra anotándolo para no olvidarlo.

Cuando los alumnos han visto todas las opciones y han decidido en qué invertir su dinero, se dividirán en grupos y cada grupo tendrá una serie de preguntas para plantearse e ir debatiendo. Cuando veamos que ya han tenido tiempo de hablar de todo hacemos una recogida general para ver si han coincidido en muchas cosas, qué cosas les han sorprendido, cuáles han sido las respuestas más generalizadas....

Vemos el siguiente video. Es parte de un reality noruego en el que 3 jóvenes a los que les gustaba la moda o hablaban de ella en sus redes sociales (instagram, blogs...) viajan a Camboya para conocer las condiciones laborales en las fábricas textiles. Este es uno de los capítulos que grabaron allí después de haber robado ellos mismos a trabajar y vivir en las mismas condiciones que los trabajadores.

https://www.youtube.com/watch?v=RpP7NEWZY_Q

Algunas preguntas para reflexionar:

- ¿tienes mucha ropa en casa?
- ¿necesitas todas las prendas que tienes?
- ¿a qué damos prioridad cuando pensamos en ir a comprar nuevas prendas?
- ¿por qué le damos tanta importancia a vestir cada día diferente?
- ¿sería peor comprar menos prendas pero sabiendo que el proceso de fabricación ha sido más justo o sostenible?
- ¿quién es responsable de que quien fabrica la prenda tenga las condiciones de vida que tiene?
- ¿qué podemos hacer nosotros para contribuir a cambiar esto?

- ¿cómo podríamos ser más coherentes a la hora de comprar nuevas prendas?

El objetivo es caer en la cuenta de lo que se promueve con nuestro consumo y las consecuencias del mismo sin que exista una necesidad real de compra. A su vez, se ofrecen otras opciones de consumo con igual o mayor calidad.

Invitamos a los alumnos a que todo lo vivido y reflexionado hoy no se quede solo aquí, sería bonito que pudieran contar lo vivido en casa y que de manera conjunta con las personas con las que viven pensaran si hay algún compromiso (por pequeño que sea) que puedan hacer para cambiar algún hábito de consumo (ya sea textil o de otro tipo).

Sesión 2

Al cabo de dos semanas, cada participante expondrá a sus compañeros todo el proceso que ha seguido con su familia hasta alcanzar ese reto, la idea es elaborar un cuaderno de campo con todos los pasos, incluyendo cada paso así como consejos y recomendaciones o dificultades que ha tenido para que otros puedan adaptarlas y alcanzar su reto.

Al terminar todas las exposiciones se puede recopilar un “catálogo de buenos hábitos” en cada clase.

Para que los compromisos tengan un sentido más global les pediremos que remitan los materiales creados a tucompromiso@spinolasolidaria.org para poder subirlos a la web de la campaña y que se integren así dentro de todos los compromisos que hemos ido creando como familia Spínola a lo largo de todo el mundo.



ANEXOS

HAZ RECuento Y SUMA AQUÍ



ZAPATOS "DE VESTIR"

- MANOLETINAS
- MOCASINES
- NAÚTICOS
- CASTELLANOS
- ...

DEPORTIVAS "DE VESTIR"

BOTAS/ZAPATILLAS DE MONTAÑA

ZAPATOS DEL UNIFORME

ALPARGATAS

DEPORTIVAS PARA HACER DEPORTE :

- PADEL
- BALONCESTO
- FUTBOL
- ...

CHANCLAS / SANDALIAS

BOTAS O BOTINES DE INVIERNO

BOTAS DE AGUA

ZAPATILLAS DE ESTAR EN CASA

SPÍNOLA SOLIDARIA

REPIENSA REACCIONA REDESCUBRE

HAZ RECuento Y SUMA AQUÍ



ZAPATOS "DE VESTIR"

- MANOLETINAS
- MOCASINES
- NAÚTICOS
- CASTELLANOS
- ...

DEPORTIVAS "DE VESTIR"

BOTAS/ZAPATILLAS DE MONTAÑA

ZAPATOS DEL UNIFORME

ALPARGATAS

DEPORTIVAS PARA HACER DEPORTE :

- PADEL
- BALONCESTO
- FUTBOL
- ...

CHANCLAS / SANDALIAS

BOTAS O BOTINES DE INVIERNO

BOTAS DE AGUA

ZAPATILLAS DE ESTAR EN CASA

SPÍNOLA SOLIDARIA

REPIENSA REACCIONA REDESCUBRE

COSAS QUE TENGO

COSAS QUE QUIERO



COSAS QUE TENGO

COSAS QUE QUIERO



TENEIS UNA MISIÓN

QUERIDA FAMILIA, EN EL COLEGIO ESTAMOS LLEVANDO A CABO LA CAMPAÑA DE SPÍNOLA SOLIDARIA Y NECESITAMOS QUE NOS ECHÉIS UNA MANO PARA CONTINUAR CON LA TAREA QUE HEMOS EMPEZADO.

EN CLASE HEMOS HECHO UNAS LISTAS DE LAS COSAS QUE TENEMOS Y LAS COSAS QUE NOS GUSTARÍA TENER Y HEMOS HABLADO DE LA SUERTE QUE TENEMOS POR TENER TANTAS COSAS CUANDO HAY GENTE EN EL PLANETA QUE TIENE TAN POCO.

AHORA NOS GUSTARÍA QUE NOS AYUDÁRAIS A IR UN POCO MÁS ALLÁ PENSANDO COMO FAMILIA, PORQUE SABEMOS QUE SOIS UN GRAN EQUIPO Y QUE JUNTOS PODÉIS SOÑAR MÁS FUERTE.

POR UN LADO NOS GUSTARÍA QUE IMAGINÁRAIS QUE OS INVITAN AL CUMPLEAÑOS DE LA TIERRA, DEL PLANETA ENTERO ¿QUÉ COSAS SE OS OCURREN QUE LE PODRÍAIS REGALAR? ES UN CUMPLEAÑOS IMPORTANTE PERO SABEMOS QUE SE OS DA BIEN HACER REGALOS Y SEGURO QUE SE OS OCURREN COSAS GENIALES.

LO ÚLTIMO QUE QUEREMOS QUE PENSÉIS ES QUÉ COSAS CONCRETAS CREEIS QUE PODRÍAIS HACER COMO FAMILIA PARA HACER MÁS FELIZ AL PLANETA. NO HACE FALTA QUE SEAN COSAS DIFÍCILES Y ENORMES, PUEDEN SER COMPROMISOS PEQUEÑITOS Y MUY CONCRETOS QUE VEAIS QUE VAIS A PODER LLEVAR A CABO JUNTOS COMO EQUIPO IMPLICANDO A CADA MIEMBRO DE LA FAMILIA, DESDE LA PERSONA MÁS BAJA A LA MÁS ALTA DE LAS QUE VIVEN EN CASA.

TENEIS HASTA EL DÍA _____ PARA RELLENAR LA FICHA Y LLEVARLA DE NUEVO AL COLE. MILLONES DE GRACIAS POR PARTICIPAR, SIN VOSOTROS SERÍA IMPOSIBLE CREAR UN PLANETA MEJOR.

SPÍNOLA SOLIDARIA

REPIENSA REACCIONA REDESCUBRE



QUEREMOS REGALARLE AL MUNDO COMO FAMILIA:

COSAS A LAS QUE NOS COMPROMETEMOS CON EL PLANETA:

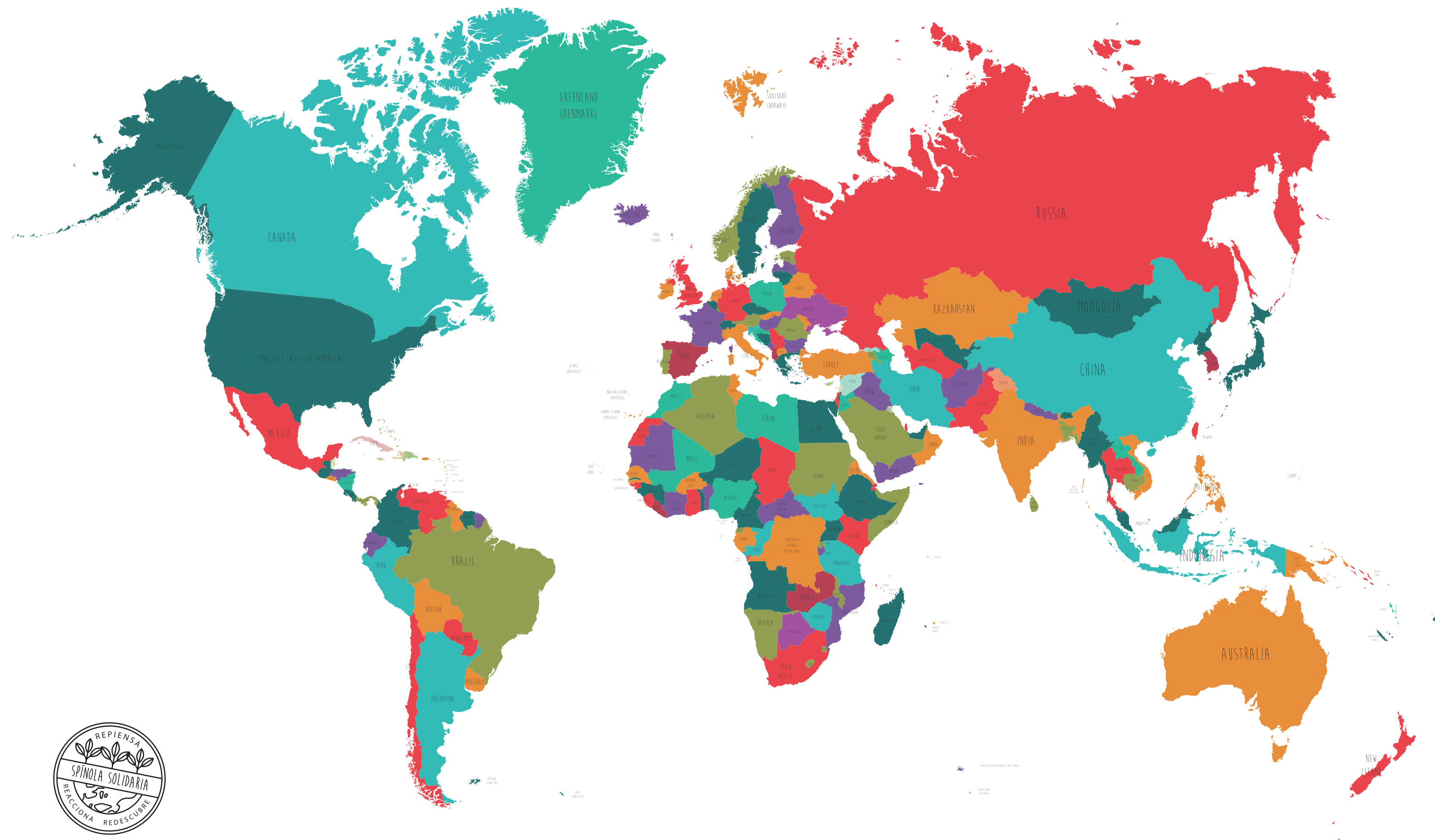
FAMILIA DE: _____

*QUEREMOS QUE VUESTROS COMPROMISOS CREZCAN Y SE HAGAN GIGANTES, PARA ESO HEMOS CREADO UN ESPACIO DENTRO DE LA WEB DE LA CAMPAÑA WWW.REPIENSAREACCIONAREDESCUBRE.ORG EN EL QUE RECOGER TODOS LOS COMPROMISOS DE TODAS LAS FAMILIAS DE NUESTROS COLEGIOS. ANTES DE DEVOLVER ESTA FICHA AL COLE SERÍA GENIAL QUE NOS PUDIERAS ENVIAR UNA FOTO DE LA MISMA A tucompromiso@spinolasolidaria.org PARA QUE NOSOTROS PODAMOS SUMAR VUESTRO COMPROMISO AL TODOS LOS DEMÁS PARTICIPANTES DE LA CAMPAÑA.

SPÍNOLA SOLIDARIA

REPIENSA REACCIONA REDESCUBRE





FORRO POLAR:

MARCA: QUECHUA (DECATHLON)
HECHO EN CHINA



CHAQUETA POLAR TRAVESÍA MONTAÑA HOMBRE FORCLAZ 500 AZUL QUECHUA

★★★★☆ 4.2/5 [38 opiniones](#)

Concebido para excursionistas en montaña que quieren protegerse del frío. T° confort entre 7 y 10 °C.

Chaqueta polar cálida: cuello alto muy envolvente.

COLOR : azul petróleo



[¿QUÉ TALLA ELEGIR?](#)

Elige la talla

[COMPRAR ON-LINE](#)

[RECoger en tienda
1 hora](#)

22,99€



FORRO POLAR

Patagonia Better Sweater 1/4 Zip

MARCA: PATAGONIA★★★★☆ - 0 opiniones

CERTIFICACIÓN DE COMERCIO JUSTO.



patagonia

Color : Big Sur Blue

Talla: [Tabla de tallas](#)

Elige un valor

100.00 €

[¡PORTES GRATIS! Ver condiciones](#)

En stock

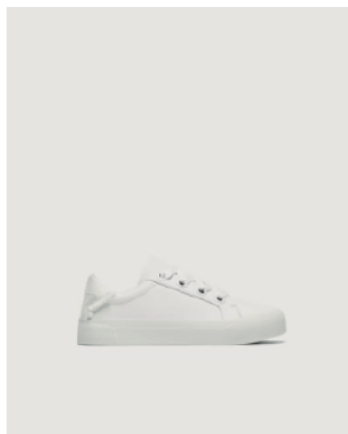
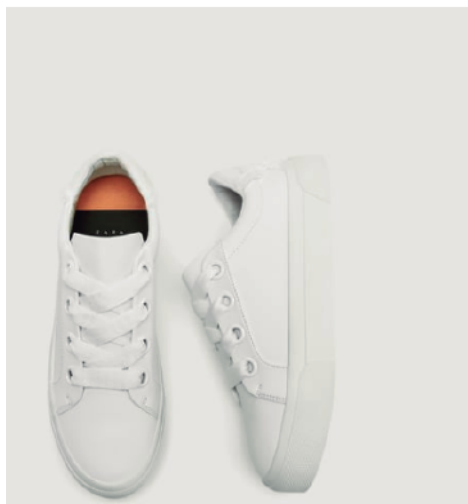
[AÑADIR A LA CESTA](#)

[Añadir a mi lista de deseos](#)



DEPORTIVAS

MARCA: ZARA



DEPORTIVO DETALLE
TRASERA

19,95 EUR

COLOR: Blanco
7708/201



DEPORTIVAS

MARCA: D'ORIGINAL
HECHAS EN ESPAÑA



Próximamente
Bond · Street

55€

Fabricadas al 100% Cien en España por el compromiso moral que hemos adquirido con la industria de este país y sus trabajadores. Así
si mismo, creemos en el estilo propio y D'Original de cada persona, independientemente de su sexo, por eso todas nuestras zapatillas
son unisex.



VAQUEROS

MARCA: KAOTIKO
HECHO EN ESPAÑA

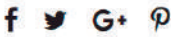


55,00 €

PANTALÓN REGULAR DENIM

SKU: THK002Z017-01

Pantalón Regular Denim



38 40 42 44

AÑADIR AL CARRITO LO QUIERO!

PRODUCTOS RELACIONADOS



VAQUEROS

MARCA: H&M
HECHO EN PAKISTAN



Straight Jeans
29,99 €

Azul denim claro



Seleccionar talla

27 32	28	29 30	29 32	30 34	31	31 32	31 34	32	32 34	33
30 30	30 32	30 34	31	31 30	31 32	31 34	32	32 30	32 34	33
32 34	33	33 30	33 32	33 34	34	34 30	34 32	34 34	34	34
36 30	36 32	36 34	36 36	36	38 32	38 34				

Guía de tallas



SUDADERA

MARCA: ECOALF

HECHA EN CHINA



SUDADERA ESTAMPADA PARA MUJER 'CAROLINA'

79,00€

COLOR: GREY MELANGE



TALLA

M

[GUÍA TALLAS](#)

Añadir a favoritos

COMPRAR

Descripción

Esta sudadera muestra con orgullo la filosofía de Ecoalf, "BECAUSE THERE IS NO PLANET B". Una sudadera concebida con una idea sostenible de base. Ecoalf han empleado botellas de plástico recicladas de las que se obtiene el tejido principal.



SUDADERA

MARCA: PULL & BEAR

HECHA EN PAKISTAN



Sudadera básica cuello redondo

9,99 €

Ref. 9593316

Talla modelo: L

Altura modelo: 0 cm

Envíos Standard y a Drop Point gratis. Excepto Ceuta y Melilla



XS S M L XL

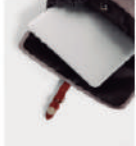
Encuentra mi talla

Añadir a compra



MOCHILA

MARCA: SPRINGFIELD



< VOLVER A BOLSOS >

MOCHILA GRIS MELANGE NYLON

35,99 €

Mochila en tejido de nylon melange con bolsillo interior para ordenador. Medidas: 42cmx31cm

Ref. 0902422

Seleccionado Color gris



Seleccionado talla U

U

AÑADIR A LA BOLSA

AÑADIR A MI WISHLIST

> GUÍA DE TALLAS

> COMPOSICIÓN Y CUIDADOS



MOCHILA

MARCA: HEMPER
HECHA EN NEPAL



ANNAPURNA

NEGRA



45 €

1

AÑADIR

Y SI TODAVIA NO TE HEMOS
CONVENCIDO...

✗ ESTÁ HECHA A MANO EN
NEPAL CON CAÑAMO, UNA
FIBRA 100% NATURAL

✗ ESTÁ CONFECCIONADA POR



ABRIGO

MARCA: PULL & BEAR
HECHO EN CHINA



Abrigo acolchado largo

59,99 €

Ref. 9751300

Abrigo acolchado extralargo de mujer con capucha. Cierre con cremallera y corchetes y detalle de aberturas laterales con cierre de corchetes.

Envíos Standard y a Drop Point gratis. Excepto Ceuta y Melilla



S

M

L



Encuentra mi talla

Añadir a compra



+ info



ABRIGO

MARCA: ECOALF
HECHO EN CHINA



ABRIGO PLUMÍFERO EXTRA LARGO PARA MUJER 'MADISON'

285,00€

COLOR: DEEP FOREST



TALLA

XS

M

L

XL

GUÍA TALLAS

Añadir a favoritos

COMPRAR

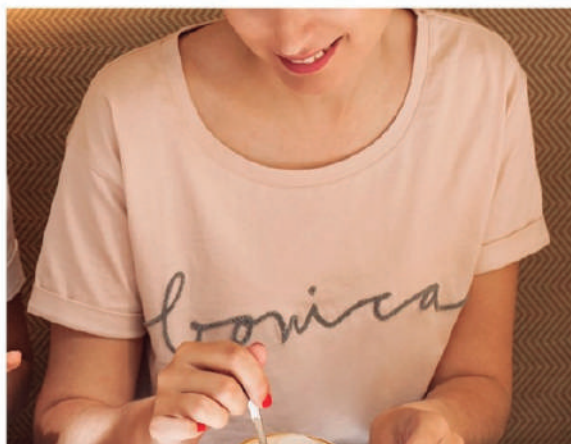
Descripción

El abrigo acolchado MADISON está diseñado para esos momentos en los que



CAMISETA

MARCA: LUCÍA BE



CAMISETA BONICA

28,00 €

SIZE

S

1

COMPRAR

DESCRIPCIÓN

DETALLES

QUIERO SABER +

Nuestra camiseta más especial: la auténtica, la original y la que te hace sentir bien. Esta vez en rosa empolvado y diseño bordado en gris.



CAMISETA

MARCA: SHANA



Camiseta estampado nude

€ 2,99 € 9,99

Ref: 73443-67076



[Guía Tallas](#)



AÑADIR



ALGUNAS COSAS PARA PENSAR

¿HAS GASTADO TODO EL DINERO QUE TENÍAS? ¿POR QUÉ?

¿QUÉ COSAS HAS COMPRADO?

¿TE HAS QUEDADO CON GANAS DE COMPRAR ALGO? ¿POR QUÉ NO LO HAS COMPRADO?

¿TE HA EXTRAÑADO ALGO DE LAS PRENDAS QUE HAS VISTO?

¿POR QUÉ CREES QUE CADA PRENDA TIENE EL PRECIO QUE TIENE?

¿CUAL ES LA PRENDA MÁS BARATA QUE HAS COMPRADO? SI DENTRO DE DOS MESES ESA PRENDA ESTUVIERA SUCIA, DESCOSIDA, FEA ¿QUÉ HARÍAS CON ELLA?

¿CUAL ES LA PRENDA MÁS CARA QUE HAS COMPRADO? SI DENTRO DE DOS MESES ESA PRENDA ESTUVIERA SUCIA, DESCOSIDA, FEA ¿QUÉ HARÍAS CON ELLA?



ALGUNAS COSAS PARA PENSAR

¿HAS GASTADO TODO EL DINERO QUE TENÍAS? ¿POR QUÉ?

¿QUÉ COSAS HAS COMPRADO?

¿TE HAS QUEDADO CON GANAS DE COMPRAR ALGO? ¿POR QUÉ NO LO HAS COMPRADO?

¿TE HA EXTRAÑADO ALGO DE LAS PRENDAS QUE HAS VISTO?

¿POR QUÉ CREES QUE CADA PRENDA TIENE EL PRECIO QUE TIENE?

¿CUAL ES LA PRENDA MÁS BARATA QUE HAS COMPRADO? SI DENTRO DE DOS MESES ESA PRENDA ESTUVIERA SUCIA, DESCOSIDA, FEA ¿QUÉ HARÍAS CON ELLA?

¿CUAL ES LA PRENDA MÁS CARA QUE HAS COMPRADO? SI DENTRO DE DOS MESES ESA PRENDA ESTUVIERA SUCIA, DESCOSIDA, FEA ¿QUÉ HARÍAS CON ELLA?

