

RECURSOS PARA SER+SOSTENIBLES



VÍDEOS



WEBS



CONSEJOS



HERRAMIENTAS



LECTURAS



TRUCOS

Las recursos para Ser+Sostenibles, se distribuyen con licencia creative commons Atribución 4.0 internacional (CC BY 4.0)

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Usted es libre de:

- Compartir - copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato.
- Adaptar - remezclar, transformar y crear a partir del material para cualquier finalidad, incluso comercial.

Bajo los siguientes términos:

- Reconocimiento - Debe reconocer adecuadamente la autoría, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de una manera que sugiera que tiene el apoyo del licenciador o lo recibe por el uso que hace.
- No hay restricciones adicionales.

Redacción y maquetación: Fundación Atabal para la Cooperación al Desarrollo.



Estos recursos se encuadran dentro de un proyecto impulsado por Fundación Atabal y financiado por AEXCID Agencia Extremeña de Cooperación Internacional para el desarrollo



www.sermassostenible.org

CONTENIDOS

1. *Comunidades Sostenibles*
2. *Objetivos Desarrollo Sostenible*
3. *Eficiencia Energética*
4. *Consumo Responsable*
5. *Educomunicación*
6. *Cambio Climático*
7. *Migraciones*
8. *Ecofeminismo*



SER+SOSTENIBLE

Ser+Sostenible es un proceso integral y participativo de formación, reflexión-acción con las entidades de intervención para que conozcan cómo, minimizando sus impactos negativos y maximizando sus impactos positivos sobre las personas y el planeta, pueden avanzar en el Desarrollo Sostenible marcado por las agendas regionales, nacionales e internacionales.

¡Esperamos que estos **recursos** os ayuden a reflexionar sobre la sostenibilidad!



1. COMUNIDADES SOSTENIBLES

Una **Comunidad Sostenible**, es aquella capaz de autoabastecerse de energía y reutilizar sus residuos. Que ha eliminado los productos de un solo uso, fomenta la reparación y los compra de productos de 2º mano. Que ha reducido su consumo de carne y promueve la agricultura ecológica y local. Que fomenta el transporte público y el tránsito peatonal, garantiza el acceso a la vivienda y refuerza el tejido social, entre otras cuestiones.



LECTURAS RECOMENDADAS

- Ciudades Sostenibles: Por qué son importantes (ONU)
- Guía para ciudades sostenibles (Greenpeace)
- Sistema municipal de indicadores de sostenibilidad (RDR/DLS)
- Economía verde y circular desde y para el municipio (Apex)

2. OBJETIVOS DESARROLLO SOSTENIBLE

Los **Objetivos de desarrollo sostenible (ODS)** forman parte de la Agenda 2030 desarrollada por la ONU. Son 17 ODS concretados en 169 metas. Son un llamado universal a la adopción de medidas para poner fin a la pobreza, proteger el planeta y garantizar que todas las personas gocen de paz y prosperidad.



VÍDEOS

CONSEJOS

170 acciones diarias
que inspiran ODS
(ONU)



WEBS

Objetivos de
desarrollo sostenible

Agenda 2030 España

ODS Extremadura

3. EFICIENCIA ENERGÉTICA

La **eficiencia energética** es una práctica que tiene como objetivo reducir el consumo de energía. Por un lado, la eficiencia energética busca nuevas formas de abastecimiento de energía, sustituyendo la energía eléctrica tradicional y los combustibles fósiles (Petróleo, gas natural y carbón) por energías limpias, ecológicas y sostenibles, como son la energía solar, eólica y geotérmica.

Por otro lado, también busca la optimización de los recursos y la implantación de sistemas de ahorro energético con el fin de reducir nuestro consumo de energía.



EL SISTEMA ELÉCTRICO



AUTOCONSUMO



LEER LA FACTURA



HÁBITOS DE EFICIENCIA

4. CONSUMO RESPONSABLE

La **compra verde y responsable**, es la compra o contratación de productos y/o servicios, considerando no solo los aspectos económicos o técnicos, sino también el impacto ambiental y social de los mismos en todo su ciclo de vida.



- Mapeo de Moda Sostenible Extremadura (Rurex Asociación de desarrollo).
- Guía para conocer la Moda Sostenible (Rurex Asociación de desarrollo).
- Calculadora del impacto ambiental de los alimentos.
- Compra sostenible de material escolar (Escola Jasangarria Ziurtagiria).

HERRAMIENTAS



WEB

Consume mejor (Greenpeace).



SI TE PONEN VERDE
QUE SEA CON RAZÓN

CONSEJOS

El consumismo nos aleja de la felicidad (Ecologistas en acción)

4. CONSUMO RESPONSABLE



Elegir el producto perfecto a veces es complicado. Es difícil encontrar un producto que cumpla con todos los criterios que debemos tener en cuenta para realizar un consumo responsable. Aquí te ofrecemos algunos trucos sencillos para que tomar decisiones te sea un poco más fácil.

	PROXIMIDAD	ESTABLECIMIENTO	RESIDUOS	ECOLÓGICO	DERECHOS HUMANOS
	Producto KM 0 (Menos de 100 KM distancia de producción)	Compra directa a productores	No genera residuos	Agroecológico/ Sostenible	Se respetan los DD.HH.
	Producto producido en la región	Compra en comercio local	Genera un residuo biodegradable	Sellos de garantía	Tiene el sello de comercio justo
	Producto producido dentro del país	Compra en comercio nacional	Genera un residuo reciclable	No utiliza químicos	Se produce en países del sur
	Producto importado de otro país	Compra en comercio multinacional	Genera un residuo no reciclable	Utiliza químicos	No se respetan los DD.HH.

5. EDUCOMUNICACIÓN

La **comunicación** es un pilar importante para la transformación a una cultura de la sostenibilidad, ya que si cuidamos lo que se comunica, cómo se comunica y cuándo se comunica, podemos favorecer que la comunicación en sí misma, sea una herramienta pedagógica de transformación.



HERRAMIENTAS

- CAMbiando. Herramienta de Educomunicación Transformadora (C. Cala)
- Guía de Comunicación Transformadora para medios locales (AECOS)
- ConTRÓLate en las redes! (Ayuntamiento de Barcelona)
- Manual de estilo para una comunicación inclusiva y no sexista (Ecologistas en acción)



WEB

Maldita.es

¿Qué es el discurso de odio?

Ayuntamiento de Barcelona



VÍDEOS



#SINBULOSENLALENGUA

6. CAMBIO CLIMÁTICO

La Convención Marco de las Naciones Unidas sobre el Cambio Climático (CMCC), en su Artículo 1, define **cambio climático** como: un cambio de clima atribuido directa o indirectamente a la actividad humana que altera la composición de la atmósfera mundial y que se suma a la variabilidad natural del clima observada durante periodos de tiempo comparables.



HERRAMIENTAS

- Guía para la elaboración de planes locales de adaptación al cambio climático (Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente)
- Adaptación al cambio climático. Guía metodológica para municipios de la provincia (Diputación de Badajoz).



LECTURAS RECOMENDADAS

- Así nos afecta el cambio climático (Greenpeace)
- Manual de lucha contra el cambio climático (João Camargo y Samuel Martín-Sosa).

CONSEJOS

52 Gestos frente al
cambio climático
(Ihobe).

7. MIGRACIONES

Desde la antigüedad el ser humano ha estado en constante tránsito. Algunas personas se desplazan en busca de trabajo o de nuevas oportunidades económicas, para reunirse con sus familiares o para estudiar. Otros se van para escapar de conflictos, persecuciones, del terrorismo o de violaciones o abusos de los derechos humanos. Algunos lo hacen debido a los efectos adversos del cambio climático, desastres naturales u otros factores ambientales. (ONU)



LECTURAS

RECOMENDADAS

- [INFORME 2020: las personas refugiadas en España y Europa](#) (CEAR)
- [Cuadernos de Análisis \(Movimiento contra la Intolerancia\)](#)



HERRAMIENTAS

- [Guía metodológica. De los tópicos a la realidad](#) (CEPAIM)
- [Trabajar la igualdad de trato](#) (Accem)



WEB

[por Causa.org](#)

[Historia de refugio](#)

[Amnistía Internacional](#)

8. ECOFEMINISMO

El **ecofeminismo** agrupa en un único movimiento la voluntad transformadora del feminismo y del ecologismo para alcanzar un mundo más justo, equitativo y saludable, libre de las actitudes opresoras y patriarcales que recaen tanto sobre las mujeres como sobre la naturaleza. La cultura de dominación y de poder que genera las relaciones de desigualdad de género y de injusticia global es la misma cultura que desencadena la explotación de la naturaleza y el resto de seres vivos.. (Ayto de Barcelona)



- Mujeres defensoras de los derechos humanos ambientales (IUCN)
- Ecofeminismo, una propuesta para repensar el presente y construir el futuro (Marta Pascual Rodríguez y Yayo Herrero López)

LECTURAS
RECOMENDADAS



VÍDEOS



VISIÓN GLOBAL CON PERSPECTIVA
ECOFEMINISTA



HERRAMIENTAS

- 10 puntos para visibilizar a las mujeres en el lenguaje (Ayto Barcelona)
- Herramientas Ecofeministas. (Greenpeace)



www.sermassostenible.org