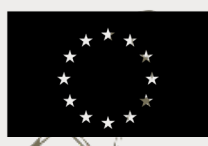




HABILIDADES PARA LA VIDA VERDE: Un Manual Ilustrativo y una Guía de Campamentos Juveniles



ALEMÁN
ESPAÑOL
FRANCÉS
INGLÉS
ITALIANO
POLACO



Cofinanciado por
la Unión Europea



Cofinanciado por la Unión Europea



Erasmus+



anefore

Pie de imprenta

Resultado 1

Green-Life Skills: An Illustrative Handbook & Youth Camps Guide (Título original en inglés)

Mes y Año de Publicación | Traducciones

Octubre 2023 (traducción al español) | Alemán, Francés, Inglés, Italiano, Polaco

Encargado para | Nombre del proyecto

Project JV: Jeunes et des Espaces Vertes (<https://www.jointventures-greenyouth.eu>)

Acuerdo de subvención No.

2021-1-LU01-KA220-YOU-000029296

Compilador¹, Editor², Colaboradores³ & Revisores⁴

BM¹²³⁴, Magdalena Juchniewicz³⁴, Ion Lera Sanchez³⁴, Asociados del proyecto³

Descargo de responsabilidad

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea a través de Anefore Asbl., la Agencia Nacional en Luxemburgo con sede en Walferdinge. Esta publicación refleja las opiniones únicamente de los contribuyentes | editor para la preparación del contenido y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en el mismo.

Ilustraciones y derechos de autor

A los elementos protegidos por derechos de autor se les han atribuido fuentes.

Coordinador de proyectos

Alliance for Global Development Asbl., Luxemburgo

Socios del Consorcio del Proyecto (y co-contribuyentes de este Manual)

Polonia : Europejskie Forum Młodzieży 'Fraternitas'

Alemania : ISEDE

Italia : Youth Europe Service

España : Xeración Valencia



AGD Luxembourg
Alliance for Global Development



Contenidos

Prólogo.....	v
Definición de términos.....	ix
Capítulo I Introduction.....	1
Objetivos de la Guía.....	4
Habilidades para la vida ecológicas y empleo futuro	6
Empleos verdes	8
Habilidades para empleos verdes competitivos	18
La perspectiva política.....	24
Capítulo II Urban Outlook Perspectiva urbana	31
El impacto de la urbanización	34
Ciudades del futuro.....	42
Gestión de residuos.....	46
Economizar Energía	56
¿Cómo es un día sostenible?	60
Capítulo III Rural Outlook Perspectiva rural.....	73
Habilidades para la vida ecológicas y empleo futuro	76
Alimentos orgánicos & Agricultura orgánica	84
Capítulo IV Campamentos Juveniles.....	105
Temas para campamentos juveniles	108
Estructura de los campamentos juveniles.....	110
Organizar un campamento.....	120
Lista de verificación del campamento	126
Primeros auxilios.....	128
Estudios de caso	139
Bibliografía.....	155

Este manual tiene una estructura peculiar que es el resultado de las lecciones aprendidas de dos capacitaciones que realizamos y las interacciones posteriores con nuestros participantes. Los jóvenes de hoy están preocupados por cómo será el mundo de mañana. Están igualmente preocupados por los posibles empleos y por si tendrían algún sentido en el cambiante mundo de hoy.

El manual es el resultado del trabajo conjunto de los socios del proyecto **Joint Ventures (Jeunes et des Espaces Vertes)**. Hemos dedicado mucho tiempo y esfuerzo a buscar ilustraciones siempre que sea posible para reflejar el texto. A menudo, se pasa por alto información importante porque las personas tienen una capacidad de atención muy baja. Nuestro manual ilustrativo utiliza íconos, formas, símbolos, ilustraciones e infografías para hacerlo agradable y compartible.

Decidimos tener un **glosario** de términos para que los jóvenes y el público en general orientado a Erasmus+ comprendan el lenguaje climático. Esta sección se puede utilizar por separado en las aulas y promoverá la comprensión general de temas e ideas complejos.

El **capítulo introductorio** está dedicado a los empleos verdes y las habilidades requeridas en ellos. También hemos agregado una sección sobre la perspectiva política, especialmente a la luz de las manifestaciones climáticas en Europa.

Sibien está dedicado a comprender el impacto de la urbanización, el capítulo "**Urban Outlook**" (Perspectivas urbanas) analiza los pequeños pasos que podemos tomar para reducir el uso de energía, mejorar la recolección de residuos y una vida sostenible. Las ideas, mensajes, sugerencias y consejos están adaptados a un entorno urbano para un estilo de vida urbano, teniendo en cuenta que la mayoría de los lectores potenciales de este libro viven en ciudades y áreas metropolitanas.

El capítulo "**Rural Perspectives**" (Perspectivas rurales) tiene múltiples facetas. Está dedicado a las habilidades ecológicas, la agricultura y los alimentos orgánicos. También hemos anotado algunos consejos para cultivar alimentos de forma ecológica.

La idea colectiva de reunir a los jóvenes y los espacios verdes mientras escribíamos el proyecto significó que queríamos compartir nuestra experiencia y conocimiento para organizar '**campamentos juveniles**' en cualquier época del año (verano, otoño, invierno o primavera). Aunque la idea comenzó hace más de cien años con los campamentos de verano, hoy en día, aunque la mayoría se llevan a cabo en los meses de verano, también hay muchos fuera de este período. Hemos preparado una guía paso a paso para que ONG o grupos de jóvenes monten su propio campamento, una lista de control y un set explicativo de primeros auxilios..

Esperamos que disfrute leyendo este trabajo tanto como nosotros, los editores, disfrutamos escribiéndolo y compilándolo. Hay horas de trabajo invertidas en este manual y esperamos sinceramente que lo aprecie y lo comparta con quienes puedan encontrarlo útil. ¿Quién sabe? Un vecino o un conocido puede inspirarse para hacer algo que mejore nuestro mundo.

Deseamos expresar nuestro agradecimiento a la entusiasta y exuberante **Nadine Linden** de **Anefore Asbl**. por el apoyo que nos brindó desde la aprobación de este proyecto, su orientación durante todo el proceso y su apoyo durante la implementación. Es necesario un ramo de lavanda virtual.

El editor



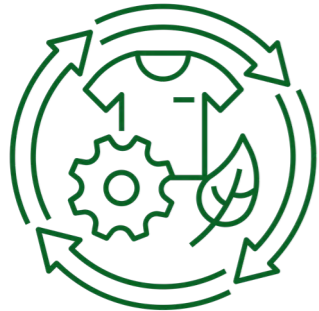


Biodiversidad La variedad de vida en la Tierra, abarcando el aire, la tierra y el agua. Las interacciones se producen entre los distintos organismos vivos ayudando a mantener la continuidad de la existencia de todas las especies.

Acción climática incluye esfuerzos individuales, colectivos, personales y políticos que ayudan a mitigar el cambio climático y sus impulsores técnicos y sociales subyacentes, y/o fortalecer las capacidades de adaptación y transformación de nuestros sistemas humanos, naturales y socioecológicos.



Diseño circular se refiere a la creación de productos y servicios que ya no tienen un ciclo de vida con principio, desarrollo y final.



Economía circular es un enfoque de los procesos industriales y la actividad económica que permitiría que los recursos utilizados mantuvieran su máximo valor durante el mayor tiempo posible.

Cambio Climático La Convención Marco de las Naciones Unidas sobre el Cambio Climático (CMNUCC) define el cambio climático como "un cambio de clima atribuido directa o indirectamente a la actividad humana que altera la composición de la atmósfera global, y que se suma a la variabilidad climática natural observada durante un tiempo comparable".



Empoderamiento climático es el proceso práctico, político y personal para comprender las complejidades de los impulsores sistémicos del cambio climático. Estos incluyen sistemas históricos y contemporáneos de opresión sobre grupos marginados; la capacidad de ejercer el poder para perturbar y transformar sistemas

e intereses creados injustos e insostenibles; y el mayor acceso a recursos y oportunidades para la acción individual, colectiva, personal y política en respuesta y anticipación al cambio climático y sus impactos.

Alfabetización ecológica es conocimiento no sólo sobre el medio ambiente y el cambio climático, sino también sobre los sistemas socioecológicos interconectados e interdependientes a través de los cuales los humanos están conectados entre sí y con el planeta. Esto incluye una comprensión del género, el poder, el patriarcado y el colonialismo, y cómo estos pueden extenderse a nuestras interacciones humanas (extractivas y destructivas, o regenerativas y sostenibles) con el mundo natural.



Ecológico Relativo o relacionado con la relación de los organismos vivos entre sí y con su entorno físico.

Ecosistema Un complejo dinámico de comunidades de plantas, animales y microorganismos y su entorno no vivo, que interactúan como una unidad funcional.



Huella energética Una huella ambiental cuyo cálculo se centra en el consumo energético.



Huella ambiental El efecto que una persona, organización, actividad, etc. tiene sobre el medio ambiente, como la cantidad de recursos naturales utilizados y la cantidad de emisiones nocivas.

Calentamiento global El aumento inusualmente rápido de la temperatura promedio de la superficie del planeta durante el último siglo, debido principalmente a los gases de efecto invernadero liberados por la quema de combustibles fósiles.



Economía verde no tiene una definición única, aunque en términos generales significa una versión más verde y con bajas emisiones de carbono de nuestra actual economía con altas emisiones de carbono. Una definición alternativa se refiere a una economía resiliente que proporciona mayor bienestar y equidad social para todos dentro de los límites ecológicos del planeta.

Empleos verdes incluyen cualquier empleo que contribuya al bienestar de las generaciones presentes y futuras; defiende los derechos humanos, incluidos los derechos de las mujeres y los derechos de las poblaciones indígenas y de color; y apoya la regeneración del mundo natural, sus recursos y sus sistemas socioecológicos de los que dependen nuestras economías humanas. Los empleos verdes giran en torno a, nutren y desarrollan nuestra capacidad individual y colectiva para cuidar de los demás y del medio ambiente y para educarnos a nosotros mismos y a los demás sobre la insostenibilidad del status quo.



Las habilidades para la vida verdes son capacidades genéricas o habilidades transversales que, junto con un mayor conocimiento sobre el cambio climático, las cuestiones ambientales y las actitudes proambientales, constituyen competencias de sostenibilidad que mejoran la capacidad de uno para resolver problemas prácticos,

tomar decisiones y comportarse de manera adecuada. caminos más ecológicos y sostenibles. El proyecto Joint Ventures se centra en dichas habilidades.

Las habilidades verdes incluyen las capacidades específicas, genéricas y transformadoras necesarias para contribuir a una sociedad humana social, económica y ambientalmente justa que se preocupe por el mundo humano y no humano y reduzca el impacto de la actividad humana en los demás. Las capacidades específicas incluyen aquellas necesarias para prosperar en empleos verdes (por ejemplo, habilidades que van desde el cuidado hasta la codificación). Las capacidades genéricas incluyen “habilidades para la vida” o “habilidades socioemocionales” transversales que contribuyen a formas más ecológicas de pensar, ser y hacer (por ejemplo, resolución de problemas, pensamiento crítico, trabajo en equipo, afrontamiento de la incertidumbre y empatía). Las capacidades transformadoras incluyen aquellas necesarias para alterar y cambiar tanto los comportamientos individuales como los factores estructurales que exacerban la crisis climática (por ejemplo, la capacidad de reconocer y corregir relaciones de poder desiguales).



Gases de efecto invernadero (GEI) son constituyentes gaseosos de la atmósfera, tanto naturales como antropogénicos, que absorben y emiten radiación térmica. Los principales gases de efecto invernadero en la atmósfera terrestre son el vapor de agua (H₂O), el dióxido de carbono (CO₂), el metano (CH₄), el óxido nitroso (N₂O) y el ozono (O₃).



Efecto de los gases de efecto invernadero es causado por mayores concentraciones de gases de efecto invernadero en la atmósfera. Sin el efecto normal de los gases de efecto invernadero, la temperatura media de la superficie de la Tierra sería de unos -18 °C.

Bienestar humano El grado en que las personas tienen la capacidad de vivir el tipo de vida que tienen razones para valorar. También se define como las oportunidades que tienen para perseguir sus aspiraciones. Los componentes básicos del bienestar humano incluyen la seguridad, la satisfacción de las necesidades materiales, la salud, la tranquilidad mental y las relaciones sociales.



Cobertura terrestre La cobertura física del suelo, generalmente expresada en términos de cobertura vegetal o falta de ella. La cobertura del suelo está influenciada por el uso de la tierra (pero no es lo mismo).

Degradación de la tierra Pérdida a largo plazo de funciones y servicios de los ecosistemas, causada por perturbaciones de las que el sistema no puede recuperarse sin ayuda.



Uso del suelo El uso de la tierra para diferentes fines humanos o actividades económicas. Los tipos de uso de la tierra incluyen agricultura, uso industrial, transporte y áreas protegidas.

Cambio de uso de suelo Conversión de suelo para uso humano. Es una fuerza impulsora detrás de graves pérdidas de biodiversidad.



Mitigación La mitigación del cambio climático se refiere a los esfuerzos para reducir o prevenir las emisiones de gases de efecto invernadero.



Soluciones basadas en la naturaleza son acciones para proteger, gestionar sosteniblemente y restaurar ecosistemas naturales y modificados de manera que aborden los desafíos sociales de manera efectiva y adaptativa, para proporcionar tanto el bienestar humano como los beneficios de la biodiversidad.

Organización no gubernamental (ONG) Una entidad establecida conforme a la legislación nacional como una organización sin fines de lucro, que opera a nivel subnacional, nacional, regional o internacional. Este manual creado en el marco del proyecto **Joint Ventures (Jeunes et des Espaces Vertes)** está elaborado por organizaciones asociadas que son ONG.

Mercados laborales en línea Los mercados laborales en línea hacen posible que personas de todo el mundo encuentren empleos ofrecidos por un grupo global de empleadores potenciales.



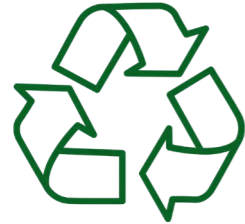
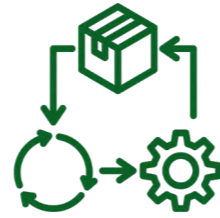
Agricultura orgánica Una producción agrícola y ganadera que sostenga la salud de los suelos, los ecosistemas y las personas basándose en procesos ecológicos, biodiversidad y ciclos adaptados a las condiciones locales en lugar de utilizar insumos sintéticos como fertilizantes, insecticidas y herbicidas.

Pesticidas Sustancias, compuestas por ingredientes químicos o biológicos, destinadas a repeler, destruir o controlar cualquier plaga o regular el crecimiento de las plantas. Los pesticidas que se aplican con más frecuencia son insecticidas para matar insectos, herbicidas para matar malezas, rodenticidas para matar roedores y fungicidas para controlar hongos y moho.



Polinizadoras visitan las flores para cosechar su néctar y polen. Transfieren polen y fertilizan las flores a medida que pasan de una planta a otra. Algunos ejemplos incluyen abejas y mariposas.

Ciclo de vida del producto El ciclo de vida del producto comienza cuando se extraen las materias primas y continúa hasta que los materiales del producto se reutilizan, reciclan, recuperan o desechan.



Reciclaje Conversión de residuos en material aprovechable. Existen múltiples métodos según el tipo de material que se recicla.

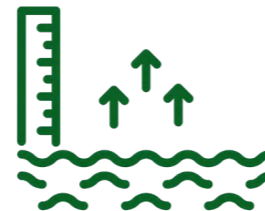
Fuentes de energía renovables | Renovables

Fuentes de energía que no dependen de reservas finitas (agotables) de combustibles. La energía hidroeléctrica, la biomasa, la solar, la mareomotriz, la undimotriz y la eólica son ejemplos de fuentes renovables.



Repropósito Utilizar algo para un fin distinto de aquel para el que fue destinado originalmente.

Aumento del nivel del mar Tendencias en el ascenso de la superficie del mar en relación con el nivel de la tierra. El aumento del nivel del mar, a menudo debido al derretimiento del permafrost, que provoca inundaciones en las zonas bajas.



Economía compartida Una actividad entre pares para obtener, dar o compartir acceso a bienes y servicios, coordinada a través de servicios en línea basados en la comunidad.

Socioeconómico Relacionado con una combinación de factores sociales y económicos.

Habilidades blandas Rasgos de personalidad, incluidas habilidades de comunicación, empatía, buena gestión del tiempo y capacidad de trabajo en equipo y liderazgo.



Desarrollo sostenible es aquel que satisface las necesidades de la generación presente sin comprometer la capacidad de las generaciones futuras para satisfacer sus propias necesidades.

Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)

son diecisiete objetivos interrelacionados adoptados por las Naciones Unidas que reconocen que poner fin a la pobreza y otras privaciones debe ir de la mano con estrategias que mejoren la salud y la educación, reduzcan la desigualdad y estimulen el crecimiento económico, todo ello mientras se aborda el cambio climático. y trabajar para preservar nuestros océanos y bosques.



Competencias de sostenibilidad son una combinación de conocimientos, habilidades y actitudes que constituyen lo que uno puede hacer, de manera más ecológica y sostenible. Esto incluye conocimiento sobre el cambio climático y sus soluciones, conocimiento sobre género y poder, conocimiento sobre cuestiones ambientales y

sociales locales, etc. (lo que uno sabe); habilidades cognitivas, interpersonales e intrapersonales, incluidas habilidades verdes para obtener resultados más verdes (lo que uno tiene); y actitudes proambientales, proigualdad y projusticia (lo que uno cree y valora).

Sinergias surgen cuando dos o más procesos, organizaciones, sustancias u otros agentes interactúan de tal manera que el resultado es mayor que la suma de sus efectos separados.

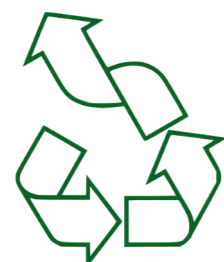


Punto de inflexión El punto crítico de una situación en evolución que conduce a un desarrollo nuevo y a veces irreversible.



Cambio transformacional Proceso mediante el cual se logran resultados positivos a largo plazo.

Capacidad transformacional es la capacidad de los individuos y la sociedad para transformar la conciencia individual y colectiva, las instituciones sociales y los sistemas económicos hacia límites planetarios en equilibrio con la capacidad de carga de la Tierra. Apunta al potencial regenerativo de toda la vida, humana y natural. Esto contrasta y complementa el concepto de capacidad de adaptación, que es la capacidad de los sistemas humanos para adaptarse al cambio climático, moderar sus impactos, hacer frente a sus consecuencias y aprovechar sus oportunidades.



Upcycling (también conocido como “**reciclaje creativo**”) es el proceso de transformar residuos sólidos en nuevos objetos y productos con un valor añadido.

Downcycling implica convertir un residuo reciclable en uno no reciclable. Por ejemplo, añadir pintura, pegamento u otros elementos a una botella de plástico que podría ser reciclada, convirtiéndolo en un residuo no reciclable.

Agricultura urbana Cultivar, procesar y distribuir alimentos en áreas urbanas y sus alrededores. Puede implicar la producción de frutas y hortalizas, la cría de animales, la acuicultura, la agrosilvicultura, la apicultura y la horticultura.



Entrenamiento vocacional Educación que prepara a las personas para trabajar como técnicos o en trabajos como comerciante o artesano. A veces también se la denomina “educación profesional y técnica”. En un mercado laboral cambiante, la distinción entre este y otros tipos de educación secundaria o superior se está volviendo menos clara.

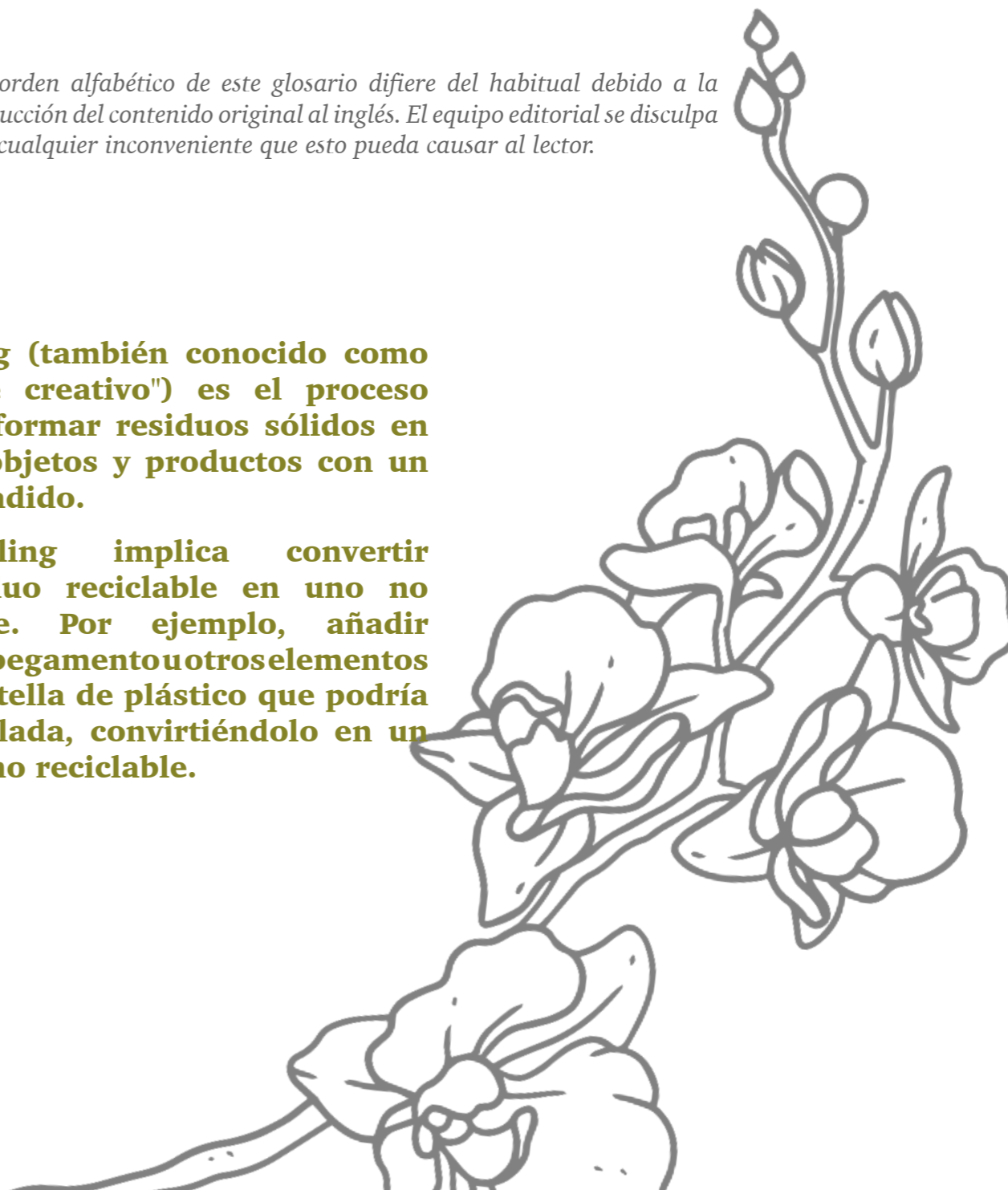
Gestión de residuos La recogida, transporte, eliminación, reciclaje y seguimiento de los residuos. Este término se utiliza con mayor frecuencia en relación con los materiales de desecho resultantes de actividades humanas, que se gestionan para evitar efectos adversos para la salud y el medio ambiente.



**El orden alfabético de este glosario difiere del habitual debido a la traducción del contenido original al inglés. El equipo editorial se disculpa por cualquier inconveniente que esto pueda causar al lector.*

Upcycling (también conocido como "reciclaje creativo") es el proceso de transformar residuos sólidos en nuevos objetos y productos con un valor añadido.

Downcycling implica convertir un residuo reciclable en uno no reciclable. Por ejemplo, añadir pintura, pegamento u otros elementos a una botella de plástico que podría ser reciclada, convirtiéndolo en un residuo no reciclable.



Hoy en día, los jóvenes están impulsando el cambio en Europa y el mundo. Sus iniciativas, acciones y pasión han estimulado al mundo a darse cuenta de los problemas pertinentes y han iluminado a los legisladores, industriales y organizaciones para que tomen medidas tangibles para el mañana.

Varios cambios en las últimas dos décadas desde el cambio de milenio son testimonio de que los viajes, la huella de carbono individual y los estilos de consumo de alimentos han cambiado.

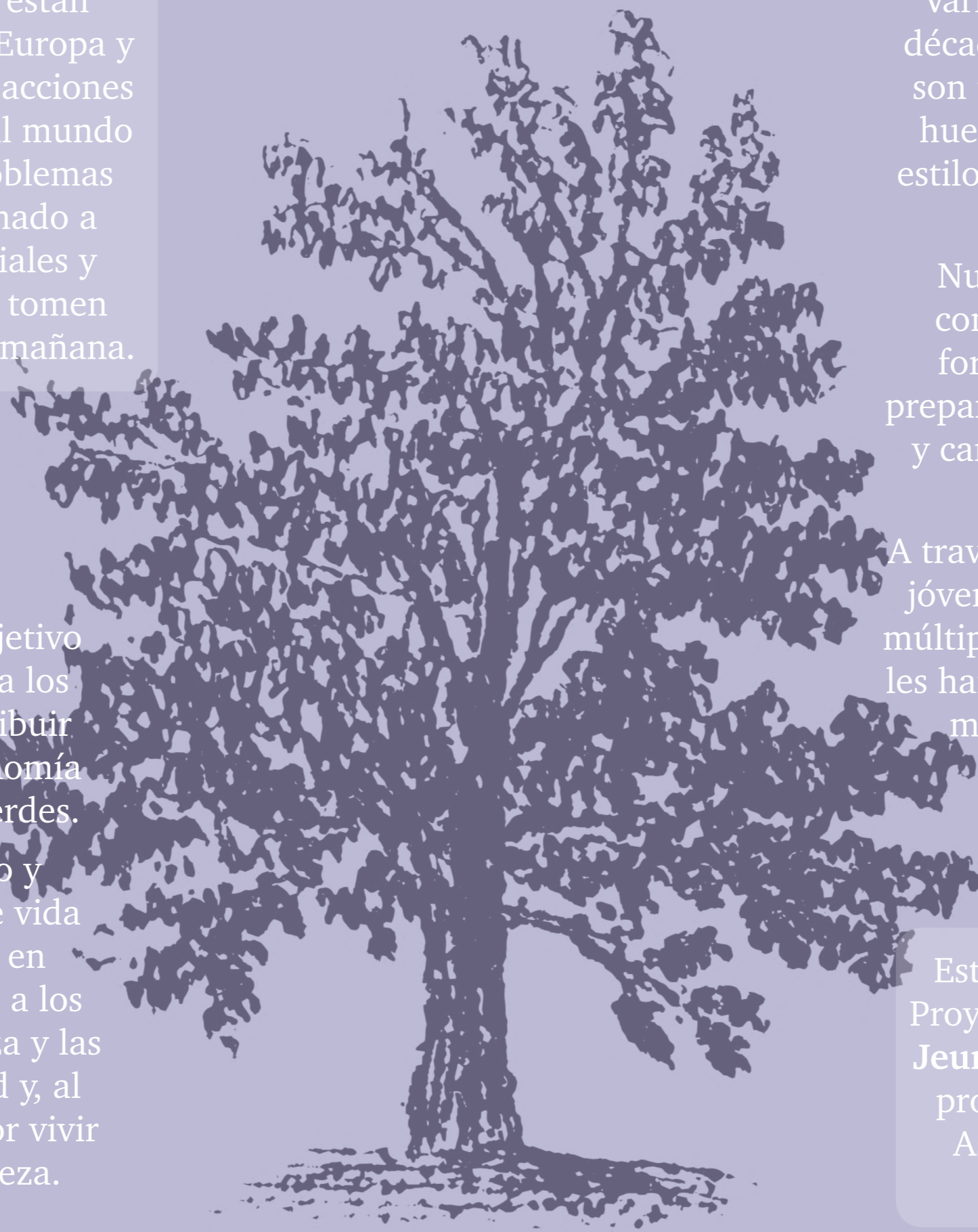
Nuestra nueva normalidad, que comprende la economía verde y formas de vida sostenibles, está preparada para crear muchos empleos y carreras. Algunas de ellas aún no han sido contempladas.

A través del programa Erasmus +, los jóvenes han podido involucrarse en múltiples proyectos y experiencias que les han permitido ver y comprender el mundo de una nueva manera.

Este manual tiene como objetivo apoyar, inspirar y motivar a los jóvenes a aprender y contribuir a la sociedad verde, la economía verde y las comunidades verdes.

Trazar su propio camino y encontrar el mejor estilo de vida adaptado a una sociedad en constante cambio permitirá a los jóvenes apreciar la naturaleza y las cuestiones de sostenibilidad y, al mismo tiempo, esforzarse por vivir en armonía con la naturaleza.

Este manual es un producto del Proyecto Erasmus + Juventud: **JV: Jeunes et des Espaces Vertes**, un proyecto aprobado por Anefore Asbl., la Agencia Nacional en Luxemburgo.



Informar a los jóvenes sobre qué es una economía verde inclusiva e introducir las acciones necesarias para lograrla.

Comprender la urbanización y cómo impulsa el cambio

Ayude a los jóvenes a considerar cómo una economía verde puede ayudar a crear estilos de vida más sostenibles.

Gestión de residuos, reducción de residuos y optimización del uso de materiales.

Ofrecer una visión general sobre los empleos verdes y las habilidades involucradas en ellos.

Proporcionar consejos de sostenibilidad para la vida diaria.

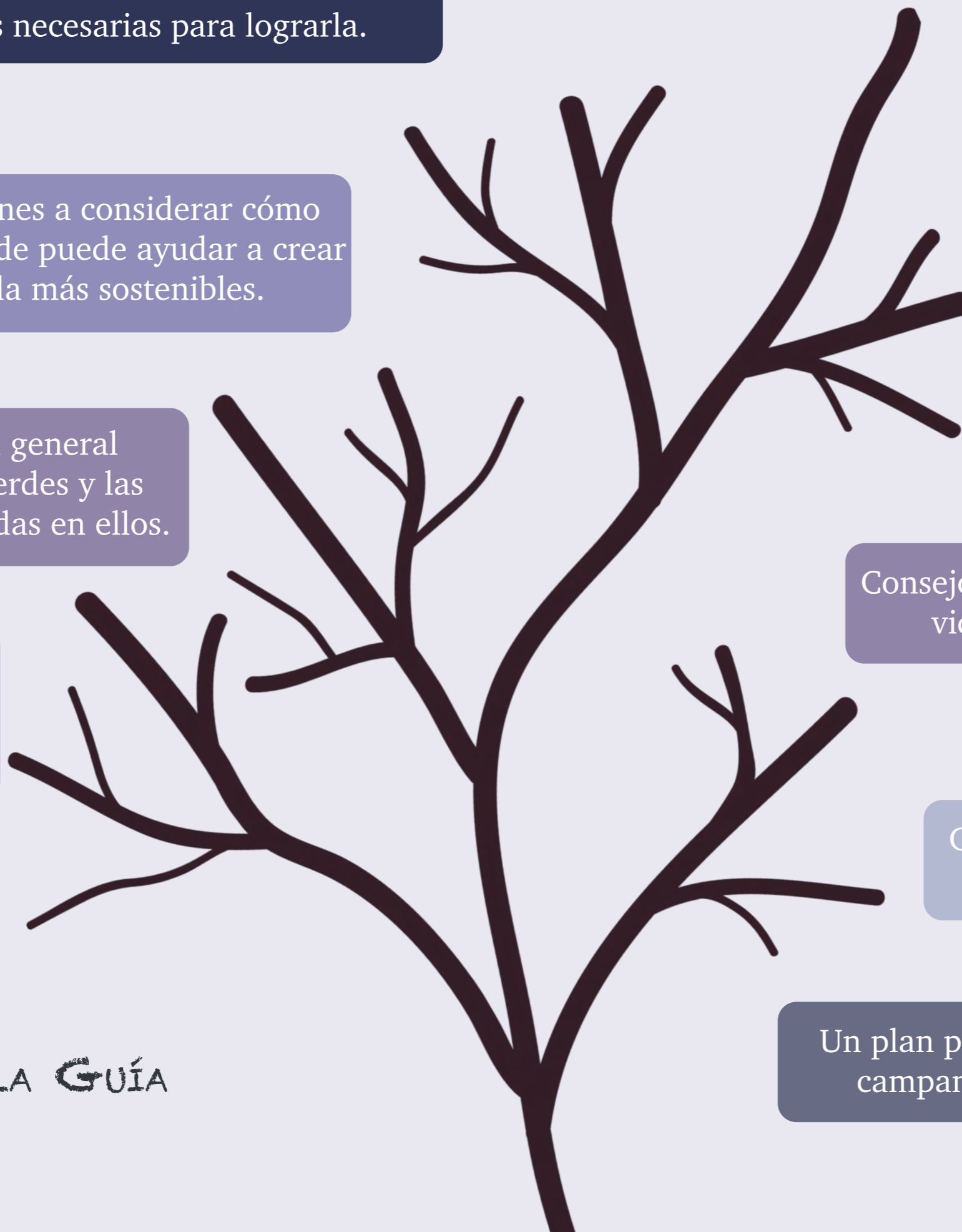
Permitir una manera fácil de comprender conceptos a través de medios ilustrativos.

Consejos para llevar una vida sostenible

Cultivo orgánico de alimentos.

OBJETIVOS DE LA GUÍA

Un plan para realizar y emprender campamentos (con ejemplos)



A medida que nuestro mundo evoluciona, múltiples crisis que actúan simultáneamente, interrelacionadas o no, están instando a repensar cómo vivimos, cómo serán los empleos futuros y cómo se adaptarán los jóvenes a la normalidad en constante cambio.

Las comunidades sostenibles del mañana necesitan jóvenes comprometidos e inspirados que impulsen el cambio tanto a nivel local como regional, acciones que se extenderán al nivel nacional e internacional.

**HABILIDADES PARA LA VIDA
ECOLÓGICAS Y EMPLEO FUTURO**

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) predice cuatro tipos de cambios en el mercado laboral como parte de la transición hacia una economía verde:

CREACIÓN DE EMPLEO

introduciendo nuevos sectores verdes y agregando roles verdes a los sectores existentes

REDUCCIÓN DE EMPLEO

en sectores asociados con la economía marrón como la industria de los combustibles fósiles

SUSTITUCIÓN DE EMPLEO

a medida que los roles anteriores se eliminan y se reemplazan por otros más ecológicos

TRANSFORMACIÓN LABORAL

a medida que los roles existentes experimentan cambios rápidos y significativos para adaptarse a este nuevo paradigma económico

Los empleos verdes incluyen una amplia gama de profesiones que ayudan a “preservar o restaurar un medio ambiente sostenible”.

Las prioridades ambientales para los países europeos incluyen *la calidad del aire, la gestión de residuos municipales, la escasez de agua dulce, la contaminación del agua y el saneamiento deficiente, la gestión costera, la deforestación y el cultivo insostenible de la tierra y los impactos ambientales mediados por el clima* (especialmente en áreas metropolitanas densamente pobladas).

EMPLEOS VERDES

La OIT define un empleo verde como empleos que "ayudan a reducir el impacto ambiental negativo, lo que en última instancia conduce a empresas y economías ambiental, económica y socialmente sostenibles". Más precisamente, los empleos verdes son empleos decentes que reducen el consumo de energía y materias primas, limitan las emisiones de gases de efecto invernadero, minimizan los desechos y la contaminación y protegen y restauran los ecosistemas.

Las oportunidades de empleo en la economía verde podrían ser amplias y variadas. Si bien no es posible decir exactamente los detalles de las futuras oportunidades laborales, este manual sugiere cómo los jóvenes podrían pensar sobre el desarrollo de conocimientos y habilidades para diferentes sectores laborales. No son sólo las empresas las que requieren habilidades de economía verde; los sectores de servicios también lo hacen. Algunos de los sectores que se espera que desempeñen un papel central en la economía verde son:

Agricultura

Con una población mundial en crecimiento, el sector agrícola necesita explorar formas de mejorar las técnicas de cría y cultivo, minimizando los requisitos de agua y reduciendo el uso de fertilizantes a medida que avanzamos hacia una economía verde. La gente está desarrollando conocimientos y competencias para gestionar los ecosistemas a fin de eliminar la necesidad de pesticidas, fertilizantes químicos y maquinaria impulsada por combustibles fósiles, hormonas de crecimiento para el ganado y aditivos alimentarios. Esto requiere formación y conocimientos en la gestión de la fertilidad del suelo, un uso más eficiente y sostenible del agua, una gestión de cultivos y ganado y una revisión de la mecanización. Participar en este movimiento significa apoyar métodos de agricultura orgánica

y sostenible a nivel local y ser innovador en el desarrollo de empresas que promuevan estos métodos.

Construcción y arquitectura

Trabajar como promotores verdes que favorezcan el uso de materiales de construcción respetuosos con el medio ambiente y prioricen la eficiencia energética e hídrica de los edificios. Se trata de transformar los edificios en instalaciones ecológicamente viables mejorando el aislamiento e instalando paneles solares.

Educación

Enseñar sobre sostenibilidad, economía verde y desarrollo sostenible puede ayudar a los alumnos a tomar decisiones responsables a la hora de satisfacer sus necesidades diarias. Los educadores que integran estas cuestiones en los planes de estudio y las actividades extracurriculares pueden capacitar a los estudiantes, especialmente a los jóvenes, para que adopten estilos de vida más sostenibles y difundan el mensaje. De hecho, esto podría tomar forma a través de programas como Erasmus + y proyectos contruidos bajo él para compartir la idea con los jóvenes a través de la educación no formal. Consideramos nuestro proyecto **Joint Ventures (Jeunes et des Espaces Vertes)** un proyecto educativo en este sentido.

Energía

Pasar a suministros energéticos bajos en carbono a partir de energías renovables, en lugar de combustibles fósiles. Desarrollar e instalar equipos energéticamente eficientes para que se utilice menos energía en general. Al final de esta sección se encuentra una discusión más detallada sobre los empleos relacionados con la energía.

Moda

La ropa y los accesorios elaborados con tejidos reciclados y la compra de ropa de segunda mano son sólo algunos ejemplos de cómo la industria de la moda está adoptando la economía verde. Cada vez más diseñadores utilizan tejidos naturales sostenibles y consideran cómo se produce su ropa, mientras que algunas cadenas minoristas importantes están reduciendo su huella ambiental de carbono en la de suministro.

Financiación

Dado que los innovadores buscan constantemente financiación segura que les permita compartir grandes ideas sobre cómo contaminar menos y utilizar la energía de manera más eficiente, trabajar en el sector financiero puede permitirle promover economías verdes. Las compañías financieras

brindan cada vez más análisis e información sobre los mercados de energía limpia y carbono, lo que ayuda a los inversores a tomar decisiones informadas sobre el desarrollo de negocios sostenibles y la innovación en tecnologías limpias mientras obtienen ganancias.

Pesca

Respetar la necesidad de permitir la recuperación de las poblaciones sobreexplotadas, protegiendo los hábitats esenciales y minimizando la liberación de GEI durante el proceso de pesca.

Alimentación y restauración

Algunos restaurantes solo utilizan productos más sostenibles e ingredientes locales en un esfuerzo por reducir la huella de los alimentos y evitar las emisiones de carbono que generan. Con numerosos sistemas de etiquetado, como el Marine Stewardship Council, que certifica pesquerías gestionadas de forma sostenible, los restaurantes ahora pueden unirse a la economía verde adoptando principios sostenibles. Algunos restaurantes están reduciendo el número de platos de carne que ofrecen porque producir carne utiliza más tierra, más agua y más energía para la cosecha y el transporte que producir verduras. Algunos también están trabajando para prevenir y reducir el desperdicio de alimentos, analizando la forma en que preparan los alimentos.

Silvicultura

Gestionar los bosques de forma sostenible, de modo que se detenga la tala excesiva y se planten árboles para reemplazar los talados. Comprender los esquemas de certificación ayuda a respaldar el comercio de productos forestales sostenibles.

Hospitalidad y Turismo

Hay oportunidades para fomentar un transporte más ecológico, crear una compensación realista de las emisiones de carbono, garantizar que los proveedores de servicios de catering y hoteleros sigan principios ecológicos y que los municipios alienten la adopción de esquemas como el sistema de Bandera Azul que indica que las playas se gestionan en beneficio de las personas y el medio ambiente.

Fabricación

Cambiar la forma en que se fabrican los productos para que utilicen menos energía y sean más fáciles de mantener y reciclar, rediseñar los procesos industriales para que los subproductos de un proceso puedan usarse para fabricar otra cosa, reciclar o remanufacturar productos en lugar de fabricarlos a partir de materias primas. materiales (como recargar cartuchos de tinta para impresoras) y cambiar a calor y energía combinados, donde el calor generado en la producción de electricidad se captura y se utiliza para calefacción.

Política

Combinar la política con el medio ambiente mediante la inclusión de principios respetuosos con el medio ambiente en las campañas y políticas políticas.

Reciclado

Crear y apoyar sistemas o tecnologías que estén llevando a la sociedad moderna del simple reciclaje a la reducción y reutilización de residuos, garantizando al mismo tiempo que los trabajadores estén a salvo de la exposición a condiciones laborales nocivas.

Transporte

Utilizar más transporte público y ferroviario y desarrollar vehículos de motor y aviones más eficientes en el consumo de combustible.

Cabe mencionar aquí una nota especial sobre la idea de "Viajes Verdes" en la implementación del proyecto Erasmus +. La novedosa pero eficaz idea promueve los viajes en tren, autobús o coche compartido (bicicleta) entre los participantes que asisten a programas Erasmus+. Esto ayuda a los participantes a apreciar la necesidad de viajar de forma ecológica y evitar los vuelos baratos y sin sentido.

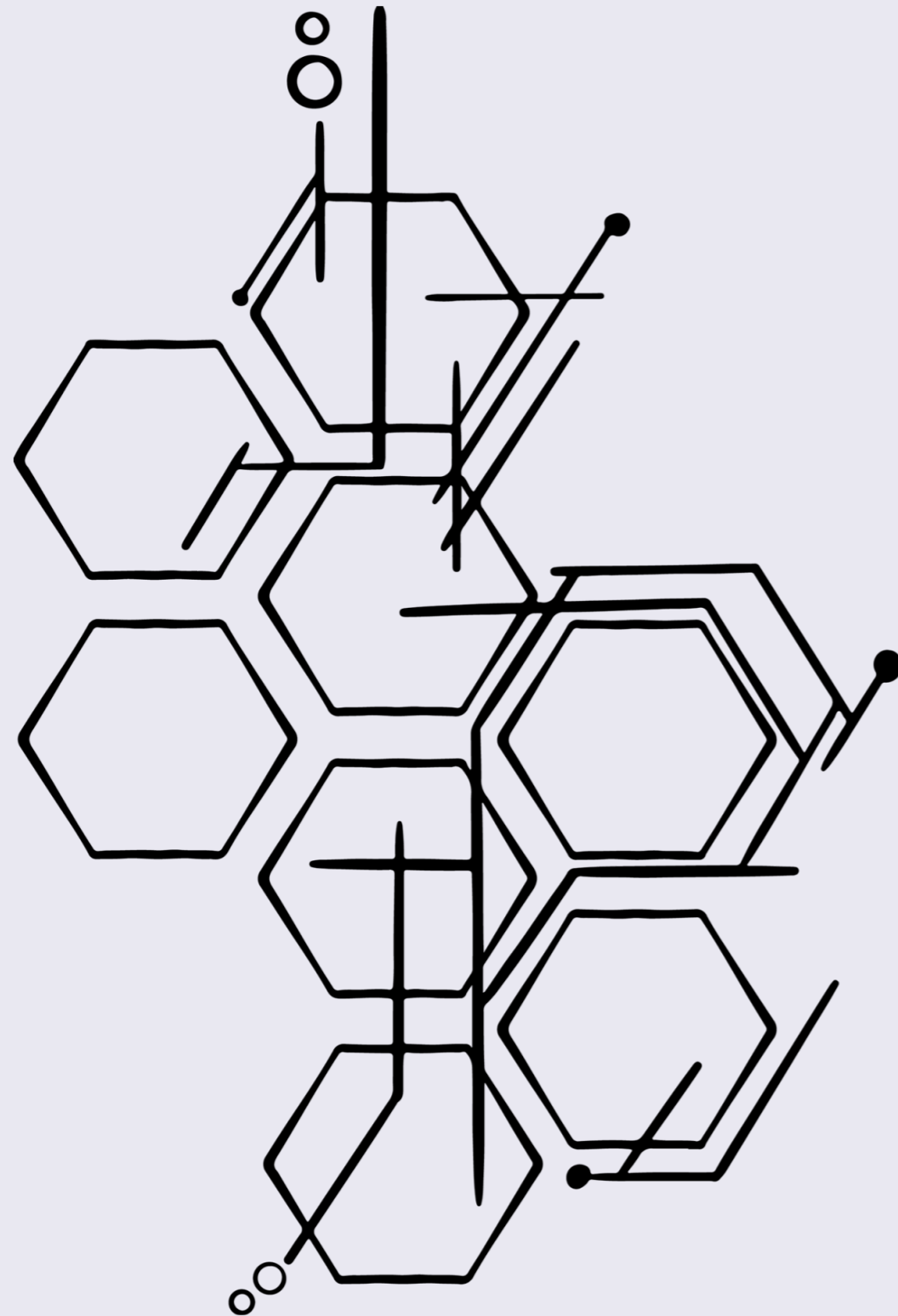
Innovación social

Puede que sea difícil definir los empleos del mañana, pero podemos decir que requieren innovación social. Actualmente, sectores como el transporte, la gestión de residuos y el suministro de energía están adoptando tecnologías que cambian la forma de hacer negocios. La innovación surge de pensar en el siguiente paso que deberá evolucionar a partir de las ideas y soluciones actuales. Necesitamos considerar el impacto del crecimiento demográfico, el cambio climático, la escasez de recursos, el deterioro de los ecosistemas y la urbanización en el empleo futuro. Necesitamos jóvenes pioneros para diseñar y probar nuevos modelos de negocios y nuevos enfoques de financiamiento que puedan impulsar la innovación frente a estos desafíos ambientales.

Esto se traduce en los siguientes tipos de áreas de trabajo "verdes" como ejemplos:

- Introducir servicios sanitarios y controlados de gestión de residuos y mejorar el trabajo decente en el sector informal de gestión de residuos.

- Introducir cocinas energéticamente eficientes, calentadores de agua solares y sistemas de paneles solares en lugar de leña recolectada de manera insostenible, crear empleos en la fabricación y el mantenimiento de dichos equipos y reducir la carga de la recolección de leña.
- Construcción y mantenimiento de plantas de biogás para proporcionar combustible ecológico y económico para iluminación y cocina, en lugar de queroseno.
- Construir y dar mantenimiento a plantas de compostaje para convertir los desechos en fertilizantes naturales que puedan reemplazar los costosos fertilizantes químicos o de petróleo que pueden contaminar las reservas de agua subterránea.
- Generación a pequeña escala o redes eléctricas descentralizadas basadas en tecnologías de energía renovable o cogeneración industrial, en lugar de grandes centrales eléctricas basadas en petróleo o carbón y redes eléctricas centralizadas, ineficientes y deficitarias.
- Planes de transporte público bajos en carbono.
- Gestión natural sostenible, como la silvicultura.
- Ecoturismo.



HABILIDADES PARA
EMPLEOS VERDES COMPETITIVOS

Habilidades científicas

El mundo necesitará más científicos ambientales, científicos de materiales, hidrólogos, bioquímicos, biólogos y otros expertos científicos para abordar desafíos en campos como la planificación del uso de la tierra, la gestión de ecosistemas y el diseño de almacenamiento de captura de carbono, entre muchos otros.

Habilidades tecnológicas y de ingeniería verde

A medida que crece la demanda de fuentes de energía más eficientes, habrá una mayor necesidad de trabajadores calificados que puedan diseñar, instalar y mantener paneles solares y turbinas eólicas, así como tecnologías innovadoras de gestión de residuos. El aumento de los vehículos eléctricos y otros vehículos de bajas emisiones también creará puestos de trabajo para ingenieros y otras personas con sólidas habilidades tecnológicas.

Habilidades arquitectónicas y de planificación

Las nuevas regulaciones requerirán arquitectos y planificadores que sean capaces de traducir esas reglas para sus clientes. Habrá una demanda creciente de diseños de edificios innovadores que maximicen la eficiencia y minimicen la huella ambiental.

Habilidades operativas y de gestión de recursos

Las empresas necesitarán empleados que puedan ayudarlas a aumentar su eficiencia y sostenibilidad y fortalecer sus estructuras organizativas. Ejemplos de puestos específicos en este campo incluyen directores de sostenibilidad, gerentes de cadena de suministro e ingenieros de ventas.

Habilidades agrícolas

Habrá una mayor demanda de personas capacitadas en agricultura de conservación, agricultura climáticamente inteligente, agricultura orgánica, agricultura de precisión y agricultura urbana.

Habilidades de seguimiento

El seguimiento de los impactos del cambio ambiental y del impacto humano será cada vez más esencial. En este sentido, crecerá la demanda de inspectores de cumplimiento ambiental, técnicos de monitoreo nuclear, inspectores de propiedades gubernamentales, funcionarios de gestión de emergencias y otras personas capacitadas en monitoreo ambiental.

Habilidades de sistemas

La economía verde requerirá trabajadores calificados que sean capaces de determinar cómo debería funcionar un sistema y cómo los cambios en las condiciones, las operaciones y el medio ambiente afectarán los resultados del sistema. Estas habilidades incluyen la capacidad de identificar indicadores de desempeño para el sistema, así como también cómo se puede corregir o mejorar el sistema. Será fundamental comprender la macroeconomía y los costos de oportunidad a largo plazo de no integrar la sostenibilidad en la planificación y ejecución de proyectos, incluidos los grandes proyectos de infraestructura.

Habilidades para resolver problemas complejos

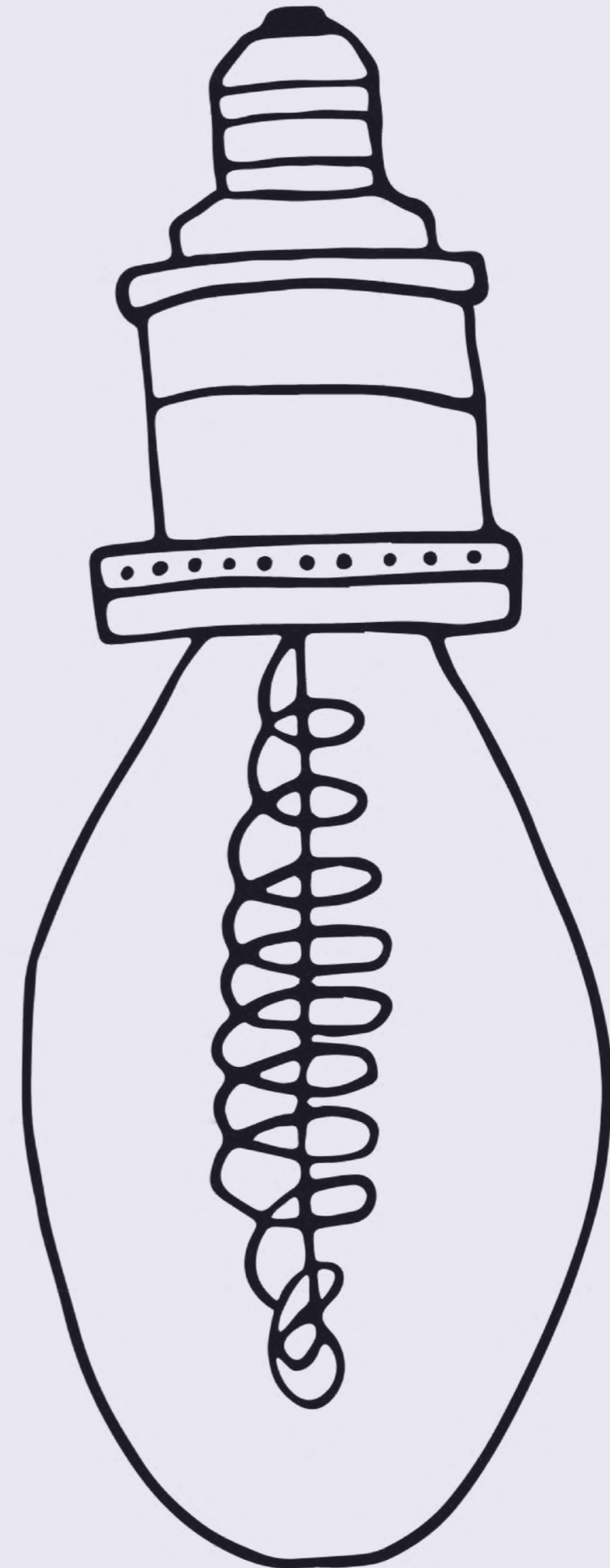
Los trabajadores de todos los sectores deberán poder identificar y analizar problemas nuevos y complejos y luego crear soluciones innovadoras que funcionen sobre el terreno. La política local es un ejemplo de uno de los campos en los que esta habilidad podría utilizarse más eficazmente.

Habilidades de enseñanza y educación

Los docentes y formadores tendrán que incorporar en sus cursos las habilidades necesarias para una economía verde y, por lo tanto, es posible que deban volver a capacitarse para ese fin. Se necesitarán trabajadores calificados para desarrollar cursos de alfabetización ambiental e impartir el creciente número de cursos de conciencia ambiental que serán necesarios.

Habilidades de justicia ambiental

La intersección entre los derechos humanos y los derechos ambientales es más importante que nunca, ya que el mundo enfrenta un legado de injusticia racial y social que ha contribuido a la contaminación y a la mala salud ambiental y pública. Comprender los cambios de políticas y los procesos judiciales, así como la historia, ayudará a garantizar que no estemos condenados a repetir los mismos errores. Las ciencias sociales, la antropología y las ciencias políticas serán campos que incorporarán cada vez más una dimensión ambiental.





Nivel 1

Vota por candidatos con políticas ambientales sólidas si es elegible para hacerlo. Participar en las elecciones es la forma formal de expresar apoyo a un candidato y su plataforma. La votación permite a los ciudadanos elegir futuros líderes e influir en las decisiones gubernamentales. Las elecciones pueden afectar su calidad de vida. La generación más joven de votantes necesita emitir su voto para decidir su futuro.

Participa en eventos públicos como foros públicos, reuniones de consulta pública y debates públicos para comprender mejor las preocupaciones de su pueblo, ciudad, región, país o el mundo. Puedes aprovechar esta oportunidad para expresar tus propias inquietudes e intercambiar ideas sobre soluciones (Taft y Gordon 2013). Las protestas, manifestaciones y huelgas no violentas también son una forma impactante de transmitir tu mensaje y conocer personas con ideas afines.

Nivel 2

Participa en actividades de voluntariado.

El voluntariado puede ayudarte a desarrollar habilidades interpersonales y sociales. También puede ayudarte a adquirir experiencia laboral y hacer contactos (Perry y Thomson 2015). Por ejemplo, podrías ser voluntario en organizaciones no gubernamentales, otras organizaciones locales o actividades de educación ambiental. Participe en un programa de capacitación para asegurarse de que tiene la comprensión adecuada y puede ser una influencia real en los asuntos públicos y pensar críticamente, con tantas herramientas de pensamiento como sea posible a su disposición. Los componentes de una educación cívica incluyen conocimiento cívico, habilidades cívicas (conocimiento de los sistemas políticos) y disposición cívica (Hatcher 2011).

Únete a un partido político con una sólida plataforma ambiental. Participar en política es una forma poderosa de expresar sus opiniones. También puede presentarle a políticos y otras personas influyentes. Incluir a los jóvenes en los partidos políticos conduce a una democracia más fuerte al proporcionar una plataforma para las voces de los jóvenes y reflejar sus intereses de manera más amplia (Taft y Gordon 2013). Unirse a un partido político es una excelente manera de participar en la toma de decisiones políticas y proponer soluciones concretas a los problemas ambientales que su comunidad pueda estar enfrentando.

Reúnase con el miembro del consejo local y el miembro del parlamento/cámara de representantes para discutir la sostenibilidad y las formas de mejorar el medio ambiente.

Es necesario persuadir a su país de la importancia de tener un **representante de la juventud en su delegación** ante la Asamblea General de las Naciones Unidas (Departamento de Asuntos Económicos y Sociales de las Naciones Unidas, 2019). Una vez que se haya establecido dicho puesto, se debe iniciar un proceso de selección.

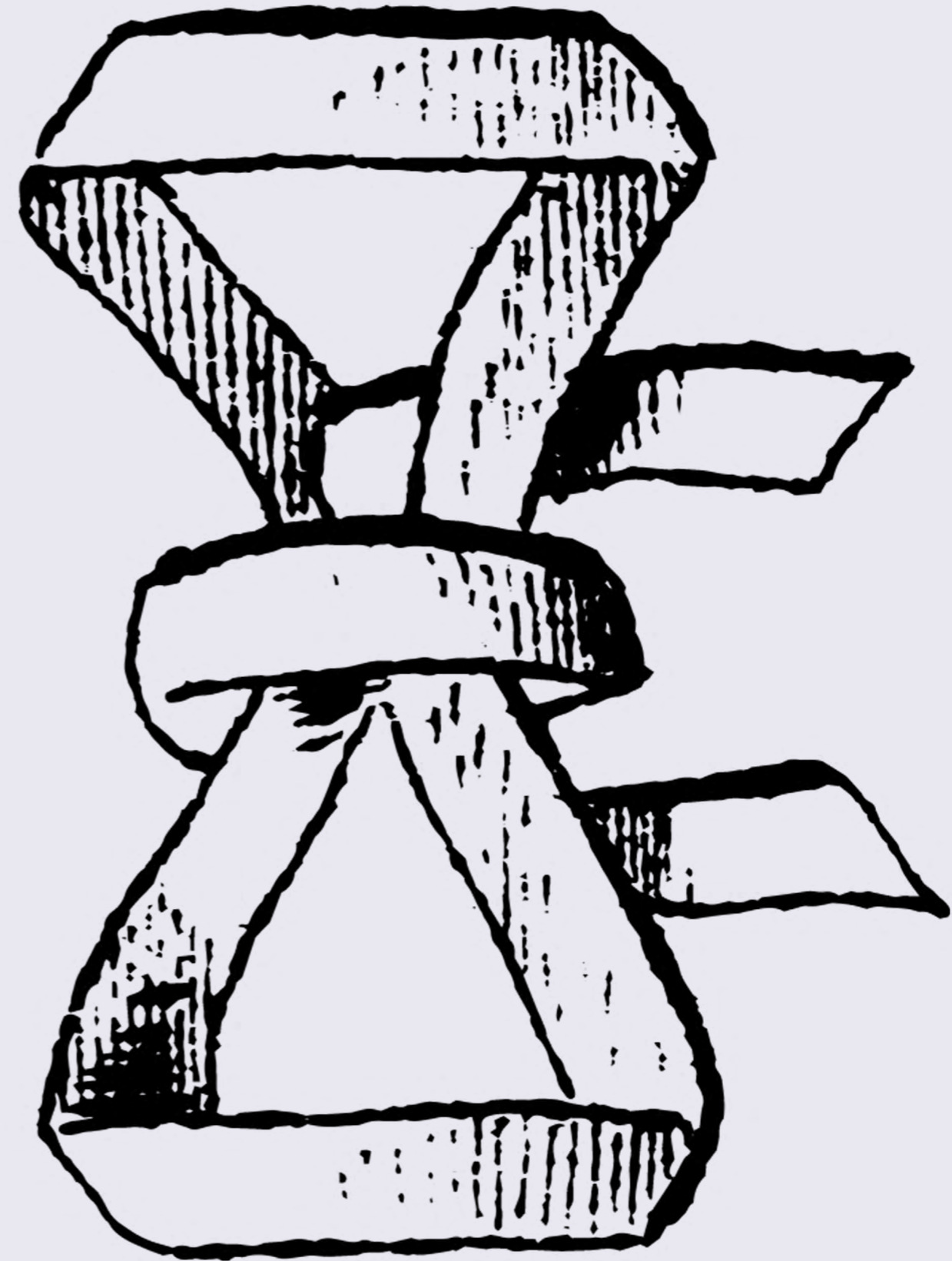
Nivel 3


Postúlate para un cargo y sé el iniciador. Puedes asumir la responsabilidad de iniciar nuevas acciones en varios niveles, dentro de tu comunidad o fuera de ella.

Implementa campañas para difundir el mensaje entre tus pares, animándolos a estar mejor informados sobre sus derechos mientras utiliza herramientas de comunicación como las redes sociales, la radio local, la prensa y eventos especiales de manera efectiva.

Lanza programas de desarrollo de capacidades para compartir tu experiencia y multiplicar acciones.

Toma la iniciativa y diseña tus propias acciones colectivas.

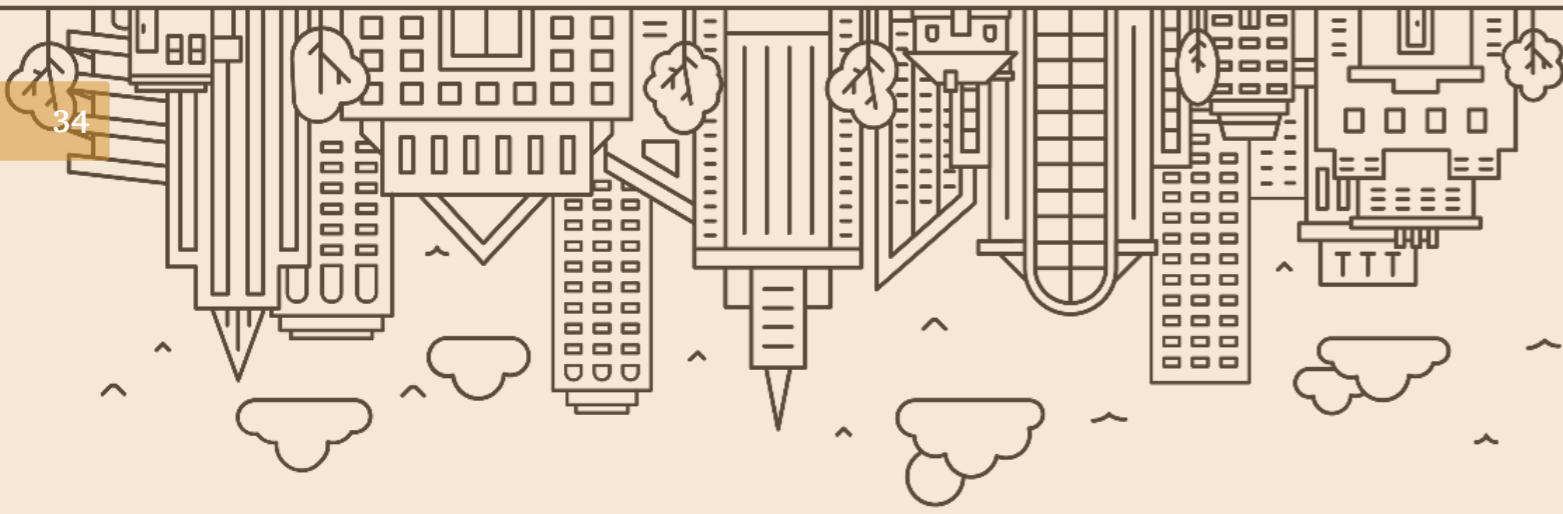




Las habilidades verdes urbanas se refieren a las competencias necesarias para la adaptación general a la nueva normalidad de vida en las ciudades y pueblos, mientras se lucha por mantener una huella de carbono baja a través de formas respetuosas con el medio ambiente de realizar las actividades diarias.

Las ciudades son diversos lugares de intercambio, que interactúan continuamente tanto internamente como con otros lugares.

Es a través de estas interacciones que la innovación urbana es posible. En este proceso, las ciudades pueden transformar significativamente sus propios entornos y sociedades y al mismo tiempo impactar lugares más allá de su entorno urbano inmediato.

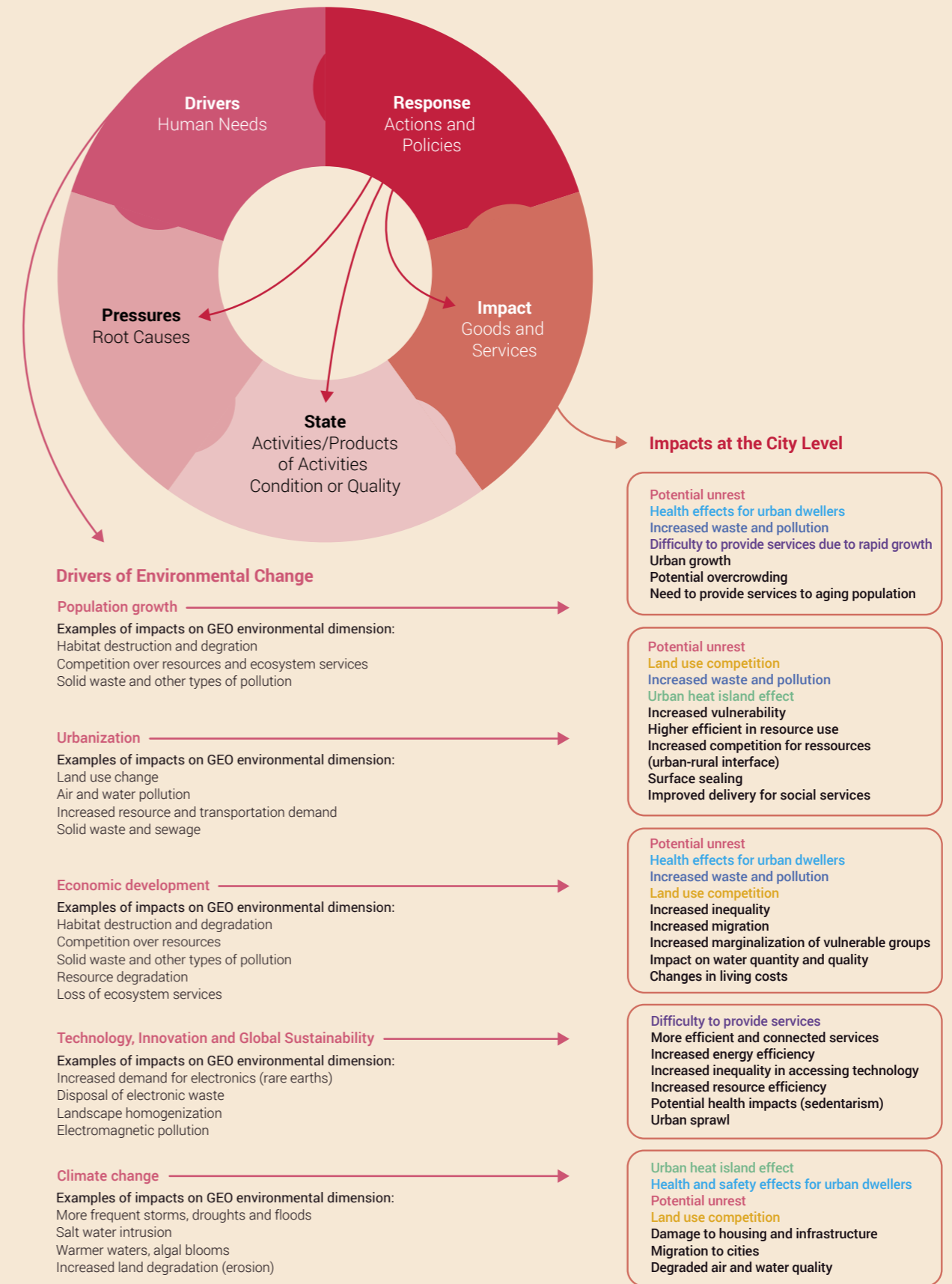


Si bien las regiones urbanas del mundo suelen considerarse los centros económicos que impulsan la globalización, los efectos adversos (agravados desde la revolución industrial) sumados a los efectos indirectos nos han vuelto vulnerables a numerosos fenómenos climáticos.

A menudo, las calamitosas migraciones masivas, los desequilibrios económicos y los disturbios alimentaron cambios sociales desenfrenados.

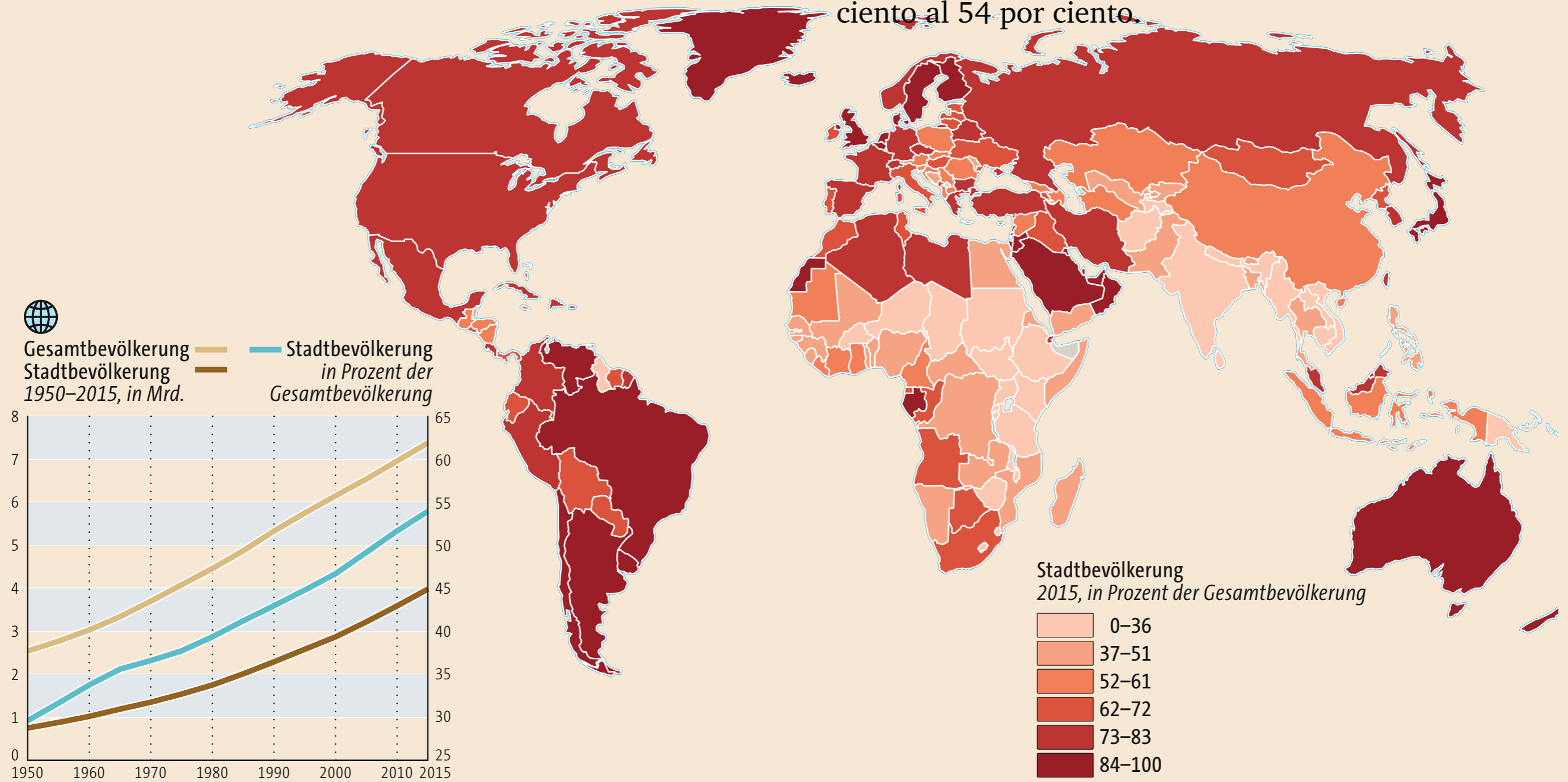
Esta primera sección del capítulo profundiza en los problemas de urbanización que encontramos hoy en día, aunque descritos brevemente. Le ayudarán a realizar las secciones que siguen en este capítulo.

EL IMPACTO DE LA URBANIZACIÓN



Fuente: United Nations Environment Programme and United Nations Human Settlements Programme (UN-Habitat) (2021). Global Environment for Cities-GEO for Cities: Towards Green and Just Cities. UNEP, Nairobi. (page 46)

El mapa muestra la **urbanización** del mundo con la mayoría de la población viviendo en centros urbanos.



En el período comprendido entre 1975 y 2015 se produjo un enorme crecimiento de la población urbana mundial: la población rural mundial aumentó en 488 millones, mientras que la población urbana mundial creció en casi 2.400 millones. Esto significó que la proporción urbana de la población mundial aumentó del 38 por ciento al 54 por ciento.

A medida que el entorno cambia en todo el mundo, algunas de las condiciones bajo las cuales las ciudades se han desarrollado y funcionado se están transformando.

Aire

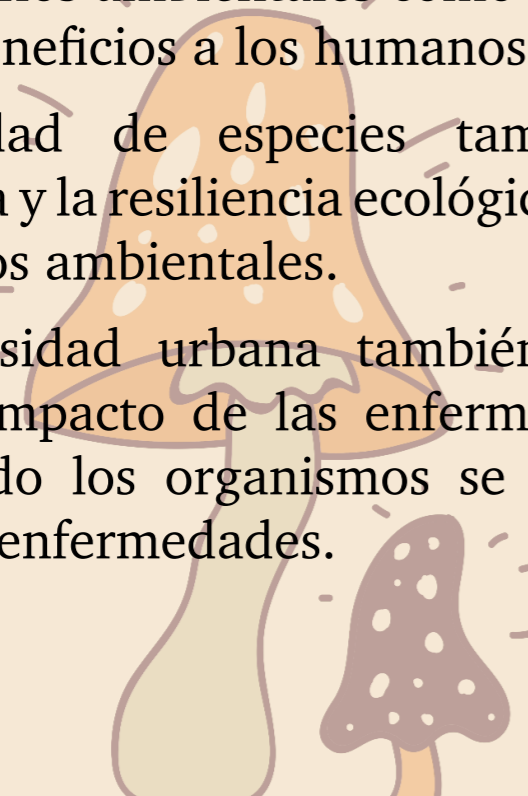
La atmósfera no tiene fronteras y sus patrones de circulación la convierten en uno de los principales integradores del sistema Tierra. Esto significa que los cambios ambientales globales –tanto cercanos como lejanos– impactan la calidad del aire y el clima de las ciudades.

Biodiversidad

La biodiversidad está directamente relacionada con la calidad de vida de los ciudadanos urbanos, proporcionando una multitud de beneficios para los humanos a partir de los servicios de los ecosistemas y las contribuciones de la naturaleza a las personas. Es clave para mantener ecosistemas funcionales, adaptarse a otros desafíos ambientales como el cambio climático y brindar beneficios a los humanos.

La diversidad de especies también respalda la redundancia y la resiliencia ecológica y funcional frente a los cambios ambientales.

La biodiversidad urbana también puede ayudar a reducir el impacto de las enfermedades infecciosas, como cuando los organismos se aprovechan de los vectores de enfermedades.



Agua dulce

Las ciudades y sus dimensiones ambientales del desarrollo sostenible dependen del acceso a recursos de agua dulce suficientes y seguros. Esto explica por qué las ciudades históricamente se han desarrollado cerca de cuerpos de agua dulce.

Muchas ciudades enfrentan desafíos para adaptarse a una escasez de agua cada vez más frecuente como resultado de un crecimiento urbano rápido y no planificado y una gestión inadecuada del agua. Esta tendencia se ve exacerbada por los cambios en las precipitaciones provocados por el cambio climático. La deforestación y otros cambios en el uso de la tierra en las cuencas hidrográficas de las ciudades están presionando aún más el suministro de agua urbano y aumentando la intensidad de las inundaciones.

Estas presiones han generado tensiones entre los usuarios de agua urbanos y rurales, especialmente teniendo en cuenta que la agricultura representa un promedio del 70 por ciento de las extracciones mundiales de agua dulce.

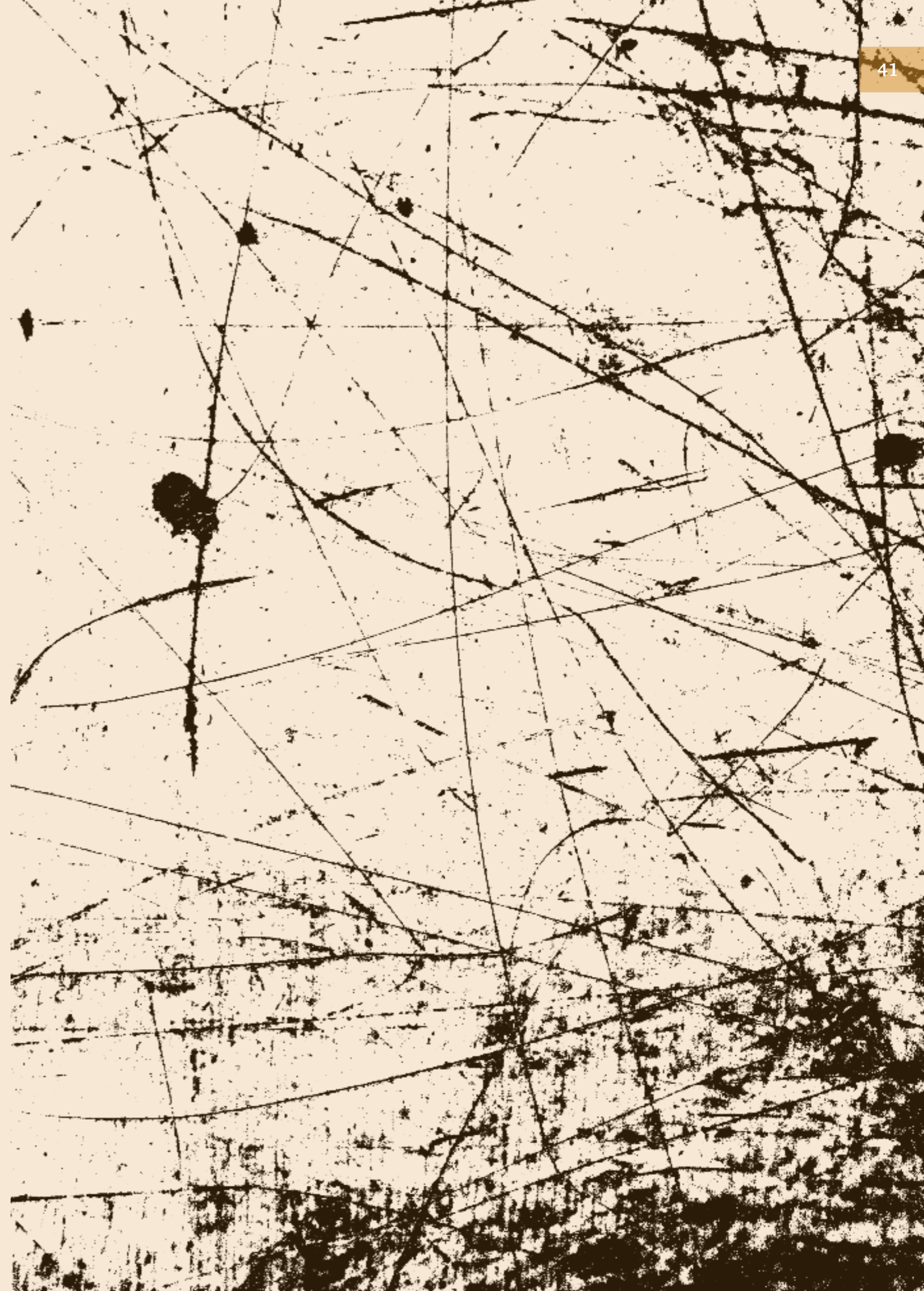
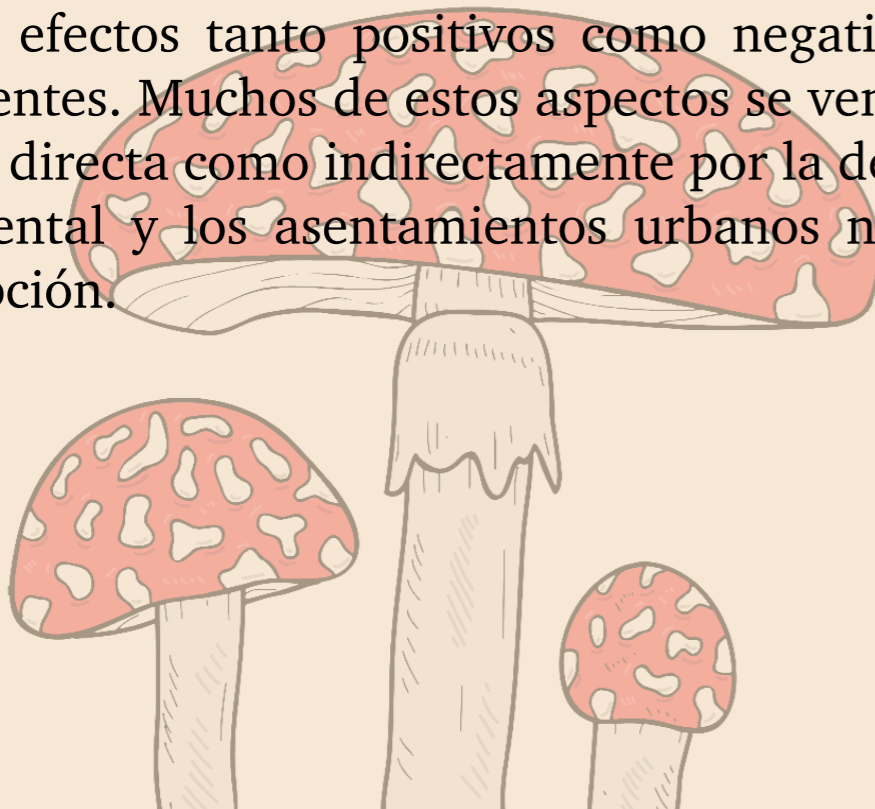


Océanos y Costas

Se estima que más de 700 millones de personas viven en zonas urbanas o cuasiurbanas situadas a 10 metros o menos sobre el nivel del mar. Estas comunidades costeras son cada vez más vulnerables a los efectos del cambio climático inducido por el hombre. Se prevé que los aumentos del nivel medio del mar y los fenómenos meteorológicos extremos continúen durante todo el siglo y más allá.

Tierra y suelo

Como centros de actividad humana, las ciudades necesitan recursos terrestres, como alimentos, forraje, fibras y productos forestales, que dependen principalmente de superficies terrestres más allá de sus límites. El suelo en las zonas urbanas y fuera de ellas también puede verse afectado significativamente por las decisiones de planificación urbana, que pueden tener efectos tanto positivos como negativos en los residentes. Muchos de estos aspectos se ven afectados tanto directa como indirectamente por la degradación ambiental y los asentamientos urbanos no son una excepción.



A pesar de su diversidad, las ciudades tienen similitudes subyacentes que permiten reinventarlas colectivamente y, en última instancia, transformarlas. Aprovechando estas similitudes y reconociendo la diversidad, la tarea es diseñar vías y prácticas de transformación integradas con el poder de generar resultados deseables en materia de clima, medio ambiente, salud humana, bienestar y equidad.

Para ser parte de la solución, las ciudades del futuro deben abordar ámbitos clave de la vida urbana y la acción colectiva: la sostenibilidad ambiental, económica y social y la gobernanza inclusiva.

Las ciudades son sistemas dinámicos complejos y no existe una manera perfecta de dividir sus actividades, problemas o prescripciones políticas relacionadas. Las tres dimensiones se centran en los flujos de energía y materiales; forma urbana (uso del suelo y patrones de actividad); y comportamientos de los individuos e instituciones que orquestan la vida urbana.

CIUDADES DEL FUTURO

Dimensión 1: Ciudades circulares netas cero

Altering energy and material flows to significantly reduce natural resource extraction, and achieve near net-zero greenhouse gas emissions and other forms of pollution and waste.

Dimensión 2: Ciudades resilientes y sostenibles

Cambiar la forma urbana para proteger las poblaciones y los lugares urbanos vulnerables de la degradación ambiental, los impactos del cambio climático y los eventos extremos, incluidos los desastres asociados y los peligros cotidianos.

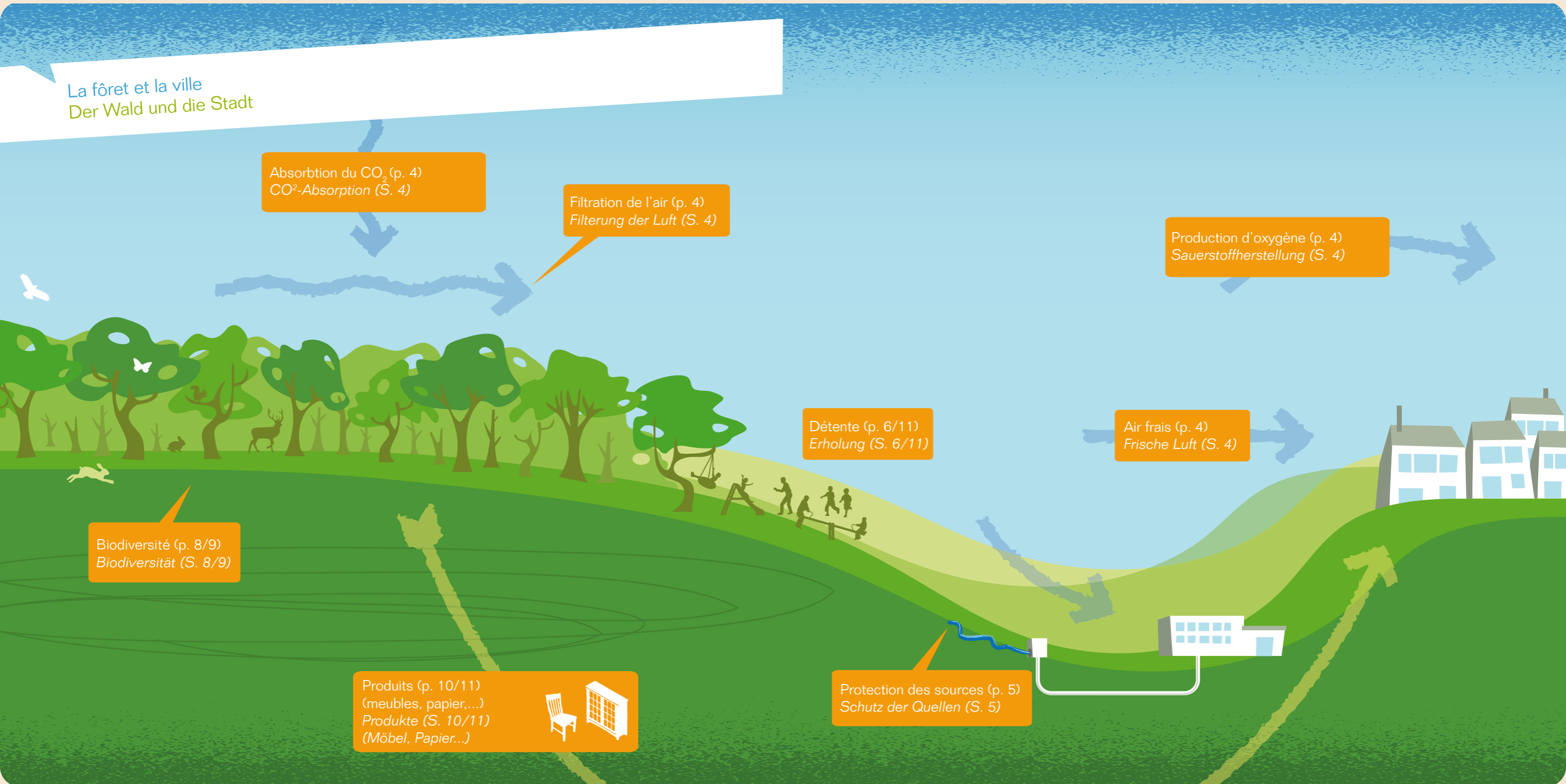
Dimensión 3: Ciudades inclusivas y justas

Inculcar comportamientos individuales, colectivos e institucionales y marcos de gobernanza que incluyan a todos los residentes urbanos, la naturaleza urbana y la biodiversidad, considerando al mismo tiempo la justicia entre generaciones.

Las siguientes secciones profundizan en ciertos aspectos individuales de las tres dimensiones mencionadas anteriormente, que se relacionan con los individuos como actores del cambio local.

Una excelente representación realizada por la ciudad de Luxemburgo que destaca la importancia de los bosques para las zonas urbanas.

Es notable el papel económico, regulador, purificador y protector que desempeñan los bosques para mantener la biodiversidad y garantizar que las áreas urbanas sigan siendo habitables.





GESTIÓN DE RESIDUOS

La gestión de residuos es uno de los servicios públicos esenciales que sustentan la sociedad en el siglo XXI, particularmente en las zonas urbanas. La gestión de residuos es una necesidad humana básica y también puede considerarse un “derecho humano básico”.

Garantizar un saneamiento adecuado y una gestión de residuos sólidos va junto con el suministro de agua potable, vivienda, alimentos, energía, transporte y comunicaciones como elementos esenciales para la sociedad y la economía en su conjunto. A pesar de esto, el perfil público y político de la gestión de residuos es a menudo más bajo que el de otros servicios públicos.

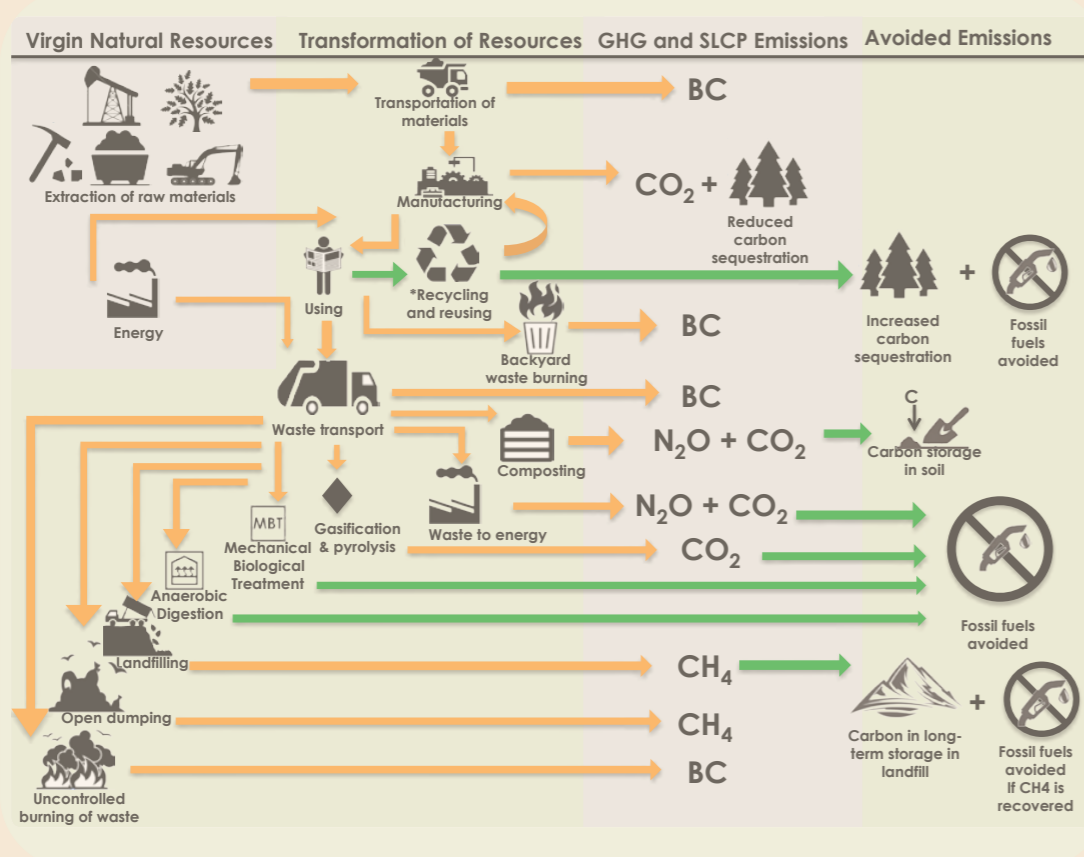
Salud pública: La ausencia de un servicio de recolección de residuos sólidos tiene un impacto directo en la salud de los residentes, particularmente de los niños. La quema incontrolada de residuos genera emisiones de partículas y contaminantes orgánicos persistentes que son muy perjudiciales a nivel local y global.

Contaminación ambiental: Los vertederos en tierra pueden contaminar tanto las aguas superficiales como las subterráneas. Estos sitios suelen estar junto a ríos o al mar y, por lo tanto, pueden contaminarlos directamente, así como el medio ambiente costero. La erosión de los vertederos costeros es una fuente de basura marina.

Gestión de residuos a gestión de recursos

Muchos países desarrollados han logrado grandes avances en la gestión de residuos, particularmente desde que el medio ambiente entró en la agenda internacional en la década de 1960, y hay muchos ejemplos de buenas prácticas disponibles de los cuales los jóvenes de hoy pueden aprender.

El objetivo es trasladar el pensamiento fundamental de la "eliminación de residuos" a la "gestión de residuos" y de los "residuos" a los "recursos"; de ahí la terminología actualizada "gestión de residuos y recursos" y "gestión de recursos", como parte del "economía circular".



Fuente: Global Waste Management Outlook, United Nations Environment Programme (UNEP) 2015

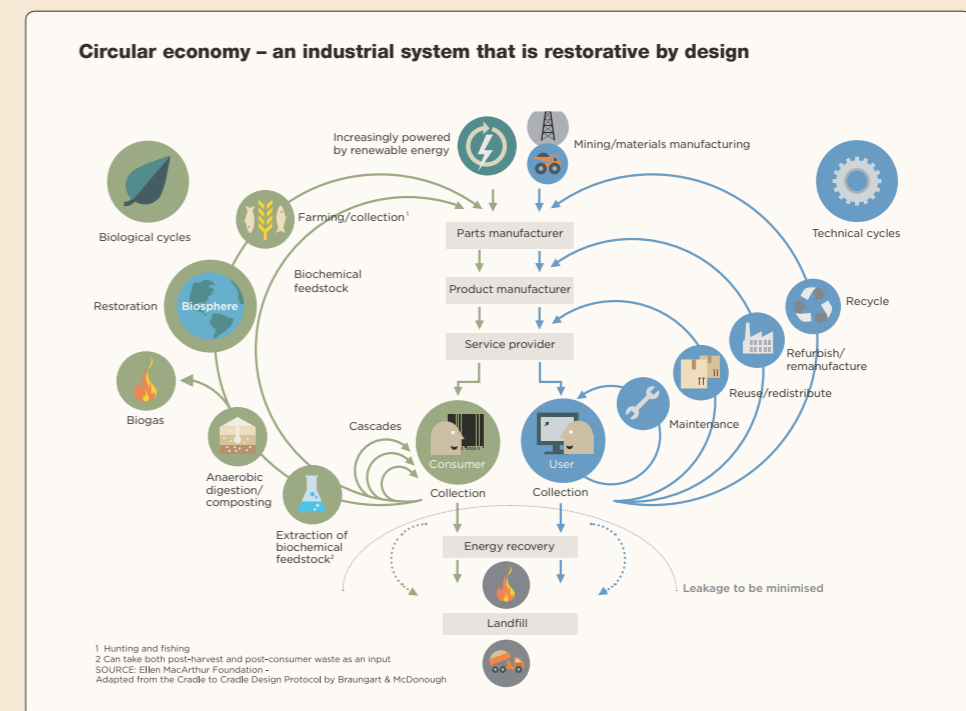
Where we are coming from: The linear economy and waste management



La entrada al desarrollo sostenible

La gestión de residuos es una cuestión transversal que repercute en muchos aspectos de la sociedad y la economía. Tiene fuertes vínculos con una variedad de otros desafíos globales, como la salud, el cambio climático, la reducción de la pobreza, la seguridad alimentaria y de los recursos, y la producción y el consumo sostenibles. Los argumentos políticos a favor de la acción se fortalecen significativamente cuando la gestión de residuos se considera un punto de entrada para abordar una serie de cuestiones de desarrollo sostenible, muchas de las cuales son difíciles de abordar.

Where we need to get to: Resource management within a circular economy

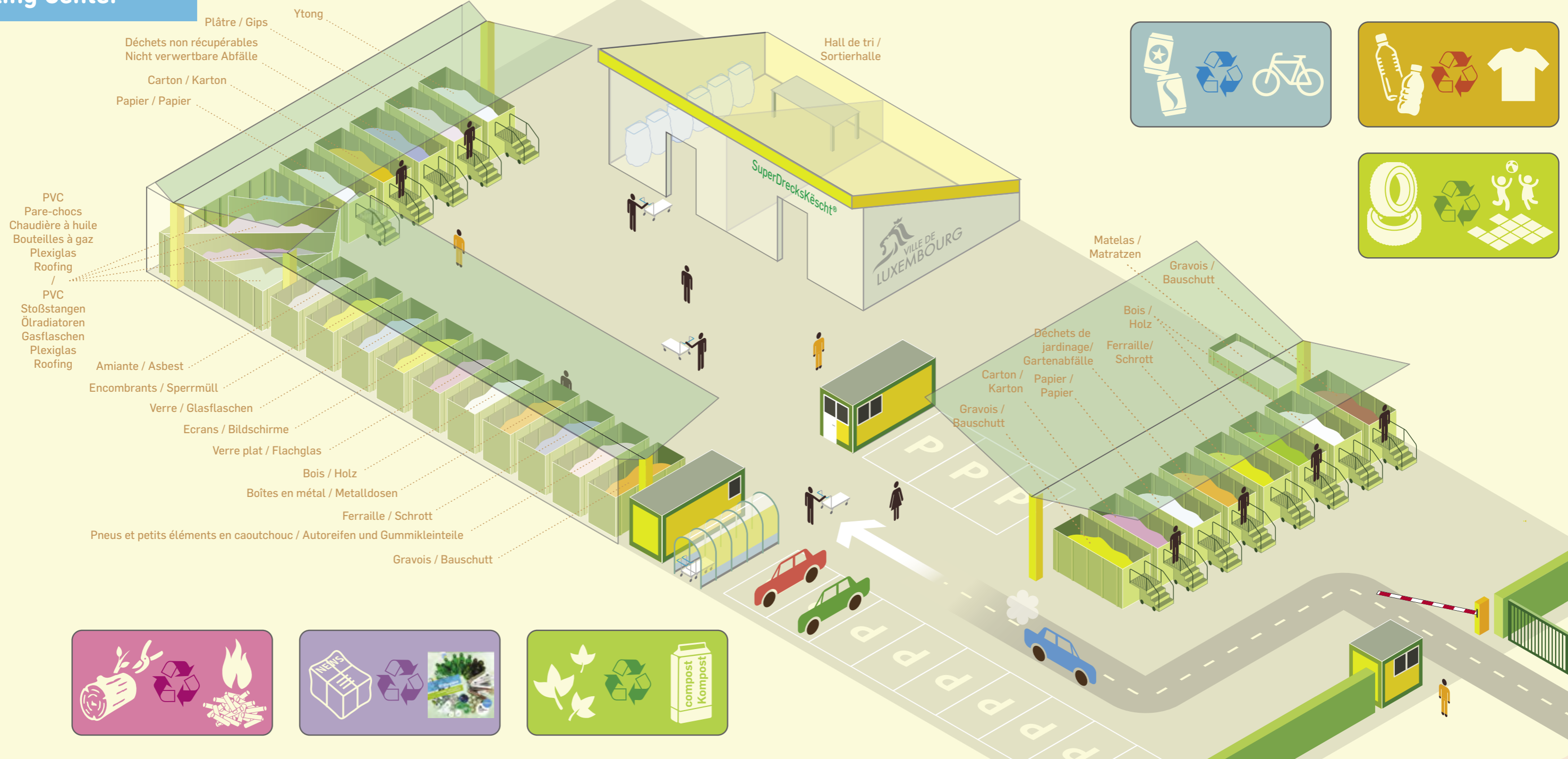


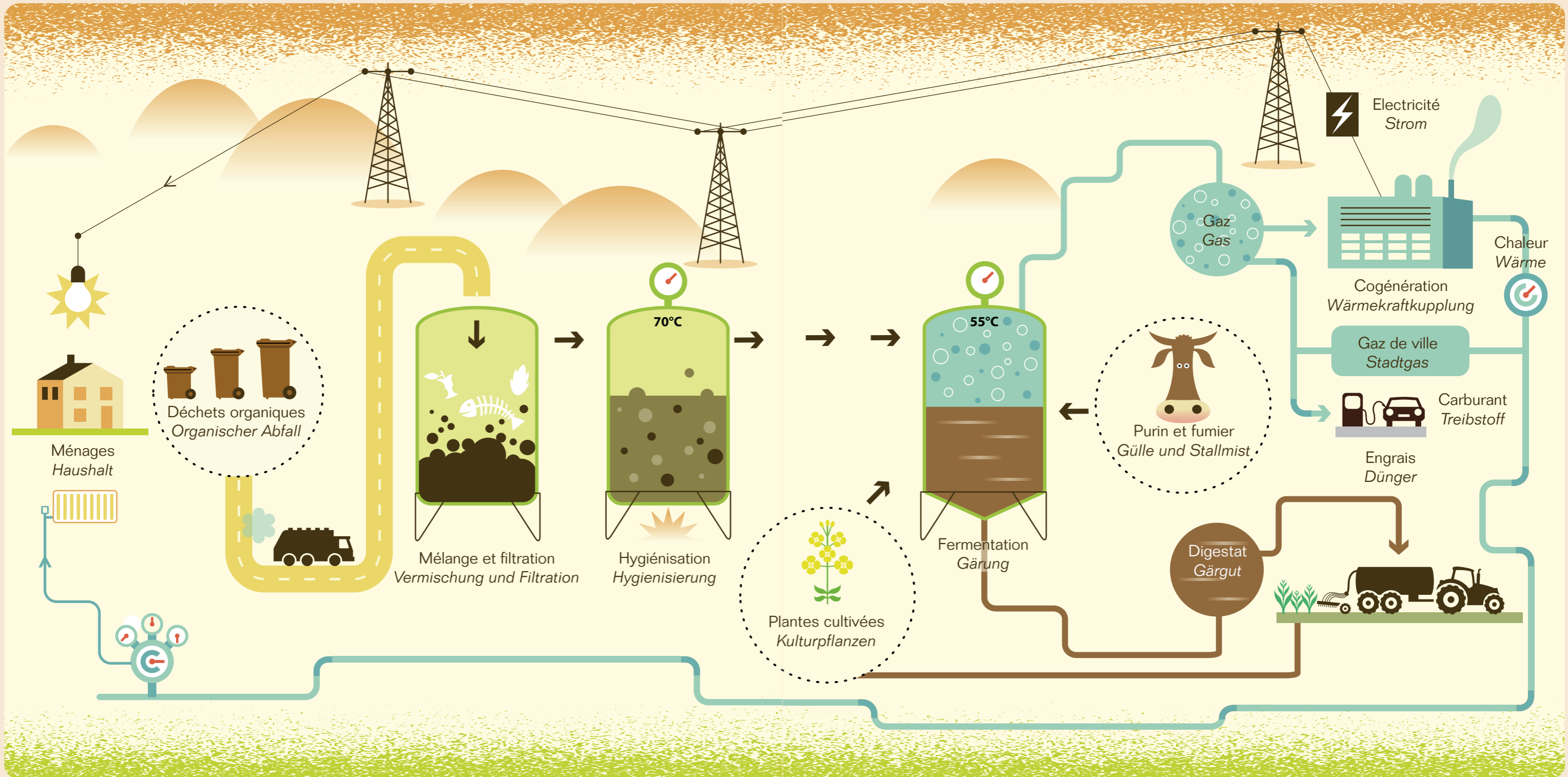
Fuente: Global Waste Management Outlook, United Nations Environment Programme (UNEP) 2015

El diagrama destaca las múltiples facetas de la clasificación de nuestros residuos. Luego, cada uno de estos elementos se puede tratar de la

manera correcta para reutilizarlos o eliminarlos de la manera correcta que sea respetuosa con el medio ambiente.

Recycling Center





Los residuos orgánicos también se pueden reutilizar y revalorizar. Cuando se hace a gran escala, las ciudades necesitan la logística adecuada para garantizar que sea eficaz y eficiente.

Fuente: Ville de Luxembourg. ECOlogique 2010/2 (Das Umweltmagazin der Stadt Luxemburg). Déchets organiques.

Soluciones urbanas para reducir el desperdicio de alimentos

Alrededor del 70 por ciento del consumo de alimentos se produce a nivel urbano. Los expertos dicen que los gobiernos municipales pueden ayudar a crear sistemas alimentarios circulares creando conciencia sobre la pérdida de alimentos, promoviendo la agricultura urbana, brindando servicios gratuitos de reciclaje de desechos de alimentos y prohibiendo los desechos orgánicos en los vertederos.

Algunos consejos:

- Come tus sobras
- Compra y cocina la cantidad adecuada.
- Compra en pequeñas tiendas en cantidades más precisas
- Utiliza una medida de taza para obtener el tamaño correcto de las porciones
- Programa un día para cocinar las sobras del frigorífico, un 'ratatouille' antes de reponer existencias
- Compartir el exceso de comida con amigos y vecinos, especialmente antes de salir de viaje.
- Cultivar frutas y verduras
- Encurtir los excedentes de verduras si tienes huerto.
- Compostaje de restos no comestibles

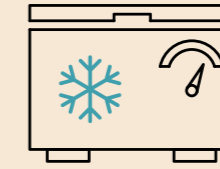


En casa, en la cocina



Limita las repetidas aperturas de la puerta del frigorífico...

... y no pongas nada caliente dentro. Es simple: cuanto menos funciona el compresor, menos electricidad consume.



No olvides descongelar el congelador periódicamente.

Una capa de hielo de 5 mm aumenta el consumo de energía aproximadamente un 30%.



La tapa de la sartén evita el desperdicio de calor.

Consejo: Utiliza el calor residual, apagando la estufa justo antes de cocinar la comida.



Cuanto más grande sea el dispositivo, mayor será el consumo de electricidad.

Para reflexionar: "¿Qué herramienta puede realizar mi tarea de la manera más sostenible?"



Llena el lavavajillas al máximo y utiliza el modo 'eco'.

Descalcificar periódicamente. ¡Así la máquina dura más y consume menos energía!

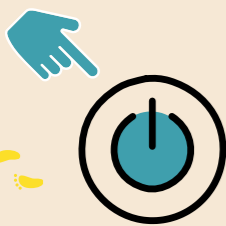
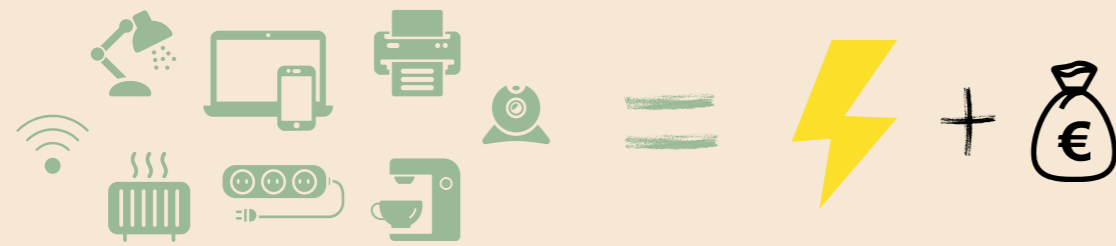


Los electrodomésticos de cocina sucios consumen mucha energía.

A evitar: heladas en el congelador, incrustaciones en el hervidor...

ECONOMIZAR ENERGÍA

En el trabajo



Apaga completamente los dispositivos electrónicos inactivos. ¡Incluso en modo de espera, consumen energía!

Consejo: utilice extensiones multipin con interruptores.



¿El clima se está volviendo más cálido? ¿En la oficina también?

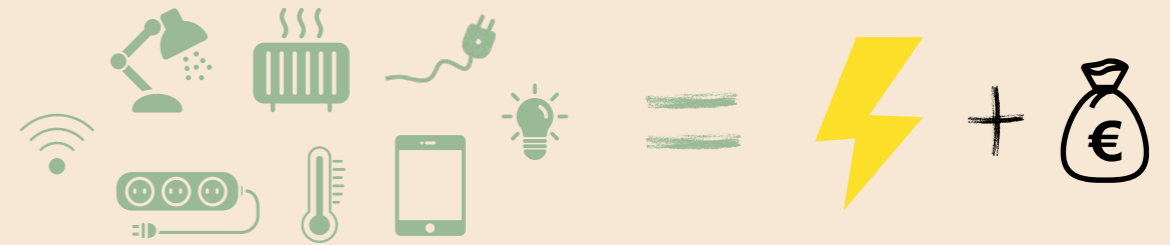
Baja la calefacción, porque cada grado menos ahorra hasta un 7% de energía.



¡Que alguien apague las luces, por favor!

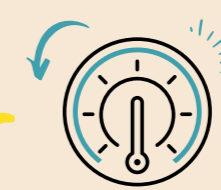
La luz del día es saludable y elimina la necesidad de iluminación eléctrica, especialmente en verano. PD: mantenga las ventanas despejadas.

En casa, en el salón



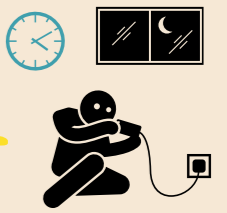
Apaga las luces cuando salga el sol.

La luz del sol es saludable y gratuita, ¡intenta tener las cortinas abiertas! Por la noche, no olvides apagar la electricidad.



Bajar la calefacción (y ventilar eficazmente).

Dormir en una habitación sobrecalentada puede provocar dolores de cabeza e inquietud. Para airear, abra las ventanas durante unos 5 a 30 minutos.



Limitar el tiempo en aplicaciones de streaming. Internet consume mucha energía.

Regla general: apagar todas las pantallas antes de acostarse.



Adoptar una navegación más ecológica en la red.

Por ejemplo, limitar el número de pestañas abiertas, reducir el tamaño de los archivos enviados, salvo que el cliente necesite archivos de mayor tamaño...



Busca reducir la cantidad de electrodomésticos.

Impresoras y cafeteras individuales no tienen sentido... La comunidad es el camino a seguir.



Fomento las reuniones por videoconferencia...

... cuando permitan evitar desplazamientos excesivamente largos y que consuman mucha energía, especialmente en coche o en avión.



Utiliza plantas de interior como acondicionador de aire natural.

Además, filtran el aire, descomponen los contaminantes y convierten el dióxido de carbono en oxígeno.



Opta por una manta calentita en invierno y sábanas ligeras en verano...

... para estar cómodo sin depender tanto del sistema de calefacción, ventilación y aire acondicionado.



Antes de dormir, pon mi teléfono en modo avión...

... ¡o apágalo por completo! De esta forma la batería no se descarga evitando las olas durante la noche.



¿CÓMO ES UN DÍA SOSTENIBLE?

¡Empezando el día, de forma sostenible!

Desde el momento en que estiras los brazos sobre la cabeza para levantarte de la cama hasta el momento en que te vas a dormir, tu día se compone de una serie de decisiones.

Comprometerse a tomar decisiones sostenibles puede requerir práctica, pero al final vale la pena, vivirás una vida más saludable y contribuirás a un planeta más saludable.

Comenzando el día...

- Cierra el grifo mientras te cepillas los dientes o te lavas la cara
- ¿Puedes tomar una ducha o un baño más corto y más frío? ¡Intentalo! ¿Qué tal instalar un cabezal de ducha más eficiente?
- A menos que estés hirviendo una tetera para toda la casa, intenta calentar sólo lo que necesites para tu bebida matutina. Vea si su tienda local ofrece productos orgánicos o de comercio justo; no sólo son buenos para el planeta sino que también apoyan a las comunidades en regiones en crecimiento.
- Mejor aún, haz dos tazas y llévate una en una taza reutilizable; Ahorrarás dinero y

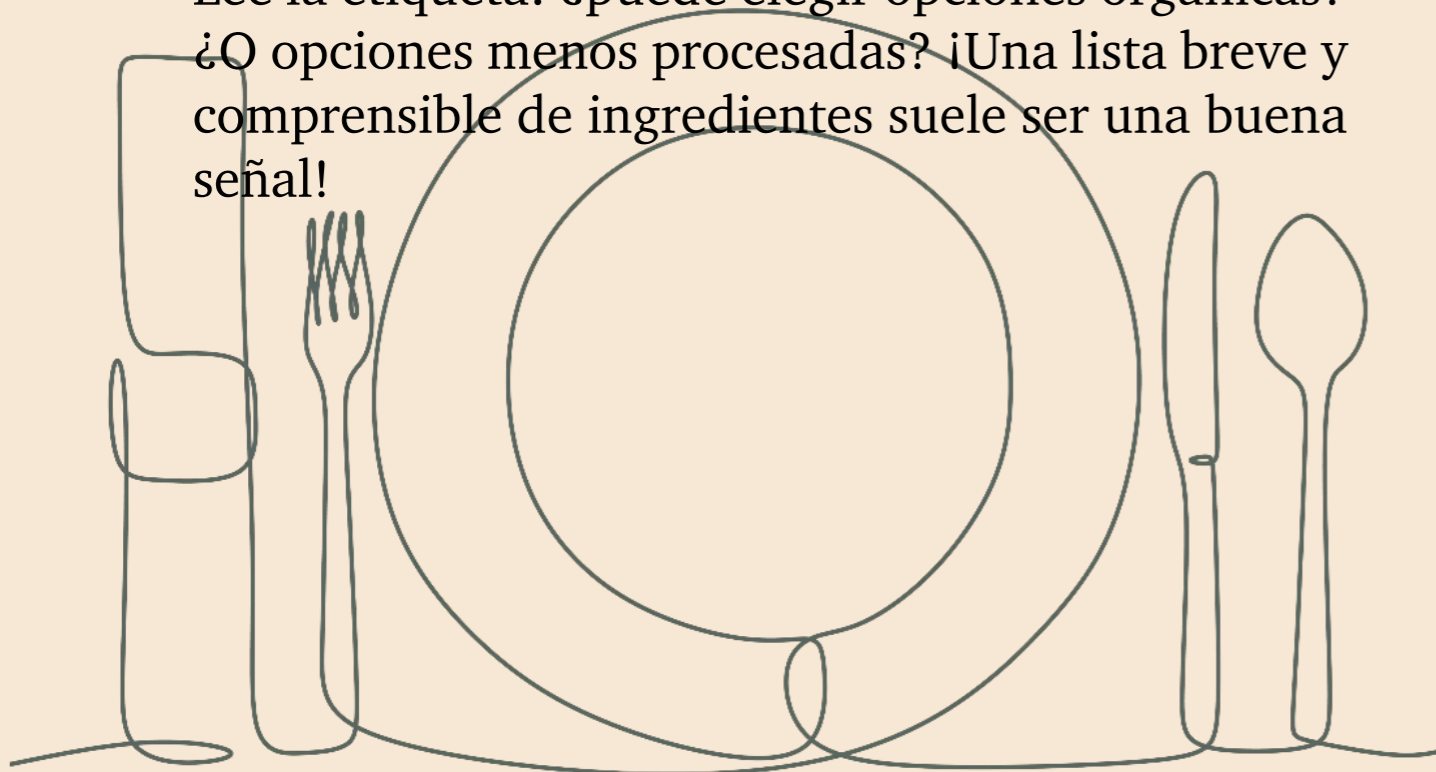


- protegerás el medio ambiente. No olvides empacar tu almuerzo y una botella de agua.
- Consulta el clima antes de ir; una bufanda o un suéter es mejor que los calentadores en el invierno, y las capas ligeras hacen soportable el calor del verano en lugar del aire acondicionado.
 - Algunos de nosotros podemos caminar, andar en bicicleta o utilizar el transporte público para llegar a nuestro destino. Si eres una de esas personas afortunadas, ¡bien por ti! Avanza. Si debe conducir, ¿puede viajar en coche compartido o compartido? En un coche, cuatro pasajeros viajan mejor que uno.
 - Al salir, asegúrate de haber apagado todas las luces. Y por mucho que te pida tu perro o gato, ¡no dejes la televisión encendida en todo el día!

Cuando el hambre muerde...

La sostenibilidad a veces requiere equilibrar su presupuesto con su compromiso con el medio ambiente y hacer concesiones. De esa manera, nos enfrentamos a algunas de nuestras decisiones más importantes cuando vamos a comprar alimentos. ¿Fresco o congelado? ¿Importado o local? ¿Verduras o barras de chocolate? Tenemos el control de las cosas que ponemos en nuestro cuerpo y podemos utilizar esas opciones alimentarias para dar forma a la economía global. ¡No olvides tus bolsas reutilizables!

- Es útil hacer una lista antes de ir a la tienda, para que no te sientas tentado por cosas que quizás no necesites.
- Compra en temporada y trate de comprar productos locales.
- Lee la etiqueta: ¿puede elegir opciones orgánicas? ¿Opciones menos procesadas? ¡Una lista breve y comprensible de ingredientes suele ser una buena señal!

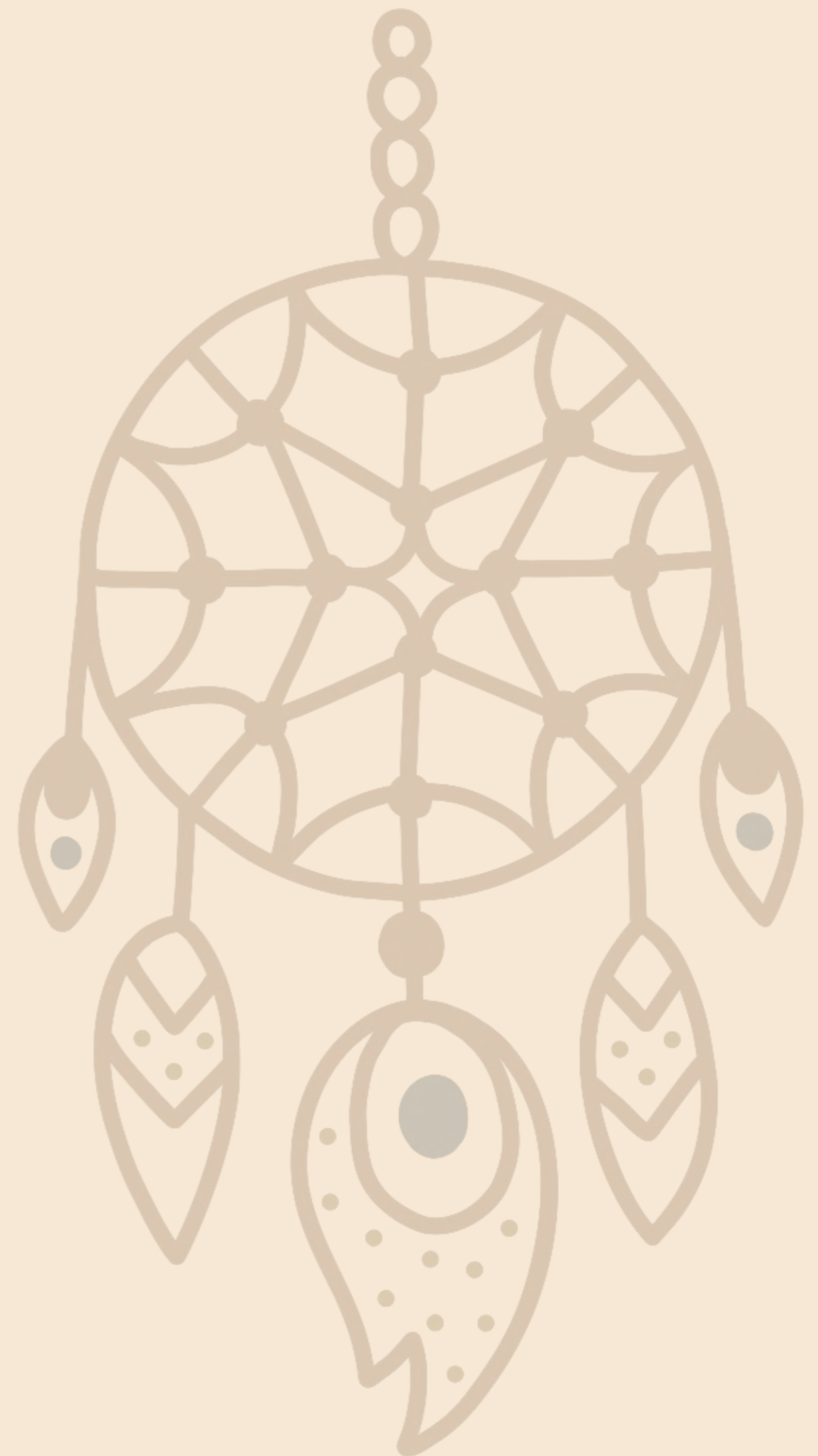


- ¿Vives cerca de un mercado de frutas y verduras frescas? Considere comprar frutas y verduras directamente de los agricultores que las cultivan. Puede que no luzcan tan perfectos como los del supermercado, pero probablemente sepan aún mejor. Además, ¡menos embalaje! Algunos lugares tienen cooperativas de alimentos, donde puedes comprar productos básicos como arroz, harina, azúcar y avena al por mayor. Puedes traer tus propios contenedores y comprar sólo lo que necesites. También fomentan el voluntariado para que puedas conocer tu comunidad alimentaria local.
- ¿Vives en un lugar que permite el compostaje? Todo lo que necesitas es un contenedor con tapa y un lugar para tirarlo en el jardín. La rica tierra que emerge del abono se puede utilizar para nutrir su propio huerto o huerto de hierbas.
- La comida para llevar puede ser muy sabrosa pero también muy desperdiciadora. Si puedes, pide a los repartidores que NO te den utensilios de plástico y enjuaga tus recipientes para que puedan ser reutilizados o reciclados.
- Y no lo olvides: las sobras son excelentes almuerzos. Ya sea que cocines, ordenes o salgas, no hay nada mejor que saborear esa comida al día siguiente.

Terapia de compras

Hay una razón por la que lo llaman compras: comprar cosas puede hacerte sentir bien. Pero comprar demasiadas cosas conduce a un consumo innecesario, lo que significa que muchas cosas terminan siendo desechadas. Entonces, cuando te sientes triste y solo te sirve un zapato nuevo, ¿qué tal si sales a caminar?

- La moda rápida se llama moda rápida por una razón; pasa de moda rápidamente y también se desgasta rápidamente. Lo mejor es intentar comprar ropa y zapatos de la mejor calidad que pueda.
- ¿Alguna vez has estado ahorrando? Hay muchísimos tesoros por descubrir en las tiendas y mercados de ropa de segunda mano. Puedes tener una apariencia completamente nueva por menos.
- ¡Apoya la artesanía local! Cada país tiene un estilo distintivo de vestimenta nacional y una gran cantidad de diseñadores talentosos en casa que fabrican ropa hermosa y ponible. Compre localmente y apoye el talento local: se verá bien y se sentirá bien.



Ocio

Todos estamos ocupados todo el tiempo. Por eso, en nuestro tiempo libre queremos hacer cosas que nos hagan sentir bien, descansados y capaces de estar con nuestros amigos y familiares. Ese es el momento perfecto para actividades orientadas a la sostenibilidad: hacer que las cosas divertidas que elegimos hacer con nuestro tiempo sean amigables con el Planeta.


- ¿Recuerdas ese abono que estabas haciendo? ¿Qué tal plantar un jardín? No importa cuán grande o pequeño sea tu espacio, puedes agregar un poco de vegetación. Ya sea en macetas en el alféizar de una ventana o en un balcón, o cubriendo un espacio grande en un jardín más grande, pruebe con la jardinería. Algunos lugares tienen jardines comunitarios; A ver si puedes inscribirte para recoger una pala.
- Ser voluntario para una causa en la que cree, ya sea la justicia social, los derechos de los animales, el cambio climático o cualquier otra cosa, es una forma poderosa de usar su voz en favor de la sostenibilidad. Ya sea a nivel local o nacional, en persona o en línea, involúcrate y apoya las cosas que te importan. Nada se siente mejor que ser parte de un movimiento.

- ¡Alimenta tu cerebro y levanta la voz! En una época en la que es tan fácil acceder a la información a través de libros o libros electrónicos y fuentes científicas en línea, tómese el tiempo y aprenda más sobre cuestiones ambientales. Ser conscientes de los desafíos ambientales a los que nos enfrentamos y sus soluciones nos hace sentir más cómodos al hablar de un estilo de vida sostenible con amigos y familiares.
- A todo el mundo le encantan las vacaciones. Pero si puedes quedarte más cerca de casa y llegar en transporte público, inténtalo. El transporte aéreo es el método menos sostenible para llegar de un lugar a otro. Entonces, si puedes, limita tu tiempo en el cielo. También puede compensar sus emisiones contribuyendo a los fondos de compensación de las aerolíneas.

Y para una noche de sueño perfecta...

- ¿Que cerró el grifo desde la mañana? Mismo ritual para cepillarse los dientes y lavarse la cara antes de dormir.
- ¿Tu cama es amigable con el clima? Si puedes mantener las ventanas abiertas para dejar entrar la brisa, será mucho más cómodo que el zumbido de un aire acondicionado. Si puedes poner una funda más pesada en tu cama en invierno, en lugar de usar calefacción central, es una excelente manera de estar cómodo con el planeta.





Capítulo III
Rural Outlook
Perspectiva rural



Las habilidades verdes rurales se refieren al conjunto específico de competencias y conocimientos necesarios para abordar los desafíos ambientales en las zonas rurales.

Estas habilidades son esenciales para las personas que trabajan en los sectores de agricultura, gestión de recursos naturales y desarrollo rural, ya que contribuyen a la preservación de los ecosistemas, el uso eficiente de los recursos y el bienestar general de las comunidades rurales.



Agricultura Sostenible se refiere a habilidades relacionadas con prácticas agrícolas sostenibles, como la agricultura orgánica, la permacultura o la agricultura de conservación. Estas habilidades se centran en minimizar el uso de insumos químicos, optimizar la eficiencia de los recursos, promover la biodiversidad y mejorar la salud del suelo.

Agricultura Orgánica es la capacidad de cultivar cultivos y criar ganado utilizando métodos orgánicos, lo que significa evitar el uso de productos químicos sintéticos y organismos genéticamente modificados. Este enfoque promueve la biodiversidad, la salud del suelo y la producción sostenible de alimentos. Se trata de implementar prácticas como el compost o estiércol bien descompuesto, que contribuyen a mejorar la composición y textura del suelo, su capacidad para retener agua y la disponibilidad de nutrientes esenciales.



HABILIDADES PARA LA VIDA
ECOLÓGICAS Y EMPLEO FUTURO

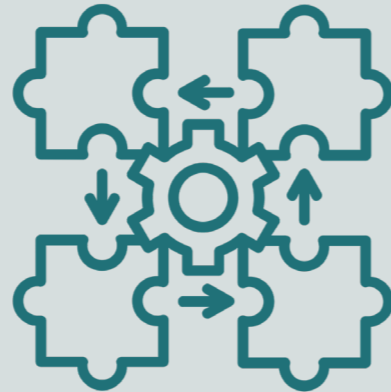
Permacultura es un enfoque holístico de la gestión de la tierra que tiene como objetivo crear sistemas sostenibles y autosuficientes imitando la eficiencia y el equilibrio que se encuentran en los ecosistemas naturales. Abarca una amplia gama de disciplinas y técnicas, incluida la agricultura, la gestión del agua, la energía, la construcción, la gestión de residuos y el desarrollo comunitario. La permacultura busca diseñar y mantener ecosistemas productivos que imiten la diversidad, estabilidad y resiliencia de los sistemas naturales. Al integrar las necesidades de las personas y el medio ambiente, la permacultura proporciona alimentos, energía, refugio y otras necesidades de manera sostenible. La permacultura se puede aplicar tanto en entornos rurales como urbanos y ofrece una caja de herramientas multidisciplinaria de soluciones para crear paisajes armoniosos y regenerativos.



Agricultura de conservación es un sistema agrícola que previene la pérdida de tierras cultivables y restaura las tierras degradadas. Promueve una cobertura permanente del suelo, una mínima perturbación y diversidad de plantas. Este enfoque mejora la biodiversidad y los procesos naturales, mejorando la eficiencia del agua y los nutrientes para la producción agrícola sostenible. Los principios de la AC se adaptan a todos los paisajes agrícolas con prácticas localmente adecuadas.

Adaptación y resiliencia al cambio climático

Habilidades para comprender los impactos del cambio climático, implementar estrategias de adaptación y desarrollar la resiliencia comunitaria. Estas habilidades implican evaluar vulnerabilidades, desarrollar infraestructura resiliente al clima y promover prácticas climáticamente inteligentes en la agricultura, la silvicultura y otros sectores.



Gestión de recursos naturales

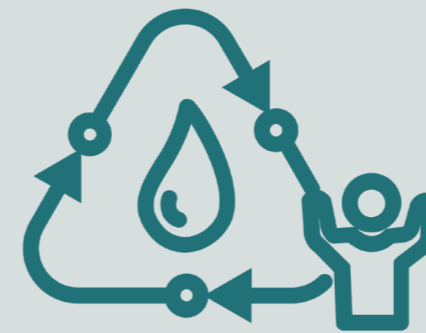
Comprender e implementar prácticas sostenibles de gestión de los recursos naturales es crucial para las zonas rurales. Esto incluye habilidades en conservación de tierras, manejo de cuencas hidrográficas, restauración de bosques, conservación de vida silvestre y prácticas sostenibles de pesca y acuicultura. La gestión eficaz de los recursos naturales garantiza su disponibilidad y beneficios a largo plazo.

Sistemas de energía renovable

Conocimiento de tecnologías de energías limpias, como la solar, la eólica y la hidroeléctrica, y su implementación en entornos rurales. Esta habilidad permite la utilización de fuentes de energía renovables para la generación de electricidad, calefacción y otras necesidades energéticas.



Administración del Agua



Comprender las prácticas eficientes de uso y conservación del agua en zonas rurales. Esta habilidad incluye la recolección de agua de lluvia, técnicas de riego, sistemas de almacenamiento y distribución de agua y la implementación de técnicas de ahorro de agua en la agricultura y los hogares. Estas habilidades ayudan a optimizar el uso del agua, prevenir la contaminación del agua y garantizar la disponibilidad de recursos de agua limpia.

Construcción e infraestructura sostenibles

Se refiere al conocimiento y aplicación de técnicas de construcción, materiales y diseño de infraestructura amigables con el medio ambiente. Esta habilidad se centra en promover la eficiencia energética, la reducción de residuos y el uso de prácticas de construcción sostenibles. Las habilidades de construcción ecológica permiten la construcción de estructuras energéticamente eficientes y ecológicas en zonas rurales. Al comprender e implementar los principios de la construcción sustentable, con estas habilidades, las personas pueden contribuir a la creación de estructuras que minimicen el impacto ambiental y maximicen la eficiencia de los recursos.

Estas habilidades son esenciales para fomentar el desarrollo sostenible en áreas rurales, donde la construcción y el mantenimiento de edificios ambientalmente conscientes pueden tener un impacto significativo en las comunidades locales y el entorno natural circundante.



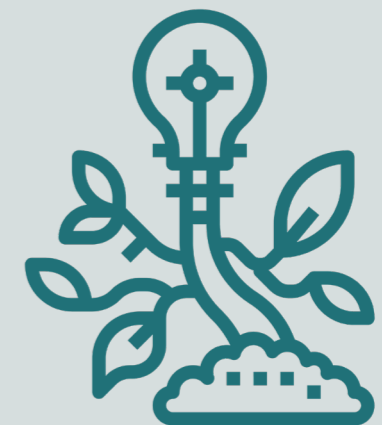
Gestión de Residuos y Reciclaje

Las habilidades en gestión de residuos y reciclaje ayudan a las comunidades rurales a adoptar prácticas sostenibles en materia de residuos. Las habilidades de

reciclaje implican comprender los sistemas de gestión de residuos y participar activamente en iniciativas de reciclaje. Esto incluye conocimientos sobre segregación de residuos, materiales reciclables, métodos adecuados de clasificación y eliminación, compostaje, sistemas de reciclaje y la promoción de principios de economía circular. La gestión eficaz de residuos reduce la contaminación, conserva los recursos y promueve un medio ambiente más limpio y saludable.

Emprendimiento Verde

Habilidades relacionadas con el establecimiento y gestión de negocios ambientalmente sostenibles en el medio rural. Estas habilidades incluyen identificar oportunidades de negocios verdes, desarrollar modelos de negocios sustentables e implementar prácticas ecológicas.





Turismo Rural Sostenible

Los destinos rurales, con su ritmo de vida más lento, sus alimentos cultivados localmente y su entorno natural, están ganando popularidad entre los turistas. El turismo sostenible en

las zonas rurales tiene un importante potencial económico y de empleo, directamente a través de la creación de empleo en el sector e indirectamente a través de industrias de abastecimiento de apoyo.

Las habilidades verdes en este contexto implican promover prácticas de turismo responsable que respeten las culturas locales, preserven el patrimonio natural y apoyen las economías rurales.

Esto incluye conocimientos sobre turismo comunitario, ecoturismo, actividades recreativas basadas en la naturaleza, prácticas hoteleras sostenibles y preservación del patrimonio cultural. El turismo sostenible puede generar ingresos, crear oportunidades de empleo y preservar los paisajes y tradiciones rurales.

Prácticas tradicionales

Habilidades para reconocer y valorar conocimientos nativos y prácticas tradicionales de la zona que promuevan el manejo y conservación sostenible de los recursos.



Estas habilidades implican respetar y aprender de los poseedores de conocimientos tradicionales locales e integrar su sabiduría en iniciativas de desarrollo sostenible.

La agricultura orgánica es un sistema de producción que sostiene la salud de los suelos, los ecosistemas y las personas. Se basa en procesos ecológicos, biodiversidad y ciclos adaptados a las condiciones locales, en lugar del uso de insumos con efectos adversos.

La agricultura orgánica combina tradición, innovación y ciencia para beneficiar el medio ambiente compartido y promover relaciones justas y una buena calidad de vida para todos los involucrados.

ALIMENTOS ORGÁNICOS &
AGRICULTURA ORGÁNICA

Según la Comisión Europea, la idea de producir ecológicamente implica respetar las normas sobre agricultura ecológica.

Estas normas están diseñadas sobre la base de principios generales y específicos para fomentar la protección del medio ambiente, preservar la biodiversidad de Europa y generar confianza de los consumidores en los productos orgánicos.

Estas regulaciones cubren todas las áreas de la producción orgánica y se basan en una serie de principios clave, como

- prohibir el uso de OMG (Organismos Modificados Genéticamente)
- Prohibir el uso de radiaciones ionizantes.
- Limitar el uso de fertilizantes artificiales, herbicidas y pesticidas.
- prohibir el uso de hormonas y restringir el uso de antibióticos simplemente cuando sea necesario para la salud animal

Para reconocer los productos orgánicos, la Unión Europea ha establecido un logotipo orgánico: una identidad visual coherente para los productos orgánicos producidos dentro de la UE. Esto facilita que los consumidores identifiquen los productos orgánicos y ayuda a los agricultores a comercializarlos en toda la UE.

WHAT IS ORGANIC FARMING?

Organic production is an overall system of farm management and food production that combines best environment practices, a high level of biodiversity, the preservation of natural resources and the application of high animal welfare standards

KEY PRINCIPLES



The use of chemical pesticides and synthetic fertilisers is banned



Antibiotics are severely restricted



GMOs are not allowed



Crops are rotated



The EU's organic logo guarantees EU rules on organic farming have been respected



europarl.eu

Sources:
EPRS, European Commission

Fuente: The EU's organic food market: facts and rules (infographic) <https://www.europarl.europa.eu/news/en/headlines/society/20180404STO00909/the-eu-s-organic-food-market-facts-and-rules-infographic> (Accessed: June 04, 2023)

Beneficios de la agricultura orgánica

La producción de alimentos orgánicos ofrece importantes ventajas para la biosfera y el ecosistema. Sus prácticas sostenibles se centran en la salud del suelo, la conservación del agua, la mitigación del cambio climático, la conservación de la biodiversidad, los enfoques libres de OMG y la prestación de servicios ecológicos. Elegir productos orgánicos no sólo beneficia nuestra salud sino que también apoya un sistema agrícola más respetuoso con el medio ambiente y más resiliente.

La agricultura orgánica va más allá de las prácticas agrícolas convencionales al considerar el impacto a largo plazo de las intervenciones agrícolas en el agroecosistema. Este enfoque ofrece numerosas ventajas para la biosfera y el ecosistema, promoviendo la sostenibilidad y el equilibrio ecológico.

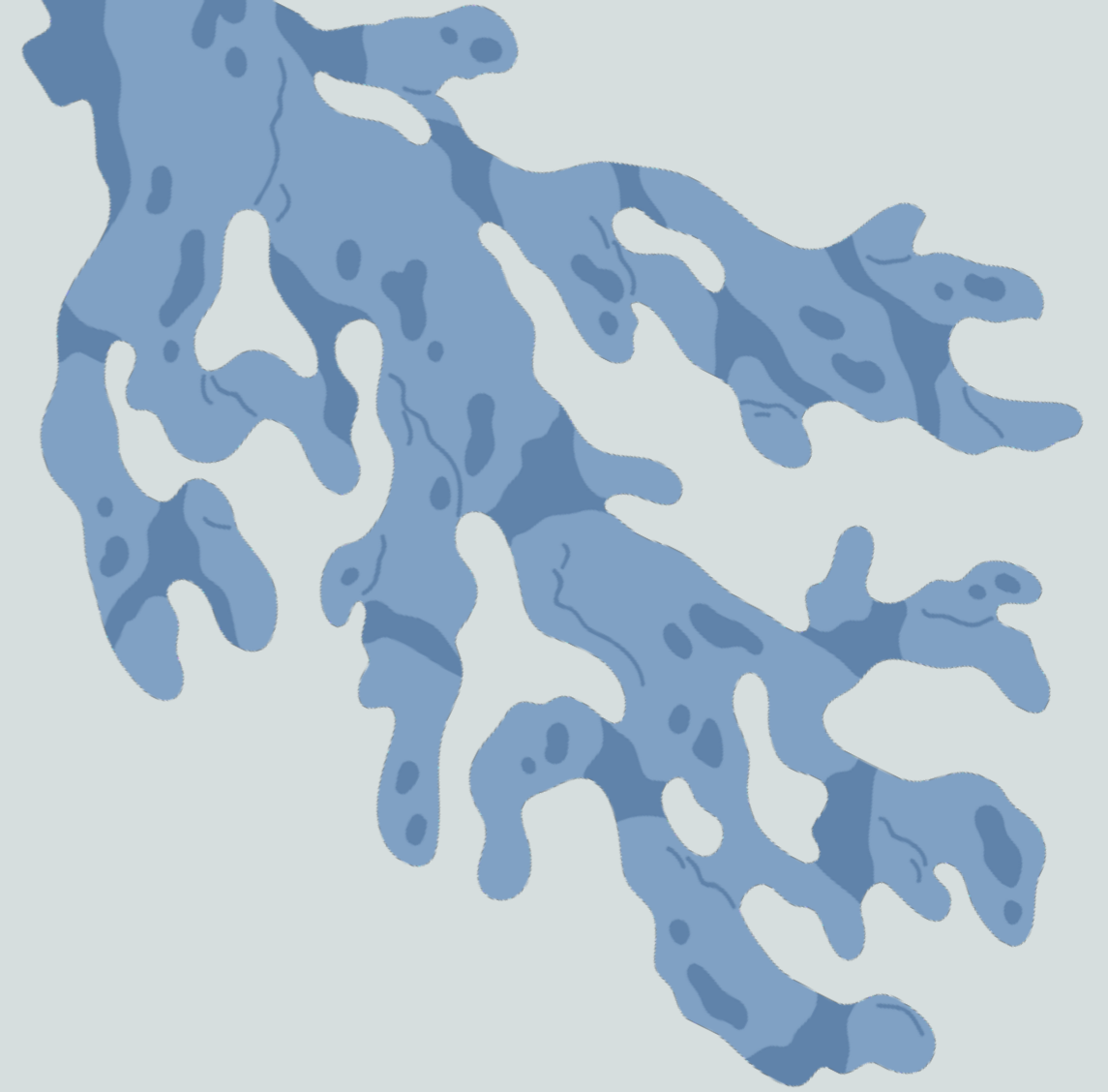


Mitigación del cambio climático: La agricultura orgánica contribuye a mitigar el cambio climático al reducir el uso de energía no renovable y secuestrar carbono en el suelo. Las prácticas orgánicas minimizan la necesidad de agroquímicos, reduciendo el consumo de combustibles fósiles. Además, técnicas como la labranza mínima, la devolución de los residuos de los cultivos al suelo y la integración de leguminosas fijadoras de nitrógeno aumentan el secuestro de carbono, la productividad del suelo y el almacenamiento de carbono. Los estudios indican que la agricultura orgánica mantiene niveles más altos de carbono orgánico en el suelo, lo que mejora el potencial de la agricultura para mitigar el cambio climático.



Servicios Ecológicos: La agricultura orgánica promueve interacciones dentro del agroecosistema que son esenciales tanto para la producción agrícola como para la conservación de la naturaleza. Los servicios ecológicos derivados de la agricultura orgánica incluyen la formación y acondicionamiento del suelo, el reciclaje de desechos, el secuestro de carbono, el ciclo de nutrientes, la depredación, la polinización y la creación de hábitat. Al apoyar los productos orgánicos, los consumidores contribuyen a un sistema agrícola menos contaminante y reducen los costos ocultos de la agricultura en términos de degradación de los recursos naturales.

Salud del suelo: La agricultura orgánica da prioridad a las prácticas de fortalecimiento del suelo, como la rotación de cultivos, los cultivos intercalados y el uso de fertilizantes orgánicos. Estas prácticas mejoran la formación del suelo, mejoran la estructura del suelo y promueven el crecimiento de la fauna y la flora del suelo. Como resultado, los ciclos de nutrientes y energía aumentan y el suelo se vuelve más capaz de retener agua y nutrientes. Además, las técnicas orgánicas desempeñan un papel vital en el control de la erosión del suelo, la reducción de la pérdida de nutrientes y, en última instancia, el mantenimiento y la mejora de la productividad del suelo.



Conservación del agua: Los fertilizantes y pesticidas sintéticos utilizados en la agricultura convencional a menudo provocan la contaminación de las aguas subterráneas. Por el contrario, la agricultura orgánica prohíbe el uso de estos productos químicos y en su lugar utiliza fertilizantes orgánicos y promueve la biodiversidad para mejorar la estructura del suelo y la infiltración del agua. Los sistemas orgánicos bien gestionados, con su capacidad de retención de nutrientes, reducen significativamente el riesgo de contaminación de las aguas subterráneas. En áreas que enfrentan desafíos de contaminación, se fomenta la transición a la agricultura orgánica como medida restaurativa.

Conservación de la Biodiversidad: Los agricultores orgánicos actúan como custodios y usuarios de la biodiversidad. Prefieren semillas y razas tradicionales y adaptadas, que presentan resistencia a las enfermedades y resistencia al estrés climático. La agricultura orgánica promueve diversas combinaciones de plantas y animales, optimizando el ciclo de nutrientes y energía. Al mantener áreas naturales y evitar insumos químicos, los campos orgánicos crean hábitats para la vida silvestre, atrayendo diversas especies, incluidos polinizadores, depredadores de plagas y flora y fauna silvestres. Las investigaciones muestran consistentemente que la agricultura orgánica fomenta una mayor biodiversidad en comparación con otros sistemas agrícolas.



Enfoque libre de OMG: La producción de alimentos orgánicos prohíbe estrictamente el uso de OMG (Organismos Modificados Genéticamente) en todas las etapas. La agricultura orgánica opta por la biodiversidad natural en lugar de depender de los OMG, ya que no se comprende completamente su impacto potencial en el medio ambiente y la salud humana. La etiqueta orgánica garantiza a los consumidores que no se han utilizado intencionalmente OMG en la producción y procesamiento de productos orgánicos. Si bien la agricultura orgánica no puede garantizar un estatus completamente libre de OMG debido a la posible transmisión de OMG a través del polen, sigue siendo una opción firme para aquellos preocupados por el uso de OMG.

ORGANIC AGRICULTURE AND ITS BENEFITS FOR CLIMATE AND BIODIVERSITY

Fuente: Organic benefits for climate and biodiversity. IFOAM. <https://www.organicseurope.bio/library/organic-benefits-for-climate-and-biodiversity/> (Accessed: May 20, 2023)

- Organic farming's systemic approach:**
- Helps mitigating climate change
 - Supports farmers' adaptation to climate change
 - Creates resilient farming systems
- All while it protects and improves biodiversity!**
- #OrganicIsPartOfTheSolution**



- ⬇️ 28-39% less nitrate leaching
- ⬆️ Water bodies are protected from contaminants



- ⬆️ 30% more species
 - ⬆️ 50% more individuals
 - ⬆️ 20-95% more plant species*
 - ⬆️ 150% higher abundance of plant species*
 - ⬆️ 23% more insect species
 - ⬆️ 30% more pollinators
- *in field and field margins



Climate benefits

- Reduced emissions by non-use of synthetic fertilisers**
- ⬇️ 20% of global agricultural GHG emissions could be reduced using no synthetic fertilisers
 - ⬇️ 40% less NOx emissions/ha
 - ⬇️ Less dependency from fossil fuel intensive external inputs

Improved manure management

- ⬇️ 70% lower methane emissions
- ⬇️ 50% lower nitrous oxide emissions

Reduced GHG emissions and increased carbon sequestration

- ⬆️ Additional 3.5 tonnes C/ha soil organic carbon stocks
- ⬆️ Additional 450 kg C/ha/yr carbon sequestration
- ⬇️ 15% less energy consumed per kg of product
- ⬆️ More resilient to changing weather conditions
- ⬆️ 1082 kg CO2 eq/ha/yr avg climate protection performance



Soil and plant health benefits

- ⬆️ Improved soil quality and fertility
- ⬆️ Better structure
- ⬆️ Higher humus content
- ⬆️ Better soil aggregate stability
- ⬇️ 22% less soil erosion
- ⬇️ 26% less soil loss
- ⬆️ Increased water infiltration rate by 137%



- ⬆️ Increased biodiversity supports natural pest control
- ⬆️ Stabler yields during drought periods
- ⬆️ Increased adaptability to future environmental conditions



Tipos de alimentos cultivados orgánicamente



Frutas y vegetales

La FAO identifica frutas y verduras cultivadas orgánicamente sin el uso de pesticidas sintéticos, organismos genéticamente modificados (OGM) o fertilizantes químicos. Las manzanas, las fresas, los tomates, las espinacas, las zanahorias y los pimientos morrones se cultivan habitualmente como productos orgánicos.

Granos y legumbres

Los cereales orgánicos, incluidos el trigo, la avena y la cebada, se producen mediante prácticas respetuosas con el medio ambiente centradas en aumentar la fertilidad del suelo, la rotación de cultivos y métodos naturales de control de plagas. Al evitar los insumos sintéticos, la producción de cereales orgánicos promueve la salud del suelo, reduce los residuos químicos en el medio ambiente y garantiza la disponibilidad de cereales nutritivos y no contaminados para el consumo.

Las legumbres, como las lentejas, los garbanzos y los frijoles, también se cultivan sin insumos sintéticos, lo que contribuye a sistemas alimentarios sostenibles.



Carne, aves y productos lácteos

Los productos animales orgánicos provienen de animales criados de acuerdo con estándares orgánicos. La FAO enfatiza que los animales criados orgánicamente tienen acceso a espacios al aire libre, consumen alimentos orgánicos y no son tratados con antibióticos ni hormonas de crecimiento. Los ejemplos incluyen carne de res alimentada con pasto, pollo de corral y leche y queso orgánicos.



Miel

La miel orgánica es producida por abejas que se alimentan de flores y cultivos orgánicos. Las prácticas de apicultura orgánica promueven la salud de las colonias de abejas y la preservación de los hábitats naturales.



Consejos sobre cómo cultivar alimentos de forma orgánica

- Haz que el suelo sea saludable. Agregue materia orgánica, como abono o estiércol bien descompuesto, para mejorar la fertilidad, la estructura y la capacidad de retención de agua del suelo.
- Fomenta los insectos beneficiosos plantando diversas plantas con flores. Utilice barreras físicas como redes o cubiertas de hileras para proteger las plantas de las plagas y elimínelas manualmente cuando sea necesario.
- Practica la rotación de cultivos alternando los tipos de cultivos que se cultivan en un área específica cada temporada. Esto ayuda a prevenir la acumulación de plagas y enfermedades y mejora la salud del suelo.
- Utiliza fertilizantes orgánicos, como compost o fertilizantes naturales a base de minerales, para proporcionar nutrientes esenciales a las plantas de forma lenta y respetuosa con el medio ambiente.
- Implementa métodos de riego eficientes, como riego por goteo o acolchado, para conservar el agua y prevenir la erosión del suelo. Riegue las plantas profundamente pero con poca frecuencia para promover el desarrollo saludable de las raíces.
- Utilice mantillo, desmalezado manual o equipo de desmalezado mecánico para controlar las malezas sin el uso de herbicidas sintéticos. El acolchado también ayuda a conservar la humedad del suelo y suprimir el crecimiento de malezas.
- Mantente informado sobre las prácticas de agricultura orgánica, asista a talleres y conéctese con comunidades u organizaciones locales de agricultura orgánica para obtener orientación y apoyo.



Capítulo IV
Campamentos
Juveniles

Los campamentos para jóvenes son programas supervisados que promueven el desarrollo educativo, deportivo o cultural. Son propicios para aprender nuevas habilidades en un entorno seguro y enriquecedor.



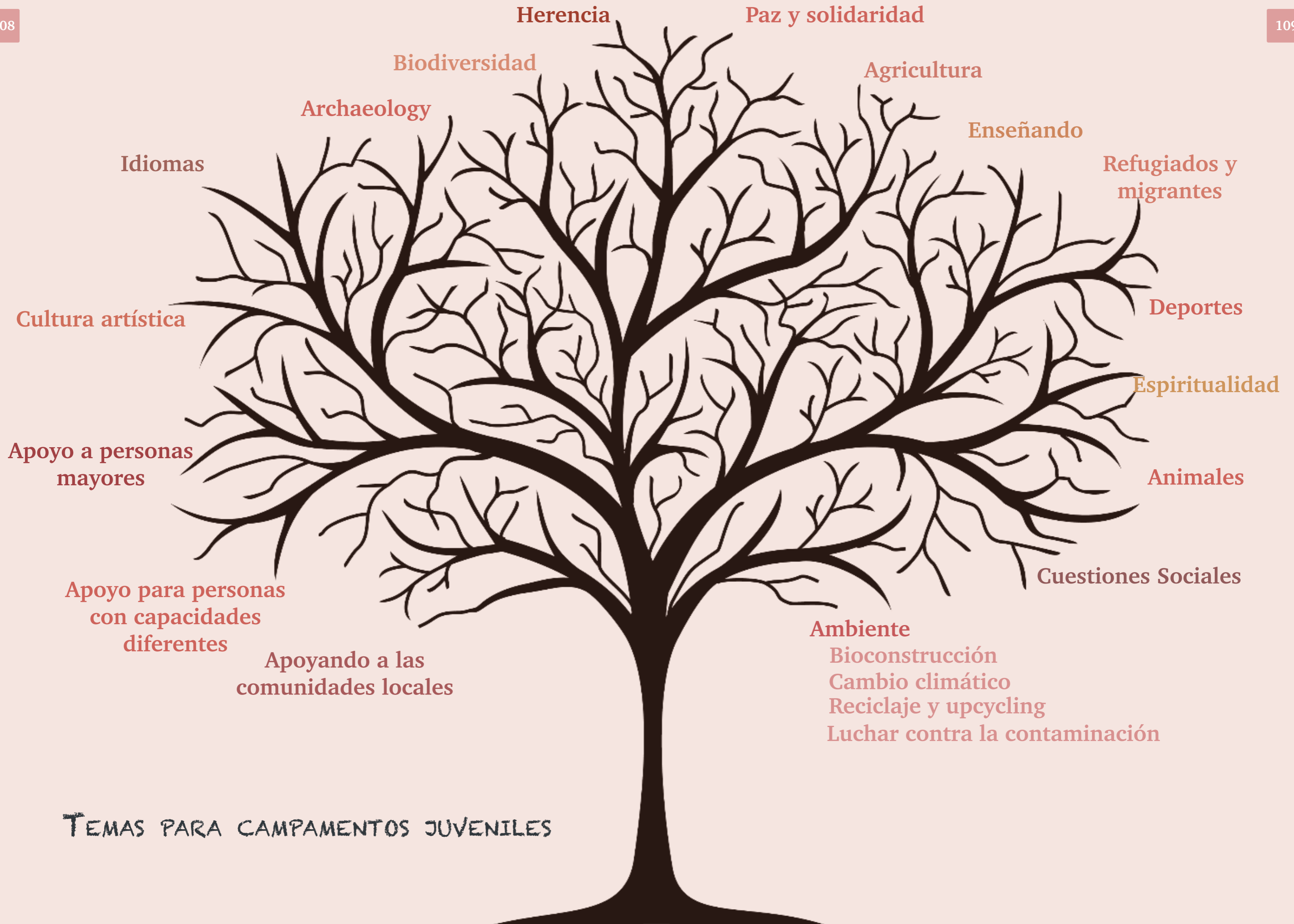
Los campamentos para jóvenes se llevan a cabo durante todo el año y duran entre una y tres semanas. En él participan, trabajan y conviven entre diez y treinta personas como equipo en un entorno rural.

Tradicionalmente, los campamentos se realizaban en verano en un lugar boscoso con caminatas, piragüismo y fogatas. Hoy en día, se celebran también en otoño e invierno, según el país, y suelen estar organizados por una organización (ONG, scouts, etc.) y pueden ser un campamento remunerado.

Hay campamentos para jóvenes a partir de seis años, adolescentes, jóvenes y grupos de adultos sin límite de edad.

A menudo, participa un grupo muy mixto con participantes de muchos países, nacionalidades, orígenes y edades diferentes, ya que no se requieren calificaciones ni habilidades para participar.

Esto es lo que los hace tan enriquecedores y diversos para los participantes.



Herencia

Paz y solidaridad

Biodiversidad

Agricultura

Archaeology

Enseñando

Idiomas

Refugiados y migrantes

Cultura artística

Deportes

Apoyo a personas mayores

Espiritualidad

Animales

Apoyo para personas con capacidades diferentes

Cuestiones Sociales

Apoyando a las comunidades locales

Ambiente

Bioconstrucción

Cambio climático

Reciclaje y upcycling

Luchar contra la contaminación

TEMAS PARA CAMPAMENTOS JUVENILES



ESTRUCTURA DE LOS CAMPAMENTOS JUVENILES

Parte I: Encadenando los bonos

Dado que los participantes en los campamentos juveniles provienen de diversos orígenes (dependiendo de la duración del campamento), los dos días iniciales se adaptarían para incitar a los participantes a abrirse y crear cohesión en el grupo.

Esto lo promueven actividades joviales llamadas “rompehielos” para **descongelar la tensión** y **animar el estado de ánimo**. Se planifican actividades para alentar a los participantes a interactuar y relacionarse entre sí. A menudo los participantes comparten información sobre ellos mismos que ayudaría al grupo a asociarlos con un determinado aspecto de la temática que se aborda.

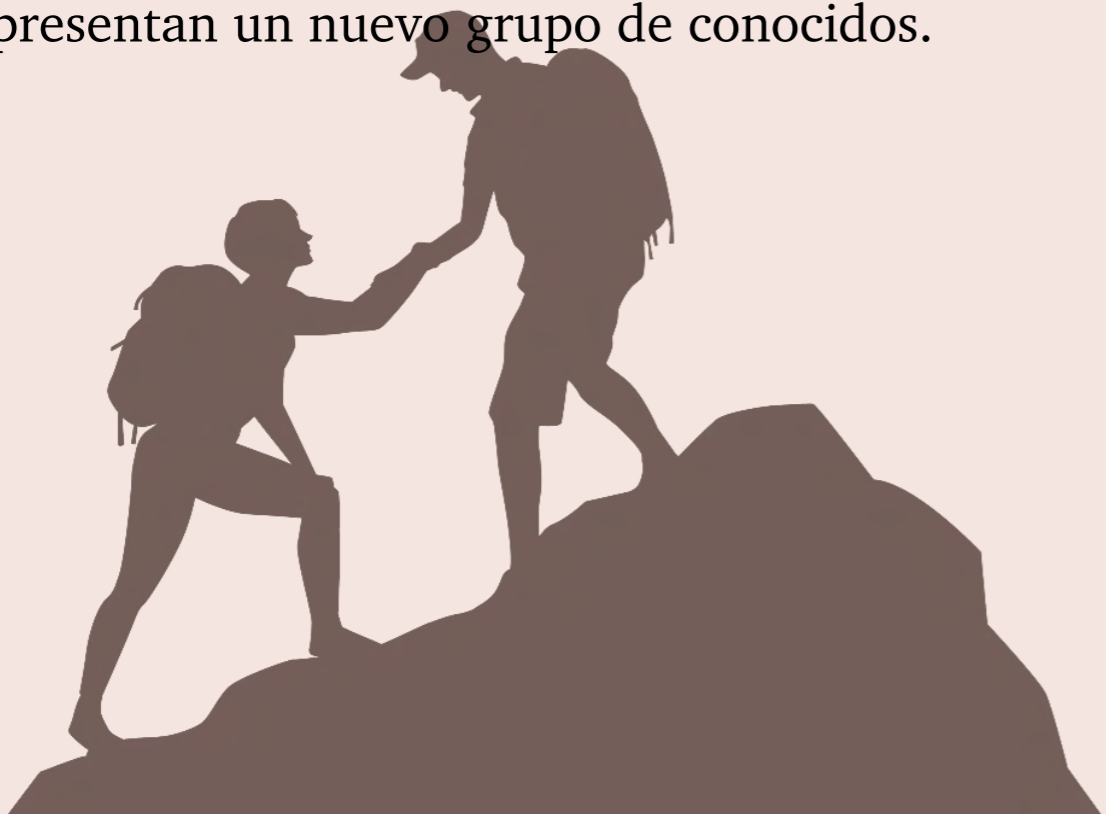
Múltiples actividades de este tipo durante el período inicial del campamento permiten a los participantes sentirse cómodos unos con otros y hacer proselitismo de la aceptación y comprensión general.

Parte II: Amalgama Armónica

La idea de una familia, un grupo que se mantiene unido en las dificultades y en las malas, no se crea de la noche a la mañana. Esta parte del campamento está orientada a **inducir la cohesión** entre los participantes.

Por lo general, se anima a los participantes a hablar sobre sí mismos para encontrar puntos en común entre ellos. Esto puede hacerse hablando de sus miedos, expectativas y contribuciones para crear una atmósfera propicia en el campamento.

Las actividades de team building suelen realizarse para **fomentar el trabajo conjunto**, especialmente en grupos más pequeños, ganando confianza mutua. Estas actividades ayudan a calmar a las personas que están nerviosas por estar fuera de su zona de confort (familia, barrio, localidad, etc.) y, al mismo tiempo, les presentan un nuevo grupo de conocidos.



Parte III: Temático

Cada campamento juvenil tiene un tema, una idea general que se anuncia para animar a los participantes a unirse.

Durante los primeros días del campamento, la temática se introduciría a través de discusiones y debates entre los participantes. Los organizadores suelen pedir a los participantes que investiguen sobre un tema antes del comienzo del campamento. En el campamento, se dividirían en grupos más pequeños para iniciar la discusión inicial, cuyos resultados luego se compartirían en el ambiente general.

Este enfoque permite un **entendimiento común**, asegurando que los participantes comprendan los conceptos principales y los temas del campamento.

Los **debates abiertos** (con nostalgia alrededor de una hoguera pero prácticamente en cualquier lugar) en los que los participantes están de acuerdo o en desacuerdo sobre ciertos temas controvertidos también ayudan a unir al grupo para forjar nuevos límites y dan a los organizadores claridad sobre los roles de ciertos participantes dentro del grupo del campamento.



Parte IV: El quid de la cuestión

La parte principal del campamento juvenil suele ser desarrollar actividades para apoyar a la comunidad local o localidad donde se lleva a cabo la actividad.

Esto suele ir acompañado del aprendizaje de nuevos conceptos, metodologías y técnicas mientras se realizan visitas turísticas y culturales, diversión, deportes y juegos. Dependiendo de la ubicación, también podría haber algunos días libres para explorar el área local, visitar otras ciudades, pueblos, reservas naturales, espacios culturales o cualquier otro lugar de interés.

Las **principales actividades** de cada campamento difieren según el tema, el entorno (rural, urbano, salvaje), el país (dependiendo de las prioridades nacionales), el grupo de edad de los participantes y la temporada.

Es muy importante leer el **paquete informativo del campamento** antes de solicitar participar en el campamento juvenil. A menudo, dicho documento se proporciona (y los elementos se explican con total claridad) en el sitio web o folleto anunciado. En caso contrario, se debe solicitar dicha información.

Los **elementos importantes** incluyen seguridad, condiciones para dormir, comida (especialmente si hay requisitos dietéticos especiales), baños, duchas y posibles actividades.

La **ubicación** podría ser en la naturaleza con actividades principalmente al aire libre, caminatas, kayak, ciclismo, correr (descalzo), juegos de supervivencia, etc.

El **alojamiento** podrá ser en tiendas de campaña durante toda la estancia en un camping o en un bungalow o en un albergue juvenil. Sin embargo, mientras participan en un campamento juvenil, los participantes deben estar preparados para alojarse en albergues, tiendas de campaña o simplemente en un colchón en el suelo de una escuela o un centro de servicios públicos similar.

En algunos campamentos aventureros, en cuanto a los **servicios básicos**, es posible que no haya duchas (en la naturaleza), es posible que los participantes tengan que dirigirse a un lago o río cercano para ducharse. Los baños pueden ser una característica similar. Sería mejor comenzar en un campamento para principiantes (si uno no está acostumbrado a tal nivel de ingenio) en un albergue en una zona rural o urbana para asegurarse un comienzo cómodo y no sentirse abrumado por la primera experiencia de campamento.

Parte V: Aspecto Comunitario

Justo antes del final del campamento podría haber un evento, exposición, taller o actividad realizada conjuntamente con la comunidad local.

Tales hechos muestran lo que se hizo durante la duración del campamento en la localidad. Siempre es una buena oportunidad para interactuar con la comunidad local.

A menudo, los participantes en los campamentos juveniles permanecen absortos en conocer a los demás participantes y no se dan cuenta de dónde están ni de la gente local. Esta experiencia es una que no debe perderse.



Parte VI: Evaluación

La realización de evaluaciones periódicas ayuda tanto a los participantes como a los organizadores a comprender el estado de ánimo y les permite tomar medidas correctivas.

Se podrían realizar evaluaciones a intervalos periódicos para evaluar la implementación general del campamento.

La evaluación final se llevaría a cabo el último día del campamento. Casi todos los campamentos realizan una evaluación final para recibir comentarios y ayudar a mejorar elementos para futuros campamentos.

Esto ayuda a garantizar que tanto los participantes como los organizadores se escuchen unos a otros, aunque sea en grupo, y se lleven a casa las lecciones aprendidas.



Como parte de las actividades principales, probablemente habrá algunas noches comunes donde los participantes tengan la oportunidad de compartir algo sobre su propia cultura, región, país o tradición. Esta es una buena oportunidad para conocer, compartir e intercambiar comprendiendo las diferencias como individuos.

Por eso es muy recomendable acudir con la mente abierta, dispuesto a salir de la zona de confort, con una actitud flexible y positiva. También hay que estar preparado y dispuesto a compartir unos días (o semanas) socializando con un grupo de individuos hasta ahora desconocidos.





ORGANIZAR UN CAMPAMENTO

Paso I: Planificación

Se debe decidir la **ubicación** del campamento juvenil, es decir, tanto para el alojamiento como para las actividades. El lugar debe basarse en las necesidades locales de la comunidad. Sería aconsejable reunirse con las partes interesadas locales, funcionarios municipales y otras personas que viven en la localidad. Esto debería reservarse al principio.

Instalaciones para garantizar que las comidas y bebidas se obtengan a un precio razonable (si no se preparan localmente, para lo cual es necesario adquirir los ingredientes). Los participantes están felices cuando se les alimenta bien. Intente reducir el desperdicio de alimentos no solo cocinando para el número aproximado de personas sino también evitando los cubiertos de un solo uso.

Recursos humanos y logística sobre cuántas personas se necesitarían para implementar el campamento en el terreno. Se necesitan al menos tres para garantizar que se cumplan los estándares mínimos de calidad: uno o dos facilitadores o coordinadores y uno para logística y posibles emergencias.

Presupuesto Se debe realizar un cálculo de todos los costos detallados para saber cuánto tendrían que pagar los participantes para cubrir los costos del campamento. Asegurar costos de contingencia para emergencias o problemas inesperados.

Paso II: Documentación y Acuerdos

Los organizadores deberán preparar un documento con todos los detalles del campamento incluyendo:

- (i) descripción,
- (ii) datos del organizador y persona de contacto para información y consultas,
- (iii) edad y perfil de los participantes que pueden solicitarlo,
- (iv) detalles del alojamiento y ubicación,
- (v) viajar,
- (vi) seguro,
- (vii) borrador de agenda,
- (viii) lista de verificación de elementos.

Paso III: Promoción del Campamento

Para correr la voz, es necesario promocionar el campamento. Esto se hace mediante publicaciones en línea en las redes sociales, de boca en boca y en plataformas que funcionan exclusivamente para informar a los participantes sobre los próximos campamentos.

Nuestro proyecto, el proyecto Joint Ventures (Jeunes et des Espaces Vertes) tiene una plataforma para promover campamentos juveniles, al tiempo que les permite acceder a este manual, una lista de verificación de los elementos necesarios para el campamento e incluso les proporcionará estudios de casos sobre campamentos juveniles.

Paso IV: Selección de participantes

Si hay más participantes que plazas disponibles, se debe reducir la lista final y se debe tener en cuenta la motivación de los participantes para participar.

Se debe dar preferencia a equilibrar a los recién llegados y a los participantes experimentados, y también a mantener el equilibrio entre los grupos de edad.

Paso V: Preparación de los participantes

Para ayudar a la preparación adecuada de los participantes, sería necesario crear un canal de comunicación. Esto se ve facilitado por el uso de canales de comunicación social (como Telegram o Signal. Whatsapp podría ser una alternativa, aunque existen serias preocupaciones sobre los datos debido a su empresa matriz). Se podrían enviar correos electrónicos para transmitir la información más importante a todos los participantes, ya que es más fácil para ellos tener una visión general de los elementos.

Se podría organizar una reunión preparatoria común en la que los organizadores y los participantes intercambien sus expectativas y se compartan las reglas y directrices.

Paso VI: Implementación

Los preparativos finales, incluidos los arreglos logísticos, deberían finalizar antes del comienzo del campamento juvenil.

Es fundamental explicar todos los arreglos y reglas de seguridad, alojamiento y otros a los participantes en la sesión introductoria a los participantes.

Los organizadores deben atender las preguntas de los participantes y permitir aclaraciones y explicaciones. Esto permitirá que las personas se sientan cómodas durante su estadía en el campamento.

Paso VII: Evaluación

La evaluación debe realizarse en diferentes niveles:

- (i) Con **los participantes**: entender cómo fueron las actividades y el nivel de satisfacción del grupo (para aprender cómo mejorar los campamentos juveniles)
- (ii) Con **los organizadores y facilitadores**: verificar si todo salió según lo planeado y cómo se apuntalaron y superaron los posibles problemas y conflictos.

Es preferible solicitar comentarios detallados, ya que esto puede ayudar a mejorar la calidad de las actividades.



Documentación

- Pasaporte
- Boletos de viaje
- Carta de invitación
- Paquete informativo
- Documentos de emergencia

Ropa

- Ropa vieja (dos de cada)
- Suficiente ropa interior
- Viejos deportivos | Zapatos cómodos
- Zapatos de senderismo
- Pantalones largos
- Suficientes calcetines
- Chaqueta
- Sombrero | Gorra
- Gafas de Sol
- Impermeable
- Ropa de dormir

Ocio

- Trajes de baño
- Zapatos
- Ropa para hacer turismo

Tecnología

- Cargador de teléfono
- Auriculares
- Cámara
- Banco de energía
- Aplicaciones de viaje

Artículos de aseo

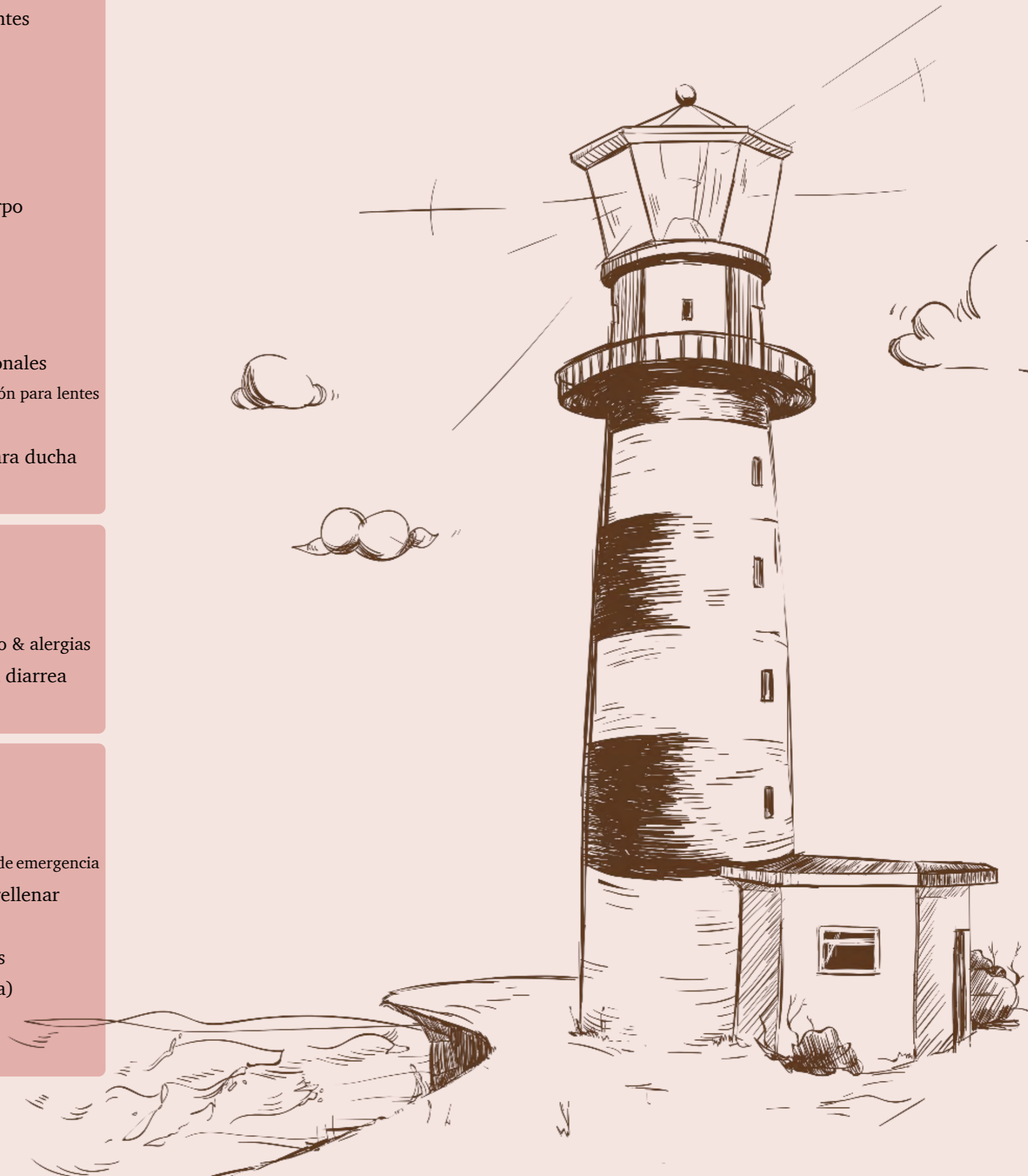
- Pasta & cepillo de dientes
- Tijeras
- Champú
- Gel de ducha
- Cuchilla de afeitar
- Jabón
- Crema de manos/cuerpo
- Toallitas húmedas
- Spray antiséptico
- Crema solar
- Laca para el cabello
- Un par de gafas adicionales
- Lentes de contacto, solución para lentes
- Productos cosméticos
- Sandalias/chancas para ducha
- Toalla

Primeros auxilios

- Vendas, adhesivos
- Recetas personales
- Repelente de insectos
- Medicamentos: resfriado & alergias
- Medicamentos para la diarrea
- Cintas de kinesio

General

- Libro | cuaderno
- Pluma | lápiz
- Juegos
- Efectivo | tarjeta para uso de emergencia
- Botella de agua para rellenar
- Detergente líquido
- Tapones para los oídos
- Mochila (evitar maleta)
- Pañuelos
- Lámpara



LISTA DE VERIFICACIÓN DEL CAMPAMENTO



PRIMEROS AUXILIOS

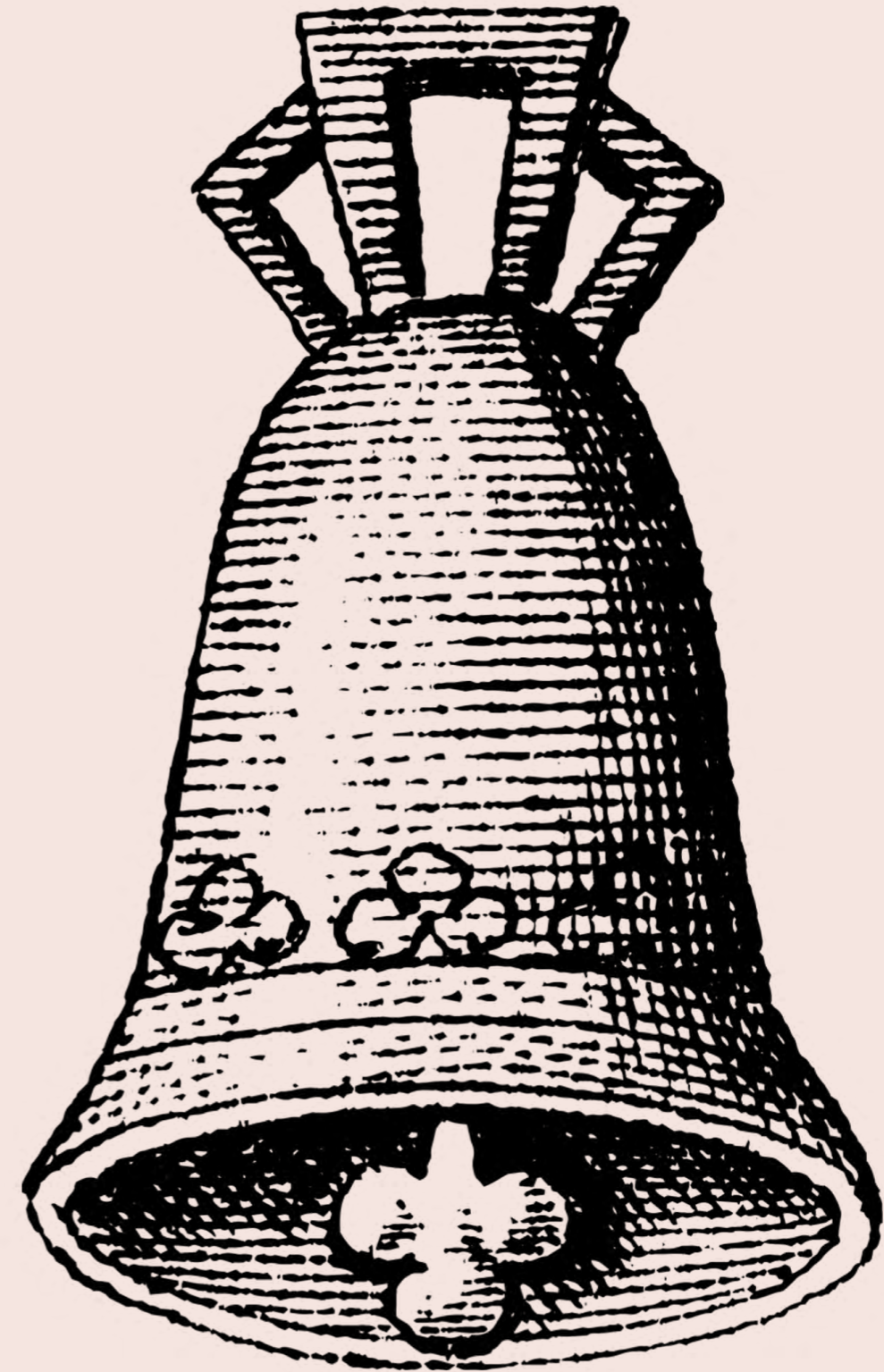
Al explorar el aire libre, acampar en el bosque o hacer senderismo, es importante estar preparado para emergencias inesperadas que puedan surgir.

Tener conocimientos básicos de primeros auxilios puede marcar una diferencia significativa para garantizar la seguridad y el bienestar propio y de los demás.

Conocer los primeros auxilios es una habilidad esencial que puede ayudarle a brindar ayuda rápida y eficaz a alguien que la necesita. Los primeros pasos que usted da en una situación de emergencia suelen ser cruciales y pueden marcar una gran diferencia.

Reglas generales

- Antes de ayudar, asegúrate de que el **área sea segura** para las personas lesionadas y para usted mismo.
- Cuando se acerque, trata de hacerlo desde la dirección hacia la que mira, para que pueda verte. Esto **reduce el riesgo de asustarlos** o provocarles movimientos innecesarios.
- Controla a la persona. Evalúa a la persona comprobando **su respuesta, respiración normal y pulso**.
- Si la persona puede hablar o llorar, asume que sus vías respiratorias están abiertas y que **respira bien**. Déjalos en la posición en la que se sientan más cómodos, a menos que la seguridad o el bienestar requieran moverlos.
- Puedes **hacer preguntas** o examinarlas más a fondo con su consentimiento **para recopilar más información**.
- Comunícate con ellos, explíqueles lo que está haciendo y **sea respetuoso y afectuoso**.
- La falta de equipo de primeros auxilios no debería impedirle brindar ayuda. Utilice todo lo que pueda encontrar a su alrededor.
- Si la **situación es grave, llama a los servicios de emergencia** de inmediato.



Es importante conocer los casos más comunes que se encuentran en un ambiente al aire libre y los pasos a seguir al brindar asistencia inmediata hasta que llegue ayuda médica profesional.

Emergencias relacionadas con el calor y el frío

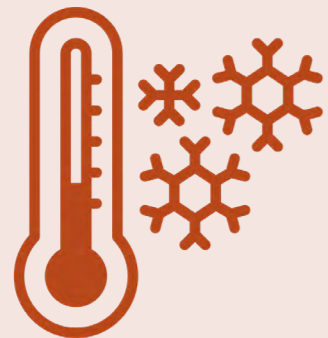
Las temperaturas extremas pueden causar riesgos en ambientes al aire libre. Es fundamental reconocer los signos y brindar la atención adecuada.

Golpe de calor: Colapso o fiebre causado por la exposición al calor excesivo de la atmósfera.

- Mueve a la persona a un área sombreada y quítale el exceso de ropa.
- Enfríe el cuerpo con toallas mojadas o vertiendo agua suavemente sobre ellas.
- Busca ayuda médica de inmediato.



Hipotermia: Temperatura corporal anormalmente baja

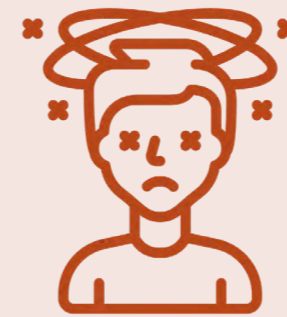


- Traslada a la persona a un lugar cálido y protegido.
- Quítale la ropa mojada y reemplázela con capas o mantas secas.
- Proporciona líquidos calientes si está consciente.
- Busca ayuda médica inmediatamente.

Deshidratación: Ocurre cuando el cuerpo pierde más líquidos de los que ingresa, lo que provoca un desequilibrio en los niveles de agua del cuerpo y, a menudo, ocurre al aire libre.



- Busque un área sombreada para que la persona descanse y se refresque.
- Ofréceles agua o una solución de rehidratación oral en pequeños sorbos frecuentes. Anímelos a descansar hasta que empiecen a sentirse mejor.
- Vigila de cerca su condición. Si sus síntomas empeoran o muestran signos de deshidratación grave (como confusión, respiración rápida o latidos cardíacos rápidos), o si la persona está inconsciente o no puede beber, busque ayuda médica de inmediato.



Mareo: El desmayo o el vértigo es una pérdida temporal del conocimiento causada por una disminución del flujo sanguíneo al cerebro. Por lo general, una persona experimenta un breve período de sensación de aturdimiento o mareos antes de colapsar. Este es el momento ideal para brindar primeros auxilios.

- Ayuda a la persona a adoptar una posición segura y cómoda.

- Mientras está en la posición segura, anime a la persona que se siente débil a realizar maniobras de contrapresión por sí sola (cruzar y tensar las piernas o ponerse en cuclillas).
- Si no es posible realizar maniobras de contrapresión, pídale a la persona que se recueste y levante las piernas en un ángulo de 30 a 60 grados para ayudar a aumentar el flujo sanguíneo al cerebro.
- Si la persona responde y es capaz de tragar, proporciónale agua para beber.
- Si la condición de la persona empeora o si tiene alguna inquietud, busque ayuda médica profesional.

Mordeduras y picaduras: Las mordeduras y picaduras de insectos o animales marinos pueden ocurrir mientras se acampa o se hace una caminata. La reacción rápida es importante para aliviar el dolor y prevenir complicaciones.



- Retira a la persona del área para evitar una mayor exposición al insecto.
- Si hay un aguijón, ráspelo suavemente de la piel con una tarjeta de crédito o un objeto similar.
- Lave el área afectada con agua y jabón para reducir el riesgo de infección.

- Aplica una compresa fría o una bolsa de hielo envuelta en un paño para reducir el dolor y la hinchazón.
- Considera usar antihistamínicos de venta libre o cremas tópicas para aliviarlo.
- Estate atento a signos de una reacción alérgica grave y busque ayuda médica si es necesario.



Cortes y heridas: Los cortes y las abrasiones son lesiones comunes en ambientes al aire libre. El cuidado adecuado de las heridas es fundamental para prevenir infecciones y promover la curación.

- Limpia la herida suavemente con agua limpia o una solución antiséptica suave.
- Aplique un apósito o vendaje estéril para proteger la herida de una mayor contaminación.
- Si el sangrado es intenso, aplique presión directa con un paño o apósito esterilizado.
- Eleva la extremidad lesionada para minimizar el sangrado.

Fracturas y esguinces: Pueden producirse fracturas o esguinces durante accidentes de senderismo o acampada. El manejo inmediato es esencial para evitar más lesiones. Comprender cómo estabilizar y sostener las extremidades lesionadas es crucial hasta que se pueda recibir ayuda médica profesional.



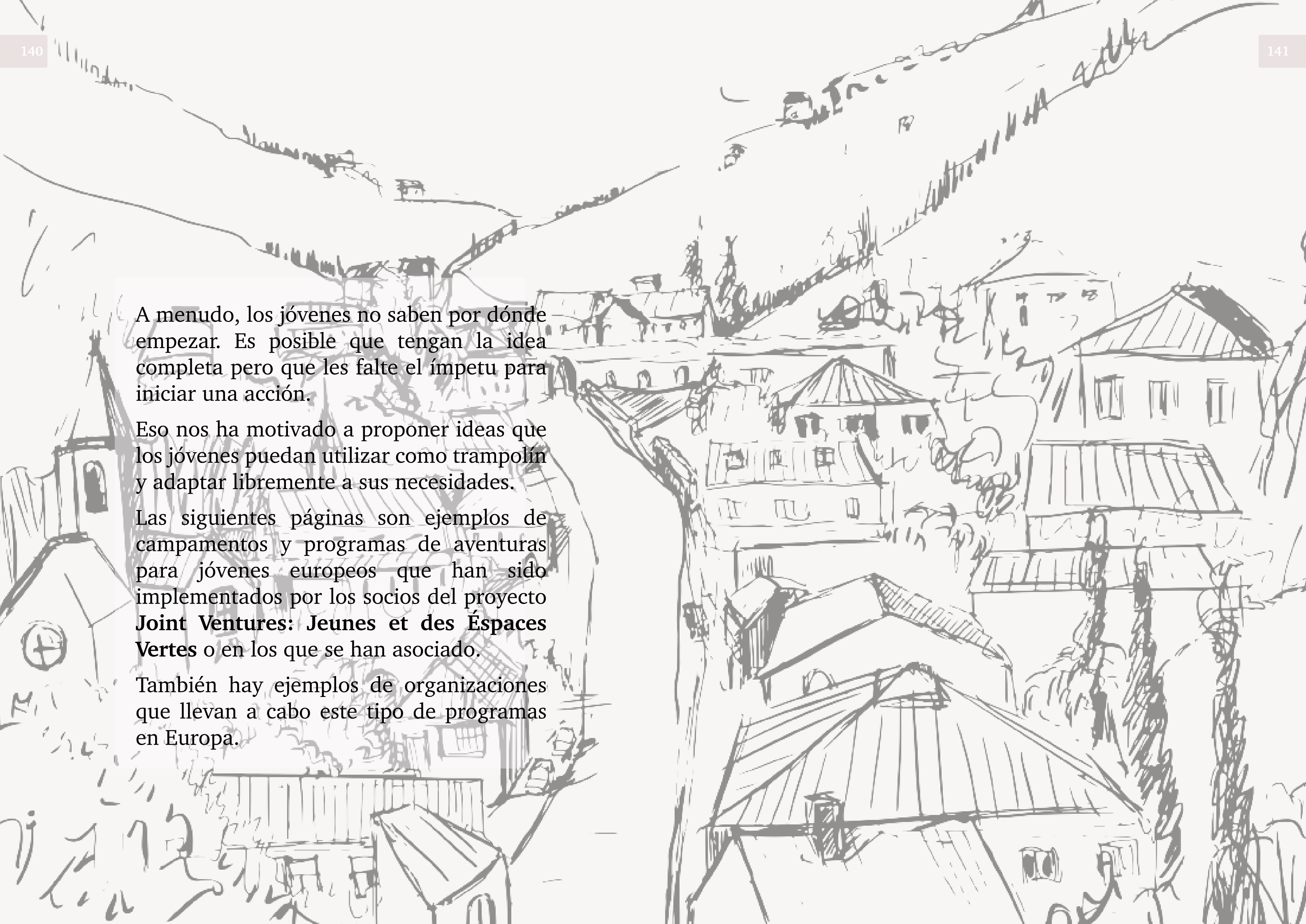
- El acrónimo básico para los esguinces es RHCE: Reposo, Hielo, Compresión, Elevación.
- Evalúa la situación en busca de fracturas sospechadas en función de una deformidad visible, dolor intenso, hinchazón o pérdida de función.
- Ayuda a la persona a permanecer quieta y evite movimientos innecesarios.
- Utiliza materiales improvisados como palos resistentes, bastones de trekking o ropa enrollada para crear una férula.
- Aplique una compresa fría envuelta en un paño para reducir la hinchazón.
- Eleve la extremidad lesionada para minimizar la hinchazón y brindar comodidad.

- La articulación torcida debe envolverse con un vendaje ace y elevarse hasta que un médico pueda examinarla.
- En áreas remotas donde la persona lesionada necesita ser transportada a través de un terreno lleno de baches, es importante proteger la extremidad lesionada y reducir las posibilidades de sufrir más lesiones al entablillarla adecuadamente.





Estudios de caso



A menudo, los jóvenes no saben por dónde empezar. Es posible que tengan la idea completa pero que les falte el ímpetu para iniciar una acción.

Eso nos ha motivado a proponer ideas que los jóvenes puedan utilizar como trampolín y adaptar libremente a sus necesidades.

Las siguientes páginas son ejemplos de campamentos y programas de aventuras para jóvenes europeos que han sido implementados por los socios del proyecto **Joint Ventures: Jeunes et des Espaces Vertes** o en los que se han asociado.

También hay ejemplos de organizaciones que llevan a cabo este tipo de programas en Europa.

Estudio de caso I: Campamento juvenil sobre reciclaje

Cada minuto se venden en todo el mundo un millón de botellas de plástico y sólo 1 de cada 5 se recicla. En 2018, la producción global de plásticos fue de 359 millones de toneladas, un peso similar al peso aproximado de la población mundial.

Un estudio del WEF (Foro Económico Mundial) revela que menos del 20% del plástico generado en todo el mundo se recicla. Esto da como resultado que alrededor de 10 millones de toneladas de desechos plásticos terminen en los océanos cada año.

Este proyecto podría ayudar a empoderar a los jóvenes, mostrando ejemplos reales sobre cómo crear sus propios proyectos de emprendimiento social relacionados con el medio ambiente y la educación no formal. Los objetivos del proyecto son:

- Fomentar el espíritu emprendedor de los jóvenes a través de proyectos de upcycling
- Empoderar a los participantes brindándoles la formación necesaria (teoría, herramientas, técnicas) para iniciar sus propios proyectos de reciclaje y educación no formal.
- Sensibilizar a los participantes sobre los efectos reales de nuestros hábitos de vida y consumo actuales, creando un espacio de reflexión y debate sobre la sostenibilidad.
- Impulsar programas europeos como Erasmus+, ESC y Erasmus para Jóvenes Emprendedores

Posible agenda:

Día 1: Llegada y visita a la ciudad.

Día 2: Bienvenida, presentaciones, nombre del juego, actividades para romper el hielo, formación de equipos

Día 3: Introducción al up-cycling, materiales, herramientas, productos finales.

Día 4: Taller de reciclaje I: Sillas con neumáticos, mesas con palets, ecocontenedores

Día 5: Visita a un museo

Día 6: Taller de reciclaje II: Sillas con neumáticos, mesas con palets, ecocontenedores

Día 7: Taller de reciclaje III: Plásticos preciosos, cosmética natural, tetrabricks

Día 8: Youthpass, 8 competencias clave, Erasmus+, Jóvenes Emprendedores y ESC. Próximos pasos: crear tus propios proyectos Erasmus+/ESC Solidaridad/Upcycling

Día 9: Preparación del evento de Difusión

Día 10: Salidas

Durante el proyecto, diferentes talleres crean los siguientes productos:

- Sillas/asientos con neumáticos
- Mesas con palets
- Contenedores ecológicos con neumáticos
- Llaveros de plástico reciclado.
- Ladrillos ecológicos con tetra-packs

Enlaces:

Xeración Valencia, Spain (<https://xeracion.org/english/>)

Estudio de caso II: Campamento de bioconstrucción

La juventud actual enfrenta un futuro incierto debido a la crisis de la última década de inestabilidad política, laboral y ambiental. Esta dura realidad debilita los valores fundamentales de la UE, como el empleo decente, la vivienda asequible y los derechos sociales.

Por otro lado, uno de los desafíos más importantes que enfrenta el mundo es el cambio climático, y la mejor manera de enfrentarlo sería involucrar a los jóvenes en emprendimientos sostenibles y verdes.

La idea del proyecto es capacitar a los jóvenes para que creen sus propios proyectos de emprendimiento social en el campo medioambiental, especialmente en los edificios ecológicos. Los objetivos son:

- Impulsar el espíritu emprendedor de los jóvenes a través de proyectos medioambientales.
- Empoderar a los participantes con la formación (teoría, herramientas, técnicas, etc.) para iniciar sus propios proyectos relacionados con la ecoconstrucción.
- Fomentar a los jóvenes dotándoles de competencias sobre emprendimiento social y medioambiental.
- Promover programas europeos como Erasmus+, ESC y Jóvenes Emprendedores dando un enfoque especial al desarrollo juvenil y a las iniciativas juveniles.

Posible agenda:

Día 1: Llegada y visita a la ciudad.

Día 2: Presentaciones, conocerse, actividades para romper el hielo, expectativas.

Día 3: Evento de team building. Conceptos básicos de la bioconstrucción desde los orígenes hasta la construcción 3D con paja, arena y tierra. Hagámoslo: construyendo diferentes tipos de ladrillos.

Día 4: ¡Vamos a hacerlo! Trabajo con domos y contenedores. Preparación de materiales, espacio, superficie, medidas, revestimiento. Preparando yeso para el día siguiente.

Día 5: Trabajando con domo y contenedores

Día 6: Visita a un museo

Día 7: Acabado de cúpula y contenedores.

Día 8: Youthpass, 8 competencias clave, Erasmus+, Jóvenes Emprendedores, Cuerpo Europeo de Solidaridad y otras oportunidades para la juventud. Redacción de un proyecto Erasmus+.

Día 9: Taller abierto. Evaluación y cierre.

Día 10: Salida

Durante el proyecto, los participantes crean estructuras básicas hechas con materiales naturales como arcilla, paja, arena y agua. También construyen una cúpula hecha con plástico reciclado y una base de 'superadobe' que les permite crear ecoedificios.

Enlaces:

Xeración Valencia, Spain (<https://xeracion.org/english/>)

Estudio de caso III: Crea tu propio campamento juvenil

A partir de las experiencias previas de campamentos juveniles de los últimos años, hemos podido observar que las actividades en las que los participantes debían desarrollar y facilitar sus propios talleres y sesiones fueron muy enriquecedoras y muy bien recibidas por los jóvenes. Además, durante las sesiones en las que los participantes pudieron aprender a escribir su propio campamento juvenil vimos un gran interés y motivación.

Por estos motivos, este campamento juvenil permitiría a los participantes crear y facilitar sus propias actividades relacionadas con temas sociales y ambientales a través de diferentes sesiones que podrán poner en práctica con el resto de participantes. Además, hay tiempo para aprender cómo crear y gestionar una asociación sin ánimo de lucro, toda la información necesaria sobre el programa Erasmus+, cómo redactar un campamento juvenil desde lo más básico hasta completar una solicitud en la plataforma Erasmus+.

Así, los objetivos del proyecto son:

- Empoderar a los participantes brindándoles las habilidades y conocimientos necesarios para crear y gestionar una asociación sin fines de lucro.
- Promover la participación juvenil y el espíritu emprendedor de los participantes proporcionándoles las herramientas, conocimientos y habilidades necesarias para redactar, solicitar y facilitar el campamento juvenil.
- Promover y facilitar la movilidad nacional e internacional de los participantes a través de programas europeos como Erasmus+, CES y Erasmus para Jóvenes Emprendedores.
- Sensibilizar a los participantes sobre la conservación del medio ambiente, la ciudadanía activa, los hábitos saludables, convirtiéndolos en agentes multiplicadores del cambio.

Posible agenda:

Día 1: Llegada y visita a la ciudad.

Día 2: Bienvenida, presentaciones, nombre del juego, actividades para romper el hielo, formación de equipos, debate abierto.

Día 3: Investigación sobre temas por equipos

Día 4: Preparación de las sesiones de equipo para los días 5, 6, 8 y 9

Día 5: Sesión del equipo 1. Evaluación y retroalimentación

Día 6: Sesión del equipo 2. Evaluación y retroalimentación

Día 7: Caminata y limpieza.

Día 8: Sesión del equipo 3. Evaluación y retroalimentación

Día 9: Sesión del equipo 4. Evaluación y retroalimentación

Día 10: Youthpass, 8 competencias clave, Erasmus+, Erasmus para Jóvenes Emprendedores, Cuerpo Europeo de Solidaridad y otras oportunidades para la juventud y la creación de sus propios proyectos

Día 11: Salida

LOS DÍAS 5, 6, 8 y 9 están completamente organizados y facilitados por los participantes (por equipos) relacionados con uno de los temas de la Agencia Europea de Medio Ambiente (AEMA) previamente elegidos:

- Cambio Climático (adaptación y/o mitigación, a decidir más adelante dentro del equipo)
- Sostenibilidad urbana
- Energías renovables
- Reducir, Reutilizar, Reciclar (Economía Circular)
- La contaminación del aire
- Pérdida de biodiversidad

Enlaces:

Xeración Valencia, Spain (<https://xeracion.org/english/>)

Estudio de caso IV: Ivy Tour Basilicata

Desde 2015, Ivy Tour Basilicata trabaja para difundir un mensaje ecológico: el deseo de restablecer una antigua relación con la Tierra. Esto se logra mediante la organización de viajes y excursiones en Basilicata para reconectar a los huéspedes con la naturaleza salvaje.

La región de Basilicata, en el sur de Italia, aún no es un destino turístico de masas y la organización se compromete a evitar que lo sea. Los viajes están diseñados para grupos pequeños, para facilitar el contacto personal con y entre los participantes. También se presta mucha atención al impacto que las acciones tienen en los ecosistemas.

La organización hace todo lo posible para mejorar la economía local y los llamados destinos humanos involucrando a otros guías, alojamientos, artistas y artesanos.

Entre las principales actividades se encuentran trekking, barranquismo, excursiones entre mar y montaña, fin de semana en Basilicata, vacaciones y tour en Basilicata.

Enlaces:

Basilicata Turismo - Ivy Tour Operator e agenzia di viaggio in Basilicata (<https://www.ivytour.it/>)

Dicono di noi: rassegna stampa sui nostri ritiri di Forest Bathing - IvyTour Basilicata (<https://www.ivytour.it/blog/forest-bathing-retreat-rassegna-stampa/>)

5 motivi per intraprendere viaggi avventura in Basilicata (<https://www.ivytour.it/blog/5-motivi-per-intraprendere-viaggi-avventura-in-basilicata/>)

Free maps: Cartine e mappe della Basilicata da scaricare (<https://www.ivytour.it/blog/cartine-e-mappe-della-basilicata-da-scaricare-gratis/>)

Estudio de caso V: Aquarius Policoro: La Scuola del Mare e Della Vela

La organización escolar fue fundada en 1992 con el objetivo de transmitir la pasión, el amor y el respeto por el mar. Los campus Aquarius tienen como objetivo la enseñanza de actividades náuticas, que transmiten a los alumnos, además de la parte estrictamente técnica de las disciplinas, también espíritu marinero y mucha seguridad en el agua.

El entusiasmo, la disponibilidad, la capacidad de convivencia y adaptación, el respeto y la conservación del medio ambiente son aspectos fundamentales en la docencia y la vida en el campus.

El Aquarius opera en Policoro, un centro turístico de Basilicata con vistas a la costa del mar Jónico, entre Puglia y Calabria. En una de las pocas zonas vírgenes que desde 1997 cuenta con la 'Bandera Azul de Europa' por su mar limpio.

La organización realiza campamentos escolares. Durante la estancia se realizan numerosas actividades náuticas-deportivas y recreativas. El proyecto 'Campo Scuola' se divide en tres partes: técnico-deportivo, naturalista-ambiental e histórico-cultural.

Enlaces:

Aquarius Policoro (<http://www.aquariuspolicoro.com/>)

Estudio de caso VI: Excursiones Infopollino Centro

El Parque Nacional Pollino es el área protegida más grande de Italia, con sus 192 mil hectáreas, y se extiende entre el sur de Basilicata y el norte de Calabria. La organización se fundó en 2010 con la pasión común de apoyar este parque nacional y sus riquezas. Visitar el Parque Nacional del Pollino equivale a darse un chapuzón en la naturaleza más extrema de uno de los últimos tramos vírgenes de la península italiana.

Los servicios de guía ofrecidos incluyen: guías medioambientales y de excursiones, aquatrekking, tubing y guías oficiales del Parque Nacional del Pollino. Otros servicios incluyen técnicos y rescatistas fluviales, operadores de educación ambiental, instructores, técnicos en orientación y vida silvestre.

Las experiencias incluyen:

Trekking: caminatas sencillas y aptas para todos para descubrir el pino loricato y el Parque Nacional del Pollino.

Watertrekking: Actividad apta para todos, incluye 1,5 km de río con total seguridad, en estrecho contacto con la naturaleza para descubrir la flora y fauna del río.

Rutas con raquetas de nieve: tras las huellas de los animales salvajes y Ruta panorámica con raquetas de nieve.

Rafting y bicicleta de montaña.

Campamentos escolares y educación ambiental.

Recogida de setas y castañas: Paseos sencillos por los castañares y por los bosques de Pollino para la recogida de castañas y la búsqueda de setas.

Enlaces:

Infopollino Centro Excursions (<https://www.infopollino.com/>)

Estudio de caso VII: Conexión con la naturaleza

El evento dirigido por jóvenes reunió a un grupo de jóvenes apasionados por la conservación y la sostenibilidad del medio ambiente. Celebrado en un entorno natural escénico, el evento tuvo como objetivo profundizar su comprensión del impacto que los humanos tienen en el ecosistema y explorar formas en las que pueden contribuir a la restauración y protección de la naturaleza.

El evento fomentó un sentido de conexión y aprecio por el mundo natural a través de diversas actividades en el bosque. Los participantes participaron en experiencias prácticas, como caminatas por la naturaleza, observación de la vida silvestre, limpieza de bosques y sesiones interactivas sobre principios ecológicos. Estas experiencias les permitieron presenciar de primera mano la belleza de la naturaleza y al mismo tiempo reconocer las acciones destructivas que han llevado a su degradación, como la deforestación, la contaminación y la sobreexplotación de los recursos naturales. Las discusiones también resaltaron la importancia de las acciones individuales y colectivas para mitigar estos impactos.

Un enfoque clave del evento fue construir relaciones con la naturaleza para beneficios mutuos. Se alentó a los participantes a desarrollar una conexión profunda con el mundo natural, comprendiendo la interdependencia entre los humanos y los ecosistemas y creando una relación armoniosa con la naturaleza.

Enlaces:

Fraternitas (<https://erasmusplus.wixsite.com/fraternitas/projekty>)

Estudio de caso VIII: Brújula

El curso de capacitación ofreció experiencia práctica destinada a dotar a los participantes de las habilidades para crear actividades al aire libre que promuevan la participación activa en la naturaleza, un estilo de vida saludable y fomenten una conexión más profunda con el aire libre. Ubicado en la belleza de la naturaleza, el curso proporcionó una serie de talleres y sesiones prácticas sobre cómo diseñar y dirigir actividades al aire libre que inspiren a los jóvenes a pasar tiempo al aire libre y apreciarlo.

El curso cubrió varios aspectos de la participación al aire libre, incluidas las habilidades básicas de navegación. Los participantes aprendieron a observar e interpretar las señales de la naturaleza y a navegar en su entorno. Obtienen conocimientos sobre el uso de una brújula y un mapa, lo que les permite planificar y guiar a los jóvenes en aventuras al aire libre de forma segura. Los participantes aprenden a interpretar indicadores naturales, como el comportamiento de las aves o los cambios en la actividad animal, para predecir patrones climáticos. Esta habilidad mejora su capacidad para planificar actividades al aire libre y al mismo tiempo garantiza la seguridad y comodidad de los jóvenes participantes.

A lo largo del curso de formación, los participantes tuvieron la oportunidad de estar en el entorno natural, sumergiéndose en la experiencia al aire libre. Aprendieron habilidades esenciales para acampar y los principios de No dejar rastro, que promueven prácticas responsables al aire libre. Los participantes crearon experiencias memorables al aire libre que fomentan una conexión permanente con el entorno natural.

Enlaces:

Fraternitas (<https://erasmusplus.wixsite.com/fraternitas/projekty>)



- Baratta, M. (2019). Think outside the farm: Careers in urban agriculture. TalentEgg. <https://talentegg.ca/incubator/2011/02/18/think-outside-the-farm-careers-inurban-agriculture/>
- Bawden, T. (2015). Revealed: The shocking amount of resources needed to make products such as mobile phones, coffee and T-shirts. Independent, 7 May. <https://www.independent.co.uk/environment/revealed-the-shockingamount-of-resources-needed-to-make-products-such-asmobile-phones-coffee-and-t-10233672.html>.
- Center for Universal Education at Brookings Institution (2020). A New Green Learning Agenda: Approaches to Quality Education for Climate Action.
- European Strategy and Policy Analysis System (2019). Global Trends to 2030: Challenges and Choices for Europe. https://www.iss.europa.eu/sites/default/files/EUISSFiles/ESPAS_Report.pdf
- Freeman, K. and Mungai, C. (2018). The future of farming: The potential of young people in the agriculture sector. CGIAR, 26 December. <https://ccafs.cgiar.org/news/futurefarming-potential-young-people-agriculture-sector#Xf-EC3MzR0>.
- Gama, S. (2018). Technologies for sustainable development: Mind the gender gap. International Institute for Environment and Development, 30 April. <https://www.iied.org/technologies-for-sustainable-development-mind-gender-gap>.
- Hays (2019). 8 emerging technology jobs that are going to explode this year. <https://www.hays.ae/job-blog/8-emergingtechnology-jobs-that-are-going-to-explode-this-year/index.htm>.
- Hickel, J. (2020). What does degrowth mean? A few points of clarification. Globalizations. Available at <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/14747731.2020.1812222?needAccess=true>.
- IFOAM Organics Europe (2022). Organic benefits for climate and biodiversity. <https://www.organicseurope.bio/library/organic-benefits-for-climate-and-biodiversity/>
- International Labour Organisation (2013). 'What is a Green Job?'. http://www.ilo.org/global/topics/green-jobs/news/WCMS_220248/lang--en/index.htm.
- International Labour Organisation (2013). Meeting skills needs for green jobs: Policy recommendations. Available at https://www.ilo.org/skills/pubs/WCMS_234463/lang--en/index.htm.
- Laszlo, D. and the Dalai Lama. (1996). The manifesto of planetary consciousness. Club of Budapest. <https://www.sandervideler.com/zelfontwikkeling/wp-content/uploads/2019/07/Manifesto-on-the-Spirit-of-Planetary-Consciousness.pdf>.
- Le Monde diplomatique/taz Verlags- und Vertriebs GmbH (2019). Atlas der Globalisierung. Welt in Bewegung.
- Leichenko, R., and O'Brien, K. (2020). Teaching climate change in the Anthropocene: An integrative approach. *Anthropocene* 30, 1-4. <https://doi.org/10.1016/j.ancene.2020.100241>.
- Muhammad, S., Long, X., and Salman, M. (2020). COVID-19 pandemic and environmental pollution: A blessing in disguise? *Science of the Total Environment* 728. <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2020.138820>.
- Novello, A. and Carlock, G. (2019). Redefining green jobs for a sustainable economy. The Century Foundation. <https://tcf.org/content/report/redefining-green-jobssustainable-economy/>.
- Nebuloni, V & Van der Ree, K. (2021). Jobs and green futures for youth. International Labor Organization. https://www.ilo.org/employment/Whatwedo/Publications/WCMS_790107/lang--en/index.htm
- O'Brien, K., E. Selboe, and B.M. Hayward. (2018). Exploring youth activism on climate change: Dutiful, disruptive, and dangerous dissent. *Ecology and Society* 23(3), 42.
- Rosenberg, Visser and Cobban (2015) Demand for Green Skills in Coal Mining: Green Skills Methodology Case Study. Available at: http://www.greenskills.co.za/wp-content/uploads/2015/07/Green-Skills-in-Mining-Research-Methodology_1-March-2016_for-upload.pdf.
- Taft, J. K., & Gordon, H. R. (2013). Youth activists, youth councils, and constrained democracy. *Education, Citizenship and Social Justice*, 8(1), 87–100. <https://doi.org/10.1177/1746197913475765>
- United Nations Environment Programme (UNEP) 2015. Global Waste Management Outlook.
- United Nations Environment Programme (UNEP) 2021. GEO-6 for Youth.
- United Nations Environment Programme and United Nations Human Settlements Programme (UN-Habitat) (2021). Global Environment for Cities- GEO for Cities: Towards Green and Just Cities. UNEP, Nairobi.
- United Nations Environment Programme (UNEP) 2016. YouthXchange.
- Ville de Luxembourg. ECOlogique 2009 (Das Umweltmagazin der Stadt Luxemburg). Forêts, 12-13.
- Ville de Luxembourg. ECOlogique 2012 (Das Umweltmagazin der Stadt Luxemburg). Gestion des Déchets, 14-15.



**Cofinanciado por
la Unión Europea**

Título del resultado en la versión original (inglés)
Green-Life Skills: An Illustrative Handbook & Youth Camps Guide

Mes y Año de Publicación | Traducciones
Octubre 2023 (traducción ES) | DE, EN, FR, IT, PL

Encargado para | Nombre del proyecto
Project JV: Jeunes et des Espaces Vertes (<https://www.jointventures-greenyouth.eu>)

Acuerdo de subvención No.
2021-1-LU01-KA220-YOU-000029296