



GUÍA DIDÁCTICA

DINÁMICAS PARTICIPATIVAS PARA
UNA EDUCACIÓN TRANSFORMADORA

La Guía Didáctica que tienes en tus manos es una recopilación de dinámicas participativas, talleres y recursos, clasificados por temáticas generales en torno a la educación crítica y transformadora.

Las organizaciones Mugarik Gabe Nafarroa, SOS Racismo, SODEPAZ y REAS llevamos años diseñando y realizando talleres, dinámicas y sesiones de formación, tanto a demanda de otros colectivos y administraciones como por iniciativa propia. Hemos querido recopilar y sistematizar toda esta experiencia en una guía para poder compartirla y que esté a disposición de quien quiera replicarla. Se trata de un material que parte también de talleres de otros colectivos, alimentado por nuestras propias reflexiones, por lo que está en constante construcción y revisión. Así que te invitamos a que lo alimentes con tus propias reflexiones también.

Consideramos que estas dinámicas son fácilmente replicables, partiendo de unos conocimientos básicos, y buscan construir aprendizajes desde el debate y la reflexión colectivas.

Además, el objetivo de la Guía es ofrecer recursos orientados a la interseccionalidad de temáticas, es decir, recursos que interrelacionen diversos ejes (consumo, DDHH, género, etc.) para generar un cambio integral en el sistema.

Esperamos que este material sea de utilidad para personas y colectivos que quieran debatir y reflexionar acerca de las repercusiones que tienen nuestras acciones para así poder asumir compromisos de cambio en nuestro día a día.

Más información / Contacto / Solicitud de materiales:

Página web: <https://mugarikgabenafarroa.org/tejiendo-solidaridad-azotik-mundura/>

Email / Tfno: info@mugarikgabenafarroa.org / 948 10 73 37

Esta Guía Didáctica ha sido elaborada en el marco del proyecto "Tejiendo Solidaridad - Auzotik Mundura" (2020-2023).

Un proyecto de:



Cofinanciado por:



INDICE

DINÁMICAS PARTICIPATIVAS

PERSPECTIVA GLOBAL

<u>Mercancías, Personas y Fronteras</u>	3
<u>Interseccionalidad</u>	7
<u>Perspectivas y Miradas</u>	10

DERECHOS HUMANOS

<u>La Carrera del Privilegio</u>	13
<u>Quién es Quién - Defensoras</u>	15
<u>Bety Cariño</u>	18
<u>Palestina resiste</u>	19

ECOFEMINISMO

<u>Producción y Cuidados</u>	21
<u>Ecofeminismos y cooperación al desarrollo</u>	24

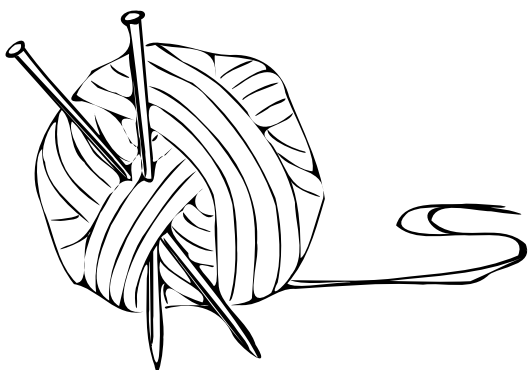
SOBERANÍA ALIMENTARIA

<u>El suelo que pisas</u>	29
<u>Semillas que crecen</u>	30
<u>Imaginando</u>	31
<u>Dos tomates y dos destinos</u>	32
<u>Desentrañando el modelo agroalimentario</u>	35
<u>La Vía Campesina y la Soberanía Alimentaria</u>	36
<u>Recorrido sensorial</u>	39
<u>Mapeando el Cuerpo-Territorio</u>	41
<u>¿De qué pasta está hecha?</u>	44
<u>La Huerta Crítica</u>	46

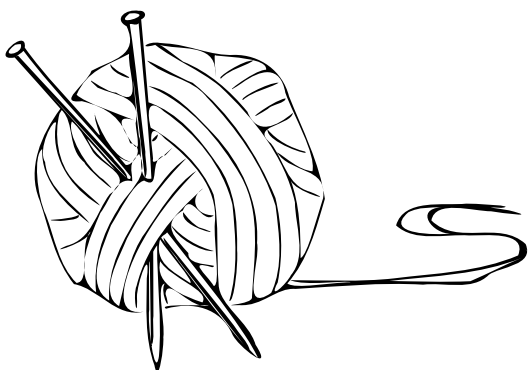
CONSUMO RESPONSABLE Y ECONOMÍA SOLIDARIA

<u>¿Lo que comes construye o destruye?</u>	48
<u>Haciendo un campamento sostenible</u>	55
<u>Juego de cartas Finantzaz Haratago</u>	60
<u>El gran juego de las finanzas</u>	61

DINÁMICAS PARTICIPATIVAS



PERSPECTIVA GLOBAL



Mercancias, personas y fronteras

Objetivos: Analizar la relación entre el modelo de consumo del Norte, la política de fronteras, y sus implicaciones en las habitantes del Sur Global.

Duración: 50 min

Edad: >12

Número de participantes: >4

Materiales:

- Tarjetas de personajes
- Carteles Norte y Sur Global
- Texto campesinado
- Cello o moco de pavo
- Varias sillas

Desarrollo de la actividad:

Preparación:

Para empezar, se coloca de manera visible a un lado de la sala el cartel de "Norte Global" y al otro lado el de "Sur Global", dividiendo el espacio en dos mitades. A continuación, colocaremos una fila de sillas en la mitad, de manera que la división de los "dos mundos" quede clara.

Repartiremos las Tarjetas de personajes a cada participante, diciendo que las miren y no se las enseñen a nadie. Las personas que tengan la tarjeta de color amarillo se colocarán en el lado de la sala donde esté el cartel "Sur Global". Las que la tengan roja en el "Norte Global", y las que la tengan azul se colocarán en el medio con las sillas.

*Para poder trabajar la reflexión del juego, al menos repartiremos una tarjeta de un bien natural (por ejemplo, 'plata'); una tarjeta de necesidad (en este caso, 'necesito plata'); una de 'frontera' y una de 'campesino/a'. Debemos asegurarnos que las tarjetas de los bienes naturales estén emparejadas. Por ejemplo, si repartimos la tarjeta "oro", otra persona tendrá que tener la tarjeta "necesito oro para teléfonos, joyería...".

¡Empieza el juego!

Vamos a lanzar unas preguntas, y a quien le aplique la pregunta tiene que levantar la mano contestando fuerte: "¡Yo!". A quien no le aplique se queda en silencio. Todas las personas debemos estar muy atentas para ver si tenemos que contestar, o ver quién contesta, porque puede que entre el grupo alguien sea nuestra pareja. Podemos poner el siguiente ejemplo: si en mi tarjeta dice "tengo pinturas" y otra persona tiene "quiero pintar la casa", seremos pareja.

Empezamos preguntando a los bienes naturales: "**¿quién tiene oro?**" y una vez obtenida la respuesta preguntamos quién lo necesita: "**¿quién necesita oro?**". A las que 'necesitan' los bienes naturales, una vez que contesten a la primera pregunta también les preguntaremos: "**¿para qué lo necesitas?**", pidiendo que lean la tarjeta completa en voz alta: "necesito oro para fabricar teléfonos, joyas...". Así sucesivamente hasta preguntar a todas las parejas de bienes naturales que hayamos repartido.

De momento no haremos más preguntas. Durante esta primera ronda de preguntas, cada participante que ha respondido "¡Yo!" ha tenido que identificar cuál es su pareja. A continuación, cuando la persona que dinamice diga "¡ya!", las personas que estén en las sillas tendrán que quitarlas lo más rápido posible, y las personas que estén en el Sur Global y han sido nombradas (oro, plata, árboles... solo los bienes naturales), tendrán que pasar al Norte Global y juntarse con su pareja. Quienes no hayan sido nombradas se quedarán en su sitio.

**Se les puede decir que tienen que juntarse con su pareja lo más rápido posible, para añadir emoción al juego, pero esto no será relevante después.*

Cuando todos los bienes naturales hayan pasado, las personas del centro vuelven a colocar las sillas como estaban, cerrando la frontera.

Recapitulamos:

Una vez que los bienes han pasado y se ha cerrado la frontera, pedimos a las parejas que lean sus tarjetas completas. Así ha quedado la situación: los bienes naturales han pasado del Sur al Norte Global y se han juntado con quienes les necesitaban. Para que esto fuera posible, se ha abierto y cerrado la frontera, así que ahora quedan los bienes naturales y quienes los usarán en el Norte, algunas personas en el Sur (campesinos/as) y otras en el centro con las sillas (frontera).

Estrategia para la siguiente ronda:

Antes del comienzo de la siguiente ronda, se acordará la estrategia con cada grupo. A las del Norte se les dirá que, si a partir de ahora alguien entra en su territorio, le den la espalda y la ignoren. A las que estén en la frontera, se les indicará que pongan muchas más sillas, y que bajo ningún concepto dejen pasar a nadie a partir de ahora. Si consideramos que en la frontera hay poca gente, podemos pedir voluntarias del Norte para que ayuden a que no pase nadie. A las del Sur se les dirá que se dispersen y sólo piensen en sí mismas y su supervivencia.

Segunda ronda:

A continuación, se leerá el texto del campesinado en voz alta y se les preguntará a las personas del Sur si quieren pasar al otro lado, es decir, del Sur al Norte Global.

Campesinas, campesinos, os habéis quedado sin tierras para cultivar porque ahora estas tierras se han convertido en campos de palma, en enormes minas o en campos de árboles talados que han viajado a Europa, Estados Unidos, Canadá... Vuestras aguas están contaminadas y ya no podéis vivir en vuestra tierra. El territorio se ha vuelto inhabitable y peligroso. ¿Queréis salir para buscar una vida mejor?

La idea es incitarles para que digan que sí, pero también puede darse la posibilidad de que alguien no quiera pasar.

A nuestra señal, el campesinado tendrá 5 segundos para pasar al Norte Global. "¡Ahora!" Cuando intenten pasar, las personas que están en la frontera no se lo permitirán, mientras entre todas hacen la cuenta atrás: "cinco, cuatro, tres, dos, uno, ¡alto!"

Recapitulamos:

Pasados los 5 segundos, recapitulamos de nuevo cómo ha quedado la disposición, y si no ha pasado nadie que quisiera pasar, se indicará a las del Norte Global que seleccionen 1 o 2 personas que pueden pasar, y éstas pasarán. Una vez en el Norte, las personas que estén ahí les darán la espalda.

Se dejarán un par de minutos para que haya reacciones y se acabará la dinámica.

Reflexión:

Al terminar la dinámica, nos sentaremos en círculo para reflexionar sobre lo que nos puede transmitir el juego. Podemos guiarnos por las siguientes preguntas:

- ¿Qué os ha parecido el juego? ¿Creéis que esto pasa en la realidad? ¿Dónde lo veis?
- ¿Os ha parecido justo? ¿Por qué?
- Vamos de grupo en grupo, primero las que necesitaban algo, luego los bienes naturales, el campesinado y la frontera. ¿Qué habéis tenido que hacer? ¿ha sido fácil, difícil...? ¿cómo ha reaccionado el resto? ¿A quién creéis que representa la dinamizadora que daba las "órdenes"?
- ¿Por qué creéis que los bienes naturales pasan, pero las personas no? ¿Esto es justo?
- ¿Qué podemos hacer para vivir sin esos bienes que estamos sacando de otros territorios, dejándolos inhabitables?
- ¿Qué pasaría si se cerrarán las fronteras para los bienes naturales, igual que se cierran para las personas del Sur?
- ¿Cómo creéis que podemos evitar que las personas que están en sus territorios no arriesguen su vida a la hora de cruzar las fronteras?
- ¿Se os ha ocurrido que, si no les quitáramos sus tierras y sus bienes, y no les contamináramos su agua, tal vez se quedarían allí a vivir tranquilamente con sus familias?

Algunos conceptos para la reflexión...

Sur Global-Norte Global: existen varios términos para referirnos a las diferentes categorías de países basándonos en su condición socioeconómica. Partimos de que el sistema político, económico y social actual es desigual e injusto, por tanto los nombres basados en él solo reflejarán esas desigualdades, colocando a unos más arriba y a otros más abajo de esa jerarquía global. El Banco Mundial y la medición del PIB (Producto Interior Bruto) especialmente, han establecido los países que siguen un desarrollo, una riqueza, un centro o dominación, un primer puesto; en relación a otros nombrados como en vías de o subdesarrollados, pobres, periféricos, tercer mundistas... Los términos Sur y Norte Global buscan nombrar esta fotografía mundial basándose en términos geográficos generales. Estos son los términos que hemos elegido aquí para mostrar estas desigualdades y dominaciones, sin olvidar que existen "Sures" en el "Norte" y viceversa.

Los bienes naturales: en el sistema capitalista y extractivista en el que vivimos, es común utilizar el término "recursos naturales" para referirse a los minerales, la tierra, el agua... Este término niega el valor propio de la naturaleza, relegándola a un mero servicio de la producción económica y la generación de riqueza en la relación sociedad-naturaleza. Sin embargo, entendiendo que el lenguaje tiene el poder de nombrar y construir la realidad, utilizamos el concepto bienes naturales para reivindicar la apropiación común de éstos, reconociendo el valor en sí mismo que tiene la naturaleza y todo lo que la compone.

El consumo responsable: es entendido como una actitud de la persona consumidora, quien además de conocer sus derechos, se guía por criterios sociales y medioambientales con el objetivo de hacer un consumo lo más sostenible y solidario posible. Aplica a todos los ámbitos de consumo: alimentación, vestimenta, tecnología, transporte, energía, turismo, etc.

El decrecimiento: es un concepto político, económico y social que busca la transición hacia un modelo que produzca y consuma de manera sostenible con la naturaleza, garantizando las necesidades y derechos de todas las personas, entendiendo que vivimos en un planeta con límites ecológicos. Por tanto, plantea que a día de hoy, especialmente en el Norte Global, debemos disminuir la producción y el consumo.

Las soberanías: la soberanía de los pueblos consiste en que sean éstos mismos quienes decidan sobre sus vidas, territorios, bienes naturales, conocimientos y prácticas, respondiendo a criterios de sostenibilidad ambiental y justicia social. Por eso, la soberanía alimentaria, energética... se basan en circuitos de baja contaminación, decisiones democráticas y colectivas, la desmercantilización, la transmisión de conocimientos, el consumo y producción local, etc.

Todos los derechos para todas las personas: la finalidad de los derechos humanos es la dignidad humana; esto significa poder vivir una vida que sea digna. Y es el conjunto de todos los derechos lo que puede garantizarla. En ese sentido, queremos romper los esquemas racistas, machistas, colonialistas, etc. que establecen quiénes pueden vivir dignamente y quiénes no, reconociendo especialmente que migrar es un derecho y debería ser una elección. Por tanto, debemos establecer las condiciones necesarias para que nadie se vea obligado/a a migrar, y quien quiera pueda hacerlo en condiciones de libertad y seguridad.

Interseccionalidad

Objetivos: Acercar el concepto de la interseccionalidad para comprender la interrelación entre diversas estructuras de opresión

Duración: 40 min

Edad: >14

Materiales:

- Un mural con una flor (ver imagen de la página 2)
- Gomet (9 gomet por cada participante, si son todos del mismo color resulta más fácil luego analizar dónde se concentran, dónde hay espacios vacíos...).

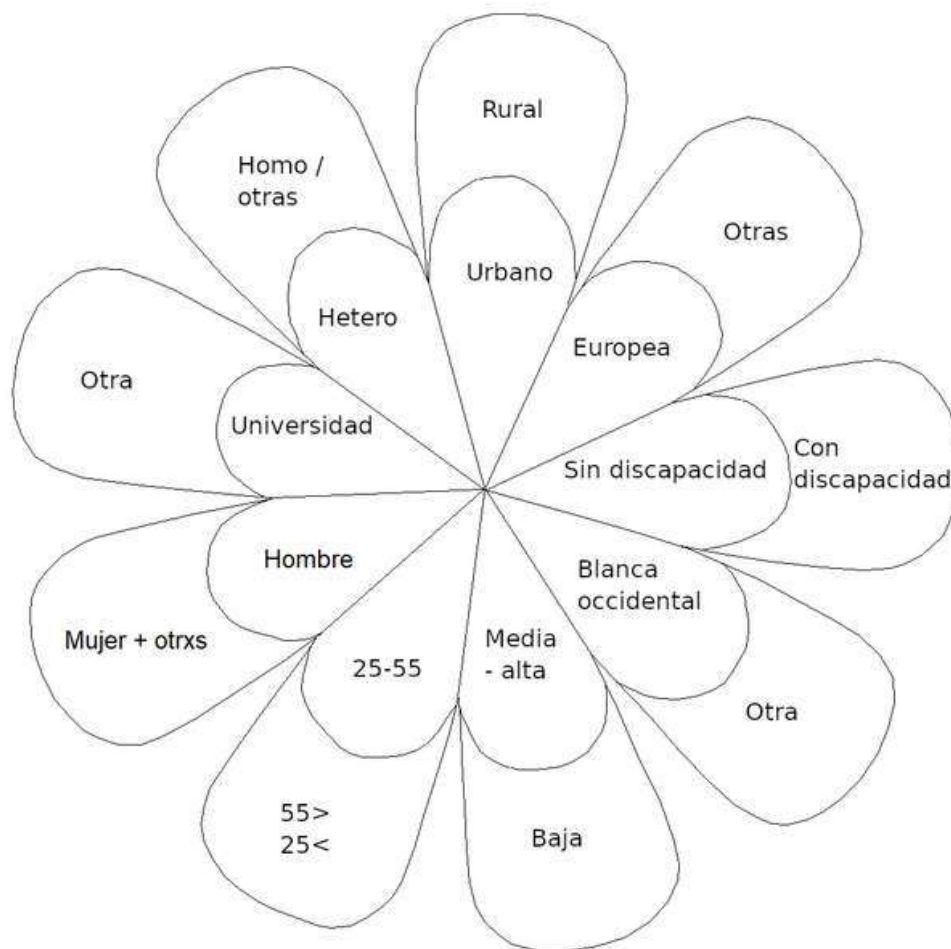
Desarrollo de la actividad:

Tenemos una flor con 9 pétalos, cada uno obedece a una categoría:

- Género: hombre / mujer + otrxs
- Edad: 25-55 / <25 o >55
- Clase: media – alta / baja
- Raza: blanca occidental / otras
- Capacitismo: con discapacidad / sin discapacidad
- Nacionalidad: europea / otras
- Formación (capital cultural): universidad / otra
- Orientación sexual: hetero / homo+otras
- Entorno: urbano / rural

*Se pueden añadir más pétalos que no estén en la flor, sustituirlos... como por ejemplo Género: cis / trans

Cada persona tiene 9 gomet y tiene que poner uno en cada pétalo, en función de dónde se ubica a sí misma.



Analizando la flor

Planteamos algunas preguntas para ir analizando el resultado que hemos obtenido:

- ¿Dónde se concentran más gomets?
- ¿Dónde no hay apenas gomets?
- ¿Quiénes están en el centro y quiénes en los márgenes? ¿Por qué?

Cada persona es atravesada por diferentes identidades sociales interrelacionadas entre sí (raza, género, clase...). Creemos que son identidades (subjetividades), categorías construidas socialmente. Estas categorías responden a una misma lógica de opresión y discriminación: sitúan a unas personas en el centro y a otras en la periferia/márgenes, dotando de más privilegios a quienes están más cerca del centro, y siendo más oprimidas quienes están más alejadas.

Por ejemplo: quien no tiene nacionalidad española, no tiene el mismo grado de ciudadanía y, por lo tanto, no tiene el mismo acceso a derechos que quienes sí la tienen. Se establece una desigualdad entre unas personas y otras.

A su vez, estas categorías se entremezclan y pueden actuar simultáneamente: por ejemplo, quien es mujer, negra y no tiene nacionalidad española está en una posición todavía de mayor desigualdad.

¿A qué sistemas de opresión responden estas categorías?

- Patriarcado.
- Adultocentrismo.
- Clasismo.
- Racismo.
- Capacitismo.
- Colonialismo.
- Heteronormatividad.

Este sistema tiene muchos tipos de opresiones: de género, culturales, según el nivel socioeconómico... En algunas ocasiones somos opresoras, en otras oprimidas; opresoras y oprimidas al mismo tiempo.

¿Qué es la interseccionalidad?

La interseccionalidad es cada pétalo de la flor (cada pétalo es una intersección). Lo que está fuera de la flor es lo que suele estar subordinado, que mantiene al centro de la flor con sus privilegios. El capital se sitúa en el centro, la organización se basa en el capital.

El término fue acuñado en 1989 por la académica estadounidense Kimberlé Williams Crenshaw. Se define como el fenómeno por el cual cada persona es atravesada por diferentes identidades sociales interrelacionadas entre sí (raza, género, clase...). Estas identidades sociales construidas mantienen una relación mutuamente constitutiva (negro/blanco, mujer/hombre...), y responden a distintos sistemas de opresión y discriminación (racismo, patriarcado, colonialismo...). Por lo tanto, la persona sufre opresión(es) u ostenta privilegio(s) en base a su pertenencia a estas múltiples categorías sociales.

El término de la interseccionalidad nos abre los ojos a la hora de ver que no somos identidades homogéneas, y que los sistemas de opresión/privilegio, lejos de estar aislados, están entrelazados y pueden actuar simultáneamente sobre la misma persona.

Una educación crítica debería ser capaz de identificar estas opresiones y una educación transformadora debería promover procesos dirigidos a suprimir estas opresiones.

Perspectivas y miradas

Objetivos:

- Tomar consciencia de que una misma realidad puede tener diversos puntos de vista
- Generar un espacio de conversación y debate en torno a temáticas sociales

Duración: >20 min

Edad: >12

Material: diversidad de objetos en función de lo que se quiera tratar

Desarrollo de la actividad:

Primer punto de vista

Se coloca al grupo en círculo. Una persona se pondrá en el centro y se quedará quieta en la posición que elija.

Desde aquí, por turnos, preguntaremos a las participantes: *¿Cuántos ojos veis?*
Algunas verán dos, otras uno, otras ninguno...

A continuación, preguntaremos al grupo: *¿Quién tiene la verdad?*

El grupo podrá cambiar de posición y si volvemos a hacer la misma pregunta, nos daremos cuenta de que lo que vemos cambia. La "verdad" de cada una es lo que ve desde su posición.

Después, pondremos en el centro un objeto cualquiera y preguntaremos a cerca de sus características físicas. Por ejemplo, si ponemos una planta podemos preguntar: ¿Cuántas hojas veis?; si ponemos una forma geométrica, ¿Cuántas esquinas veis?; etc.

*Es importante preguntar por lo que ven y no por lo que el objeto *tiene*, porque de esta forma solo respondemos lo que vemos desde nuestra posición, y esto permite comprender la analogía con el siguiente ejercicio.

Segundo punto de vista

Una vez comprendida la ronda de preguntas por *las características físicas que vemos*, pondremos en el centro un objeto que nos permita hablar de una temática sobre la que queramos reflexionar en el grupo. Y a continuación repetiremos el proceso de preguntar por turnos a algunas participantes, pero esta vez con la pregunta:

¿Qué te viene a la mente viendo este objeto?

Por ejemplo, si queremos hablar de los cánones de belleza establecidos, podemos colocar en el centro una máquina depiladora, maquillaje, planchas de pelo, etc.

Respetaremos el turno de palabra y respuestas de cada participante.

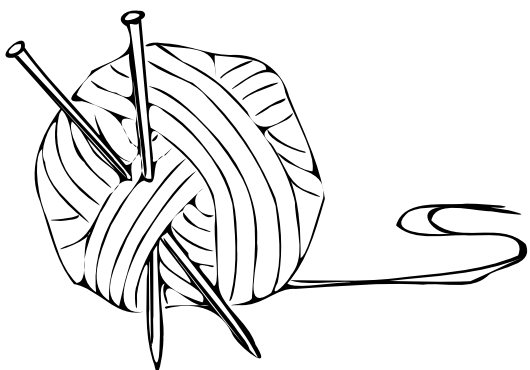
Reflexión

Todo en el mundo tiene muchos puntos de vista. Debemos tener en cuenta desde dónde hablamos y tratar de ir más allá, siendo más conscientes de la complejidad que implica una mirada, un objeto, una opinión, una acción...

Ser conscientes de que existen diversos puntos de vista y por tanto diversas realidades, no significa que vayamos a poder abordar toda la complejidad de una situación y actuar de acorde a las necesidades que se presenten, o incluso de una manera horizontal. Tomar consciencia de la diversidad de puntos de vista y del lugar desde el que miramos es un proceso de deconstrucción y construcción constante.

En el caso de los cánones de belleza podríamos preguntarnos: ¿Qué es la belleza? ¿Existen diferentes maneras de verse bello/a en el mundo? ¿Estas acciones nos hacen felices? ¿Nos permite disfrutar de la diversidad existente? ¿Respetamos otras formas de belleza o imponemos las que hemos adquirido?

DERECHOS HUMANOS



La carrera del privilegio

Objetivo: Comprender que la garantía de derechos humanos está condicionada por un sistema de privilegios y discriminación.

Duración: 35 min

Edad: >12

Materiales:

- Ordenador, proyector y altavoces
- Vídeo "[la carrera del privilegio](#)" (4'18")
- Panel con privilegios mencionados
- Cello
- Post-it.
- Bolígrafos y/o lápices.

Desarrollo de la actividad:

Proyección del vídeo

Vamos a proyectar el vídeo "[la carrera del privilegio](#)". Se debe tener en cuenta que el vídeo está en inglés y para leerlo en castellano cuenta con subtítulos que pasan un poco rápido. Antes de proyectarlo, explicamos que el vídeo está centrado en el contexto de EEUU.

Después de ver el vídeo preguntamos:

- ¿Qué hemos visto en el vídeo?
- ¿Ha sido una carrera justa? ¿Por qué?

Se deja un espacio para que compartan impresiones respecto a estas preguntas brevemente y se continúa.

¿Qué ventajas faltan?

Dividimos al grupo en subgrupos pequeños, de 3-4 personas.

Enseñamos en un panel las ventajas (privilegios) que se nombran en el vídeo:

- Que tus padres estén casados.
- Haber crecido con una figura paterna en casa.
- Acceso a educación privada.
- Acceso a un tutor gratis.
- Nunca te has preocupado porque te cortaran el servicio del celular.
- Nunca has tenido que ayudar en casa con los recibos.
- Exceptuando motivos deportivos, has recibido una beca para estudiar.
- Si nunca te has preocupado de dónde saldrá tu próximo plato de comida.

En los grupos pequeños discutirán a qué no se hace referencia. ¿Qué otras ventajas ven en el instituto, trabajo, barrio, familia, amistades, en sus vidas... además de las mencionadas en el vídeo? Las escribirán en post-it.

Por ejemplo:

- Siempre has tenido acceso gratuito a asistencia sanitaria.
- Nunca has tenido que migrar.
- Dominas el idioma del país en el que vives.
- ...

**Si se desea trabajar una estructura de dominación en concreto (patriarcado, racismo, capacitismo, etc.), se les puede pedir que piensen ventajas relacionadas exclusivamente con ese ámbito.*

Puesta en común

De grupo en grupo, irán exponiendo lo que han escrito en los post-it y los irán pegando en la pared, para que todo el grupo los vea.

Entre todas debatiremos sobre las siguientes cuestiones. Por ejemplo:

- ¿Estáis de acuerdo en que no saber el idioma es una desventaja? ¿En qué lo veis? A la hora de aprobar los exámenes, a la hora de conseguir un trabajo...
- ¿Estas desigualdades se reflejan en vuestro día a día? ¿Podríais poner un ejemplo concreto?

Como apoyo a la reflexión..

Esto que hemos mencionado, hoy en día no son derechos, sino ventajas, lo que implica necesariamente que quien las tenga esté por delante de otras personas y, por tanto, exista una desigualdad. Además, porque la vida que se ha construido es una carrera, lineal y competitiva. Así que hablar de ventajas o de privilegios es hablar de desigualdades y discriminación. El sistema está constantemente definiendo quién es el sujeto de derecho, es decir, quién puede tener educación, salud, seguridad... en definitiva, una vida digna, y quién no, y por eso el derecho se convierte en privilegio.

Hay que decir que, al contrario de lo que nos hacen creer, el hecho de ostentar privilegios o sufrir discriminaciones no está relacionado con algo que como personas individuales hayamos hecho o hayamos dejado de hacer, no es algo que nos merezcamos como premio o castigo. No tiene que ver con nuestras capacidades, las decisiones que hayamos tomado en la vida... Son estructuras que nos atraviesan y condicionan, prácticamente antes de que nazcamos (patriarcado, racismo, colonialismo, capacitismo...)*. Nos hacen creer que todo lo que tenemos (bueno y malo) nos lo merecemos (la meritocracia), porque esto es más fácil que cuestionar la estructura que hace que yo esté aquí. Hay que desenmarañar la estructura e ir denunciándola.

**Para profundizar en la relación de los derechos/privilegios con las estructuras de dominación (patriarcado, racismo...) se recomienda unir esta dinámica con la dinámica "Interseccionalidad".*

Quién es Quién - Defensoras

Objetivo: A través de conocer las historias de lucha de diversas defensoras de derechos humanos del mundo, tomar conciencia de la importancia y los retos a los que nos enfrentamos en diferentes partes del mundo al defender los derechos colectivos.

Duración: 1h mínimo

Edad: >12

Número de personas participantes: >2

Materiales:

- 1 tablero por grupo que contenga:
 - [Fotografías y nombres de las defensoras](#) (18 por tablero, se recomienda colocarlas en un orden diferente en cada tablero)
- *Si vas a hacer tu propio tablero, te recomendamos [este tutorial](#)*
- [Fichas descriptivas](#) (36 unidades)
- [Fotografías sueltas](#) (18 unidades)
- [Biografías de las defensoras](#) (18 unidades)
- Papel y bolígrafos

Desarrollo de la actividad:

Vamos a conocer personas y organizaciones del mundo que luchan contra las desigualdades e injusticias, para defender los derechos de todas las personas. Veremos ejemplos, qué y cómo lo están haciendo, cómo se enfrentan al sistema y cómo las trata éste... Conoceremos las biografías de algunas defensoras de derechos humanos de todo el mundo, para que sus luchas nos inspiren y compararlas con nuestra situación. Para ello, vamos a jugar al clásico juego del Quién es Quién.

En este juego lo habitual es que juegue una persona con otra, teniendo cada una su tablero, pero dado que esta modalidad es un poquito más compleja, se recomienda jugar al menos por parejas, es decir, una pareja frente a otra, cada una con su tablero; y máximo 4 personas frente a otras 4.

Una vez echos los grupos, se reparte a cada uno un tablero con las fotos y nombres de las defensoras, y una ficha descriptiva por cada una de ellas. Como verán, en las fichas aparece el nombre de la defensora y debajo la organización a la que pertenece, así como el continente, los derechos que defiende, las acciones que ha llevado a cabo, los logros que ha conseguido y las criminalizaciones que ha sufrido por defender los derechos humanos.

A continuación, del grupo de fotos sueltas, cada subgrupo elegirá al azar una defensora y se le repartirá su ficha correspondiente. Estas dos se pondrán sobre el tablero, y sólo podrá verlas el subgrupo que la ha elegido.

Normas:

-El objetivo es que el otro grupo adivine qué defensora hemos elegido y viceversa, a través de hacernos preguntas de respuesta sí/no, de manera intercalada -primero un grupo y luego el otro-, independientemente de si se acierta o no.

Por ejemplo: La persona que habéis elegido, ¿defiende los derechos de los pueblos? + Sí. (Se bajan las fotos que no tienen ese título en su ficha) - ¿Es de África? + No. (Se bajan las que son de África).

-Para hacer las preguntas, miraremos las características que están en negrita, preguntando o respondiendo de manera literal, es decir, exactamente lo que dice en la ficha.

-No se puede preguntar sobre la misma categoría más de dos veces.

-No se puede preguntar el nombre o la organización directamente.

-Después de contestar, y antes de preguntar, daremos tiempo al otro grupo para descartar y organizar sus fichas.

-Según cuál sea la respuesta, descartaremos algunas defensoras bajando su foto, y dejando levantadas las correctas, así como apartando o no sus fichas descriptivas.

-Solo preguntaremos directamente si la defensora elegida es X cuando solo nos quede esa levantada. Es decir, cuando solo nos queden dos defensoras y después de preguntar descartemos una, esperaremos al siguiente turno para preguntar a ver si es esa la defensora elegida. Esto es, una sola pregunta por turno.

-Cuando se pregunta a ver si la defensora elegida es X y se acierta, se gana el juego. Se juega hasta que los dos grupos ganen

Recomendaciones:

-Se recomienda tener todas las fichas descriptivas colocadas frente al tablero de manera que de un vistazo se lean todas.

-Cada persona del grupo puede asumir una función: una se encarga de subir y bajar las fotos, otra de revisar y descartar las fichas descriptivas, otra de preguntar...

-Al hacer la pregunta, podéis escribirla en un papel, para poder repasar en caso de equivocaros.

-Se puede hacer más de una ronda, repitiendo el proceso con diferentes defensoras, pero tened en cuenta que por cada defensora que se acierte se trabajará su historia. Recomendamos hacer dos rondas por lo menos.

¡A jugar!:

Una vez repartidos los tableros, las fichas y las fotos, e da un tiempo para que lean por encima las fichas y pregunten lo que no comprendan.

Cuando los grupos estén listos, el que tenga la persona más joven empieza preguntando al otro grupo (se puede elegir una portavoz, o que en cada tanda pregunte una persona del grupo).

Reflexión:

Cuando todos los grupos acaben (mínimo acertando una defensora), se le dará a cada grupo la biografía de la defensora que ha adivinado, y debatirán en grupo pequeño (se les da papel y boli). –Lo ideal es que haya dos defensoras mínimo por grupo, para que puedan tener más contenido sobre el que debatir y comparar. Si han empezado a jugar con una y no les ha dado tiempo a acabar también se les puede dar–. Les ponemos en un papelógrafo unas preguntas para generar el debate y la reflexión

- ¿Qué nos ha llamado la atención? ¿Qué le pasa a la defensora que a nosotras no nos pasa? ¿Por qué creemos que pasa esto?
- ¿Lucha desde la posición de discriminación o de privilegio? ¿Cómo transforma el sistema / las estructuras?
- ¿Qué tenemos en común? ¿Cómo somos defensoras nosotras?
- ¿En qué nos inspira esta defensora? ¿Qué hace su organización que nosotras no hagamos? ¿Podríamos poner algo parecido en marcha?

Después haremos una puesta en común en grupo grande, lanzando las siguientes preguntas:

- ¿Qué os han parecido estas historias? Resumid las ideas principales que habéis comentado.
- ¿Qué aspectos comunes encontráis entre ellas? ¿Y diferencias?
- ¿Creéis que es importante estar dentro de una organización o estar organizada para luchar por nuestros derechos?
- Y nosotras, ¿cómo somos o cómo podemos ser defensoras?

Como apoyo a la reflexión...

Recomendamos consultar la exposición "[Defensoras: mujeres que transforman](#)" de AIETI.

Bety Cariño

Este recurso didáctico pretende acercar la temática de derechos humanos a quienes participen de él. Como los derechos humanos es un tema muy complejo, se propone trabajarlo a través de un juego de mesa basado en el clásico juego del monopoly y un cómic, contextualizados en México y adaptados a la historia de lucha de Bety Cariño.

Os invitamos a jugar y a conocer la historia de Bety Cariño, indígena feminista, activista, defensora de los derechos de la madre tierra y de los pueblos.

Objetivos:

- Dar a conocer la realidad social, étnica y plural de México.
- Sensibilizar, de una manera vivencial a través de un juego de mesa, acerca de las desigualdades socioeconómicas por razones de género, etnia y poder.
 - Identificar las desigualdades y relacionarlas con vulneraciones de derechos humanos.
 - Visibilizar la fuerza de los movimientos sociales que luchan por los derechos humanos frente a grandes empresas y gobiernos corruptos.

Edad: >12

Recurso didáctico

Actividades:

- Introducción: ¿Cuánto sabes sobre México?

- Juego de mesa ([Monopoly](#))

Duración: 1h

Número de participantes: >2

Materiales:

- Tablero con dinero y fichas
- Personajes
- Ficha de datos sobre México

- [Cómic "sembrando sueños, cosechando esperanzas"](#) y profundización en derechos humanos

- Anexo I: Derecho a moverse libremente
- Anexo II: Derecho a una vida libre de violencia
- Anexo III: Derechos de la tierra y derecho a la tierra (contextualizado en Navarra)

Palestina resiste: cuando las conmemoraciones reabren cuestiones silenciadas

Esta exposición de 9 paneles nos invita a conocer la realidad que vive el pueblo palestino a causa de la colonización y la ocupación militar del Estado de Israel.

Las fotografías reflejan la continuación de la Nakba -(en árabe 'Catástrofe') la primera ola de desplazamiento masivo de la población palestina cometido por el movimiento sionista que comenzó en noviembre de 1947, cuando se aprobó el Plan de Partición de las Naciones Unidas para Palestina y cuando se firmó el cese de fuego con los estados árabes en 1949- en la falta de acceso al agua, los presos políticos, el Muro, la limpieza étnica, el impacto sobre las mujeres, los desplazamientos de la población, el robo de tierras, la guerra... y nos presenta experiencias de resistencia desde la salud, el turismo alternativo, la campaña BDS, y la incesante lucha del pueblo palestino.

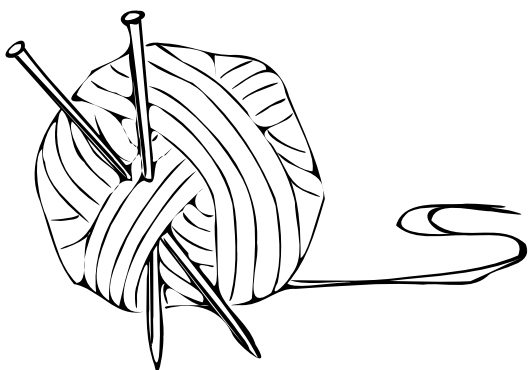
Podéis ver la exposición aquí: <http://palestina.sodepaz.org/palestina-resiste-cuando-las-conmemoraciones-reabren-cuestiones-silenciadas-1-badil/>

Objetivos:

- Dar a conocer la situación de Palestina: los impactos y resistencias frente a la ocupación del Estado de Israel.

Edad: >14

ECOFEMINISMO



Producción y cuidados

Objetivos: Relacionar el impacto ambiental, el aporte a los cuidados y la remuneración de diferentes tareas y trabajos, relacionándolos también con la asignación de roles según el género

Duración: 40 min

Edad: >12

Número de participantes: >6

Materiales:

- 3 copias de las [tarjetas](#), recortadas en papeles independientes
- Pirámide del ecofeminismo ([Anexo I](#))

Desarrollo de la actividad:

¿Qué es más... qué es menos...?

Se divide al grupo en 3 subgrupos y a cada uno se le da una colección de tarjetas, se les indica que pregunten si no entienden alguna tarjeta.

Cada grupo cuenta con 5 minutos para ordenar las tarjetas en una columna vertical en el suelo, utilizando el criterio que se les asigne. Lo mejor es que se coloquen los 3 grupos un poco separados, y paralelamente, para que las fichas ya queden puestas en el suelo en 3 columnas paralelas y así se pueda hacer una comparación clara después.

- El grupo 1 las ordenará por el impacto ecológico: abajo las que menos dañan el medio ambiente y arriba las que más.

- El grupo 2 las ordenará por la remuneración del mercado: abajo las peor pagadas y arriba las que más dinero dan.

- El grupo 3 las ordenará por su aporte a los cuidados, el bienestar y la subsistencia: abajo las más necesarias para garantizar la vida a las menos necesarias arriba.

Cuando pasen los 5 minutos y tengan las 3 columnas ordenadas, los grupos 2 y 3 visitarán al grupo 1 y tendrán que intentar adivinar cuál era el criterio de orden que tenía ese grupo. Después, el grupo 1 les explica brevemente por qué han ordenado así las tarjetas, y cuáles han sido los debates en la construcción de la columna. Esto se repite con los 3 grupos.

Repartiendo roles:

Una vez que los 3 grupos han explicado su criterio y la construcción de su columna, se les darán 2 minutos más para que sitúen un poco hacia la derecha las tareas que generalmente son realizadas por roles tradicionalmente masculinos y hacia la izquierda las que se realizan generalmente por roles tradicionalmente femeninos. Si en alguna ficha no lo tienen claro, se mantiene en el medio.

Reflexión:

Para reflexionar en grupo sobre lo que queremos trabajar con la dinámica, se proponen las siguientes preguntas:

- ¿Qué tarjetas coinciden abajo y arriba?
- Uniendo lo que significa cada columna (impacto medioambiental, cuidado de la vida y remuneración económica), ¿cómo describiríais las acciones que están abajo? ¿y las que están arriba? ¿cuáles hacen más roles femeninos, las de abajo o las de arriba? ¿y roles masculinos? ¿Qué trabajos creéis que hacen más personas racializadas y/o migradas?

Roles femeninos y masculinos: Hablamos de roles y no de 'mujeres' u 'hombres' porque entendemos que es necesario romper con la asignación tradicional de las tareas de producción y cuidados (las tarjetas) basada en el género, para caminar hacia la equidad feminista. Hablar de roles y no de 'hombres' o 'mujeres', nos permite ver que la asignación de una tarea o función social no es intrínseca al género, sino que responde a una manera concreta de ordenar la sociedad en base a ciertos intereses, en este caso, los del capitalismo y el patriarcado.

Conclusión: los roles femeninos realizan generalmente acciones medioambientalmente más sostenibles, que generan poco dinero, y que son necesarias para sobrevivir. Por el contrario, los masculinos, realizan generalmente acciones más destructivas con el medioambiente, que generan más dinero, y no son imprescindibles para vivir.

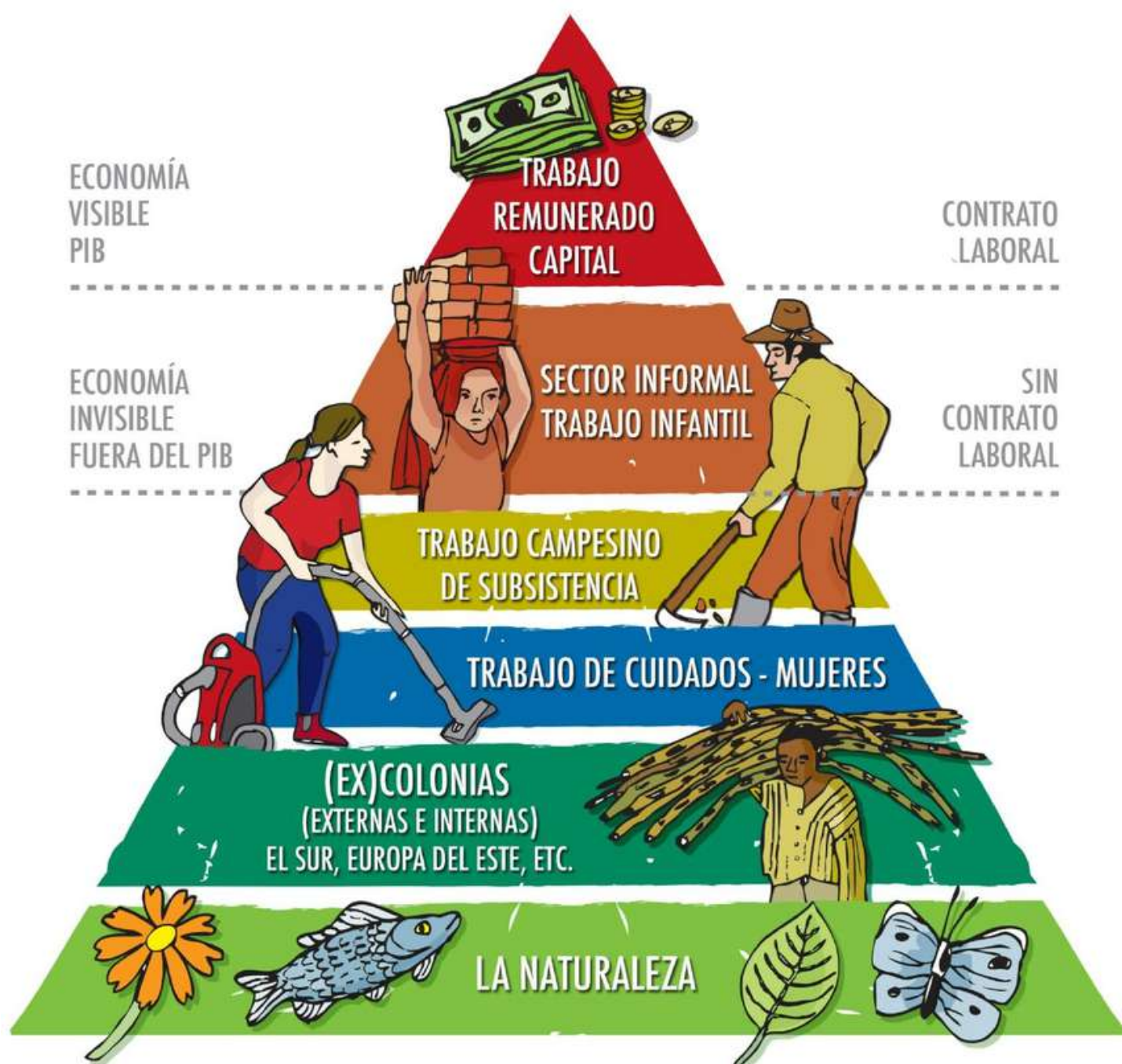
- ¿Cuáles son necesidades y cuáles deseos, sabemos diferenciarlos?
- ¿Qué necesidades hay que satisfacer para todas las personas, sabiendo que hay unos límites ecológicos? ¿La propuesta es universal? ¿Todos/as podemos tener esa vida?
- ¿Qué es una vida digna?

**Si hemos trabajado previamente la dinámica "Mercancías, personas y fronteras", podemos explicar la Pirámide del Ecofeminismo (Anexo I): El Sur sostiene ecológicamente al Norte; y los cuidados la producción, los cuales hacen principalmente mujeres, y especialmente racializadas. Somos seres ecodependientes porque dependemos de la naturaleza, e interdependientes, porque dependemos de los cuidados para vivir.*

Anexo 1:

Pirámide del ecofeminismo

El modelo iceberg de las economías patriarcales capitalistas. Fuente: Adaptación de Bennholdt-Thomsen y Mies (1999: 31). Ilustración de Imogen Shaw.



Ecofeminismos y cooperación al desarrollo

Objetivos: Reflexionar a cerca de diferentes premisas sobre el ecofeminismo y su relación con la cooperación y el actual modelo de desarrollo

Duración: 50 min

Edad: >16

Número de participantes: >3

Materiales:

- Se recomienda tener las frases escritas en una pizarra o presentación, de manera que las personas participantes puedan leerlas mientras hacen la dinámica

Desarrollo de la actividad:

Se formulan unas frases y las participantes tienen que posicionarse según estén de acuerdo o en desacuerdo. Quienes estén en desacuerdo con la frase se levantan del asiento, y quienes estén de acuerdo permanecen sentadas. A continuación, se invita a que compartan su posicionamiento, reflexiones, dudas y tratamos de hacer algún aporte teórico.

Las frases y algunas orientaciones para su reflexión son las siguientes:

1.El aprovechamiento de los recursos que provee la naturaleza nos lleva a tener unas mejores condiciones de vida y supone un avance en el progreso humano.

¿Qué entendemos por progreso?

¿Qué entendemos por aprovechamiento de recursos?

Está claro que somos seres ecodependientes, necesitamos la naturaleza y estamos sujetos a sus condiciones y límites.

2.Los indicadores monetarios al uso, como el Producto Interior Bruto, permiten entender el nivel de desarrollo de un país.

El debate sobre que el valor de las cosas se mide por el dinero, sólo lo monetario. Propuesta de la economía feminista / solidaria y social frente a la economía convencional.

El PBI expresa el valor monetario de los bienes y servicios finales que son comprados/producidos en un país en un período de tiempo determinado. Pero, ¿qué entra dentro del PIB y qué no? Los cuidados no entran, pero el gasto militar sí. Los cuidados sostienen la vida, mientras que el gasto militar la destruye. Si destruimos un hospital, entra dentro del PIB, porque ha habido un gasto, y si luego lo volvemos a construir, también entra dentro del PIB, porque ha habido un gasto.

3.La estrecha relación entre mujeres y naturaleza se sustenta en una construcción social.

Se puede comentar las distintas reflexiones que hay de perspectivas ecofeministas distintas. Por ejemplo, esto estaría más relacionado con el ecofeminismo constructivista.

4.El desarrollo tecnológico supone aspirar a la modificación de los límites de la naturaleza para avanzar hacia el progreso.

¿Qué entendemos por desarrollo tecnológico?

¿Qué entendemos por progreso?

Relacionamos desarrollo con países del Norte y con una cuestión muy “moderna”, pero las técnicas de cultivo y agricultura de los pueblos originarios también son desarrollo tecnológico.

5.El decrecimiento supone un retroceso y, por tanto, una deriva hacia la insostenibilidad de la vida.

El decrecimiento critica el consumo compulsivo de bienes como la principal causa de la degradación medioambiental. Está claro que no podemos seguir consumiendo al mismo ritmo, el planeta no da de sí. Si queremos sobrevivir como especie, tenemos que decrecer, pero no todos tenemos la misma responsabilidad. Hay un nivel de crecimiento que es necesario para una vida mínimamente digna, por ejemplo, en términos de energía: tener electricidad es un gran avance, pero no todo el mundo tiene el mismo acceso a la energía. Quienes no tengan acceso tendrán que crecer en ese sentido, pero quienes consumimos mucha más energía de la necesaria y la posible, tendremos que decrecer para que todo el mundo pueda tener unos mínimos cubiertos.

6.Las mujeres, por su capacidad de parir, están más cerca de la naturaleza y tienden a preservarla.

Ecofeminismo esencialista – Feminismo de la diferencia.

7.Los hombres abanderan la lucha por la naturaleza porque tradicionalmente se han desenvuelto en el espacio público.

El papel de las mujeres en la defensa de la naturaleza es importante porque son las que se preocupan por el aprovisionamiento material y energético, no porque les guste particularmente esa tarea ni por predisposición genética, sino porque son ellas las que están obligadas a garantizar las condiciones materiales de subsistencia. Punto de vista de un ecofeminismo del Sur o ecofeminismo de la supervivencia.

8.Las mujeres no necesitan ayuda de nadie para sobrevivir y somos autosuficientes.

Durante toda la vida, pero sobre todo en algunos momentos del ciclo vital, las personas no podríamos sobrevivir si no fuese porque otras dedican tiempo y energía a cuidar de nuestros cuerpos. Interdependencia y cuidados.

9.El trabajo sólo puede ser productivo en el sentido de producir excedente económico.

Cuestiona la propuesta binaria del espacio público y productivo, tiene que ver con lo que dice el ecofeminismo sobre la interdependencia y que el llamado trabajo reproductivo realmente es vital para la producción no solo de la vida sino en el sentido economicista también.

10.Lo que llamamos ayuda Norte-Sur (o “cooperación al desarrollo”) es una contribución positiva mucho menor que las contribuciones negativas que recibe el Sur Global desde el Norte Global.

Esta frase no hace tanto referencia al ecofeminismo, pero nos parece interesante, sobre todo como ONG de cooperación que somos. Nos parece muy interesante el concepto de antiooperación. Si definimos la cooperación al desarrollo como toda actuación del Norte que comporte un beneficio para el Sur (en la teoría), podemos definir la antiooperación como todo lo contrario, toda aquella actuación realizada en y desde el norte que tenga efectos directos o indirectos negativos para el Sur. Por ejemplo: controles migratorios, ajustes estructurales del FMI o del BM, extracción de materias primas... todo eso tiene impactos culturales, sociales, económicos... mucho mayores que la “ayuda”. Sigue siendo, en definitiva, una cuestión colonial.

11.El ecofeminismo es un nuevo término para designar un saber antiguo.

Debate sobre identificarse o no con etiquetas. Mujeres en el Sur no se denominan feministas o ecofeministas, pero trabajan según ideas de la teoría, por eso se dice que realmente es un saber antiguo. Predominio de la academia blanca y burguesa por encima de la movilización social del Sur.

Algunos apuntes para la reflexión...

Ecofeminismo: Emergió a mediados de los años 70 junto a la segunda ola del feminismo y el movimiento verde. El ecofeminismo une elementos del feminismo y del ecologismo, pero ofrece a la vez un desafío para ambos. Del movimiento verde toma su preocupación por el impacto de las actividades humanas en el mundo inanimado y del feminismo toma la visión de género de la humanidad, en el sentido que subordina, explota y oprime a las mujeres.

El modelo económico y cultural capitalista se ha desarrollado de espaldas a las bases materiales y relacionales que sostienen la vida y se constituyó, se ha constituido y se mantiene por medio de la colonización de las mujeres, de los pueblos “extranjeros” y de sus tierras, y de la naturaleza (Shiva y Mies, 1997). Frente a ello, el ecofeminismo busca poner en el centro y sacara a la luz lo que es más importante para sostener la vida humana, la dependencia de los recursos sociales y el ecosistema, pero también que las relaciones entre las personas tienen una importancia (Herrero, 2015). [1]

Ecofeminismo esencialista (clásico): las mujeres, por su capacidad de parir, están más cerca de la naturaleza y tienden a preservarla. Otorga un valor superior a las mujeres y a lo femenino, reivindica una “feminidad salvaje” y defiende la idea de recuperar el matriarcado primitivo.

Ecofeminismo constructivista (crítico): la estrecha relación entre mujeres y naturaleza se sustenta en una construcción social. La asignación de roles y funciones origina la división sexual del trabajo, la distribución del poder y la propiedad en las sociedades patriarcales.

[1] <https://rebelion.org/apuntes-introductorios-sobre-el-ecofeminismo/>

El llamado **"ecofeminismo de la supervivencia"**: busca la orientación del vínculo entre hombres y mujeres con la naturaleza a partir de la coparticipación de ambos géneros. Esto implica abandonar la concepción del yo «como un sujeto autónomo, que se construye a sí mismo, al subrayar su separación de los demás, sustituyéndolo por un sujeto relacional, que se reconoce distinto de los demás y de la naturaleza, pero que a su vez reconoce la continuidad con ellos». Propone la búsqueda de una 'acción conjunta' de campesinado, mujeres, indígenas, ecologistas, etc., para luchar contra los efectos de la globalización económica sobre mujeres, pueblos enteros y medio ambiente.

Feminismos populares: sin asumir de modo explícito ni el ser feminista ni el ser ecologista, es la lucha contra el patriarcado y, por ende, la propuesta de la despatriarcalización y la defensa de la autonomía. Implican una ampliación de las temáticas de discusión respecto del feminismo liberal clásico, pues se busca debatir sobre tierras, territorios, cuerpos y representaciones.

Feminismo comunitario y decolonial: Nace en la memoria de recuperar las luchas de las mujeres originarias pobladoras del territorio latinoamericano, que llaman Abya Yala. Puede considerarse a Bolivia como el país desde donde surge el movimiento dando visibilidad a las mujeres originarias y de las organizaciones de mujeres campesinas, tomando el empoderamiento de sus decisiones en temas de territorio y cuerpo. En los países del Sur, las mujeres tienen desde hace varias décadas un protagonismo mayor en las luchas sociales y en los procesos de autoorganización colectiva. Hoy, sin lugar a dudas, son las mujeres de las organizaciones indígenas, los movimientos socioambientales y las ONG ambientalistas las que tienen un lugar central. Se apoya en la interacción con las comunidades, oponiéndose a la autoridad de una élite tecnócrata vanguardista en la que solo ella propone y gestiona sus ideas. Pone en el centro la intersección entre el sexo/género, clase y raza, y la relaciona con las instituciones y categorías culturales impuestas por el colonialismo y el neocolonialismo que cuestiona el feminismo "eurocentrico y occidental".

Naturaleza, pueblos y personas

Objetivo: Vincular los desequilibrios de poder, las injusticias sociales y el deterioro ecológico.

Duración: 40 min

Edad: a partir de 16 años

Materiales:

Desarrollo de la actividad

Se divide a las participantes en grupos de 3-5 personas.

Se le reparte a cada grupo alrededor de 3 conceptos (Anexo I)

Trabajo en grupos pequeños (10 min):

En grupos pequeños, primero compartirán qué les sugiere cada concepto.

A continuación, por cada concepto, comentarán su relación con cada uno de los círculos del panel (Anexo II): ¿el concepto hace que haya más o menos violencia?

Ubicarán cada concepto en uno de los círculos: más cerca del símbolo – las que menos violencia generen, y más cerca del símbolo + las que más violencia generen.

Trabajo en grupo grande (20 min):

Cada grupo explicará por qué ha colocado en esos círculos cada concepto, y si hay algún debate o idea relevante que haya surgido en el grupo a la hora de decidirlo.

Se pregunta al resto de grupos si cambiarían algún concepto de ubicación y por qué.

Reflexión (10 min):

¿Se os ocurren más conceptos que reduzcan la violencia?
Se comparten las reflexiones que puedan surgir en el grupo.

Algunos apuntes para la reflexión...

Neocolonialismo: El colonialismo es un sistema de dominación política y económica impuesto por una potencia extranjera que invade un territorio con el fin de explotar sus riquezas y recursos. En América Latina, el colonialismo tuvo su inicio en el siglo XVI, cuando el imperio español sometió a los pueblos que habitaban el continente en ese entonces, usando la fuerza y la imposición de nuevas costumbres, así como la creencia religiosa cristiana. Esta forma de sumisión se define generalmente como viejo colonialismo, para diferenciarlo del nuevo.

El nuevo colonialismo sigue siendo una forma de dominación y sumisión. En este sentido, se pone en evidencia cómo este sistema reduce los países del Sur (o los Sures del Norte) a meros proveedores de materias primas y trabajo barato. Engendra violencia, miseria, desplazamiento forzoso y migraciones. Corporaciones transnacionales, prestamistas, algunos tratados de libre comercio y las medidas de austeridad que afectan a la población trabajadora y pobre son la cara moderna de este fenómeno en todo el mundo, incluida América Latina, en donde la violación del territorio de los pueblos indígenas y la depredación de los bienes naturales que ahí se encuentran es sistemática.

Territorio cuerpo-tierra: El término territorio-cuerpo-tierra viene a explicar que nuestro cuerpo y la tierra son uno mismo. Ambos están interrelacionados en los ciclos de vida. Por tanto, lo que a mí me afecta como ser humano, también le afecta a la tierra y viceversa. Si yo causo daños a la tierra (contaminándola, alterando sus ciclos, etc.), la tierra paulatinamente irá generando condiciones que no serán apropiadas para la subsistencia humana. Por eso, se vuelve necesario garantizar los derechos de la tierra/naturaleza, frente a los megaproyectos, monocultivos... que también impactan sobre nuestros cuerpos.

El concepto como tal, tiene su origen en la reivindicación de mujeres del Sur en lucha por la liberación de las opresiones del patriarcado y del capitalismo. Pone énfasis en la conexión entre la violencia que se ejerce contra las mujeres por el hecho de ser mujeres y el despojo del territorio. Las mujeres indígenas y campesinas han sufrido y sufren en primera línea los efectos del colonialismo, de la invasión, del saqueo y del despojo. En las guerras para el control de los pueblos y sus recursos, sus cuerpos han estado constantemente amenazados. Violaciones, abusos, feminicidios, saqueo y destrucción de las tierras se relacionan entre sí, por cuanto el patriarcado y la destrucción de los elementos de la naturaleza son parte de un mismo sistema de pensamiento y dominación.

En este sentido, no se puede defender el territorio y las tierras sin que se defiendan sus cuerpos; y defender los cuerpos, implica defender la tierra. Por eso, este concepto nos ayuda a entender ambas dimensiones como un solo territorio.

Cada círculo de la dinámica, sería un territorio.

Derechos de la naturaleza: En algunas Constituciones, la naturaleza, donde se reproduce y realiza la vida, tiene derecho a que se respete integralmente su existencia y el mantenimiento y regeneración de sus ciclos vitales, estructura, funciones y procesos evolutivos. Toda persona, comunidad, pueblo o nacionalidad podrá exigir a la autoridad pública el cumplimiento de los derechos de la naturaleza. Además, se incorpora el derecho a la restauración de la naturaleza y el Estado asume un régimen de desarrollo ecológicamente equilibrado, libre de contaminación y en armonía con la naturaleza, que conserva la biodiversidad y la capacidad de regeneración natural de los ecosistemas dentro de los límites biofísicos, y preserva los saberes ancestrales vinculados a la naturaleza. Si pensáramos en los derechos de la naturaleza, garantizaríamos los de las comunidades y personas.

Anexo I

Conceptos

DESPLAZAMIENTO FORZADO

SEXISMO/MACHISMO

CUIDADOS

EMPOBRECIMIENTO

RACISMO

ALIMENTACIÓN

TIERRA

ENERGÍA

COMERCIO

MINERALES

PRIVATIZACIÓN

DIVERSAS FORMAS DE VER EL MUNDO

DESARROLLO

REPRESIÓN

ORGANIZACIÓN

Anexo II



NATURALEZA

SOCIEDAD

CUERPO



Dos dibujos

Objetivos: reflexionar acerca de cómo nos vemos en relación al resto de personas, seres vivos y entorno ¿nos vemos como seres individuales, desconectados del resto de seres vivos, o formando parte de un todo interdependiente?

Duración: 25 min

Edad: > 5

Materiales: cuartillas de papel, lápices, sonido y música tranquila (opcional), relato (anexo)

Desarrollo de la actividad

Desarrollo (10 minutos)

- Con el grupo sentado en círculo, reparte a las personas participantes un trozo de papel en blanco, de las mismas dimensiones (media cuartilla).
- Dales una sola instrucción: “dibújate” y concédeles 3 minutos para que cada persona haga su dibujo en la cuartilla. [Se recomienda poner en este momento una música suave de fondo].
- Al acabar, pídeles a las personas participantes que paseen por la sala durante unos minutos, mostrando sus dibujos y mirando los dibujos de las demás personas, en silencio, sin hacer comentarios. [Continúa la música].
- Cuando se vuelvan a sentar dales una nueva instrucción: que complementen el dibujo que han hecho incluyendo “elementos que sostienen tu vida” (sin más detalle ni información, es importante que cada persona interprete libremente este concepto). Concédeles otros 3 minutos para que, si lo desean, amplíen sus dibujos. [De nuevo es importante contar con música para generar clima y fomentar la concentración].

- Repite el paseo por la sala, para que las personas puedan mostrar y observar sus dibujos.

Debate (15 minutos)

- Pide a algunas personas que describan su dibujo y compartan sus reflexiones durante el proceso

Preguntas para orientar el debate:

- . ¿Han cambiado mucho los dibujos desde la primera a la segunda vez? ¿qué han incorporado?
- . ¿Creen ahora que a sus dibujos les sobra o les falta algo? ¿por qué? ¿cuál de los dos dibujos se ajusta más a la realidad?
- ¿Qué le apporto yo al entorno, cómo lo transformo? ¿Qué me aporta o cómo me transforma el entorno a mí? ¿Cómo influye esto en nuestra vida y en la forma de relacionarnos con otras personas y el entorno?

Finaliza la actividad pidiendo a alguna persona del grupo que lea en voz alta el relato (Anexo):

Píntate, le dicen a la niña de cinco años.

Y se dibuja en el centro de la hoja. Dos ojos, boca, cuerpo que sale del cuello. Dos brazos, dos piernas. Se le olvidó la nariz.

Píntate, le dicen a la niña de cinco años.

Y dibuja muchas caras distribuidas por el papel. Caras rodeadas de árboles verdes. Una lombriz. Un pájaro.

La niña de ciudad dice: yo soy esta.

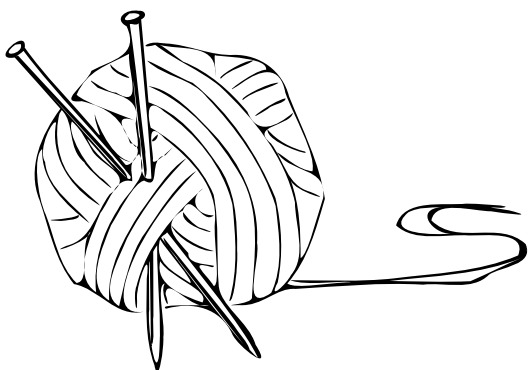
La niña indígena dice: yo estoy ahí dibujada.

Una parte del mundo se dibuja como un ser individual desconectado del resto de seres vivos.

Otra parte del mundo se dibuja desde su cosmovisión, como parte de algo que no termina ni empieza en su cuerpo. Se dibuja desde el somos, junto a otros seres humanos, ligados a la naturaleza.

No es extraño que unos sufran con el árbol talado, con la especie extinguida y otros talen y exterminen especies sin sentir nada.

SOBERANÍA ALIMENTARIA



El suelo que pisas

Objetivos: Tomar conciencia del contacto que tenemos, o no, con la tierra

Edad: Para todas las edades

Duración: 5-10 min (dependiendo del número de personas)

Desarrollo de la actividad:

Antes de empezar una sesión o actividad, hacemos una ronda con la pregunta de cuál es tu nombre y decir qué tipo de suelos sueles pisar a lo largo del día en tu cotidianeidad y por cuánto tiempo. Pueden ser: asfalto, madera, tierra, hierba, piedra...

Otra forma más sencilla y rápida es decir nuestro nombre y el suelo que más hemos pisado a lo largo de la semana.

Semillas que crecen

Edad: Para todas las edades

Duración: principio 10 min; final 20 min

Materiales:

- Un puñado de semillas por cada participante
- Un cesto

Desarrollo de la actividad:

Antes de comenzar una sesión, actividad, campamento... repartimos unas semillas. Al mismo tiempo que se reparten, podemos compartir la siguiente reflexión:

De las semillas brotan los alimentos de los que nos alimentamos para poder vivir y por tanto son esenciales para la vida. Su cuidado y su defensa se vuelve fundamental. Por eso, os compartimos a cada persona un puñado de semillas que durante la sesión queremos que guardéis donde consideréis.

Al mismo tiempo en esta sesión pueden brotar semillas, pero de otra clase y variedad. Pueden brotar nuevas ideas, reflexiones, intercambios, coincidencias, amistades, vínculos, intereses, motivaciones y un largo etc. que ni siquiera sabemos prever. Por esto, es importante que nos cuidemos y que dediquemos y valoremos estos espacios porque pueden crecer y surgir un montón de procesos e iniciativas de cambio.

Al final de la sesión las volveremos a sacar y veremos qué posibles cambios ha habido.

Al final de la sesión recordamos que hay que sacar las semillas de donde las hemos guardado, nos las ponemos todos entre las manos, cerramos los ojos y leemos uno de los siguientes poemas:

[Defensa de la alegría](#) de Mario Benedetti.

[Historia de una semilla](#) de Manuel Fernández Juncos.

En un cesto cada persona va echando sus semillas, al mismo tiempo que se les propone compartir cualquier reflexión que quieran para acabar la sesión.

Imaginando

Objetivo: Reflexionar sobre la vida urbana y rural desde la imaginación

Edad: >16

Duración: 20 min

Materiales:

- Música y altavoces

Desarrollo de la actividad:

Se lee el siguiente texto mientras todas las participantes están con los ojos cerrados escuchándolo, y de fondo se puede poner, por ejemplo, el tema “[Latinoamérica](#)” de Calle 13:

Imagina. Imagínate que ha amanecido y que vas andando, estás en un campo de cereales. Ves a un amigo conduciendo un tractor.

Sigues caminando y a lo lejos ves un caserío. Al acercarse, encuentras a alguien cosiendo pimientos chorizos. Te invitan a pasar a la cocina y allí hay otro amigo haciendo mermelada de manzana. Lo prueba, ¡y qué dulce está!

No sabes cómo, pero has vuelto a llegar a la ciudad. Cuando vas andando por la gran avenida ves a gente diferente entrando en Eroski a hacer la compra. Luego te cruzas con alguien que conoces. Viene de recoger la cesta semanal de verduras con pan casero y media docena de huevos.

Llegas a casa, enciendes la televisión. En el telediario aparecen algunos invernaderos y en él, algunos trabajadores recogiendo la fresa.

Mientras usted está en la cocina, el coordinador de un sindicato agrario está en una mesa de negociación sobre las cuotas de leche de vaca.

Tú estás cansado, se acaba el día. Y te vas a dormir.

Al terminar, podemos lanzar las siguientes preguntas para generar conversación:

- ¿Qué hay de real y qué no en el texto que se ha leído?
- ¿Podéis compartir algo de lo que habéis imaginado?
- ¿Qué emociones o sentimientos os han venido al hacer el ejercicio de imaginar?

Esta es una forma de comenzar a hablar sobre qué contacto tenemos con el campo, cuál es la situación actual desde nuestras vivencias, si nos vemos reflejadas en el texto o no y qué sentimientos o emociones nos suscita el ejercicio de imaginar. Igualmente, la canción es importante porque nos lleva al Sur y su contenido habla de muchas de las luchas del pueblo latinoamericano en cuanto al acceso a la tierra, acaparamiento, explotación de recursos, etc. Todos estos elementos y más son importantes para hablar de Soberanía Alimentaria.

Dos tomates y dos destinos

Objetivo: Refle

Edad: >8

Duración: 45 min

Materiales:

- Tomates de dos tipos: campesino y transgénico
- Plato y cuchillo para cortar los tomates
- Servilletas para limpiarse
- Ordenador, proyector y altavoces
- Vídeo ["Dos tomates y dos destinos"](#)

Desarrollo de la actividad:

Ronda de preguntas

Empezaremos haciendo algunas preguntas informales para introducir la temática y ver en qué punto está el grupo.

- Vamos a hablar de alimentación. ¿Por qué es importante la alimentación?
Para estar sanas/os, para cuidar el medio ambiente...
- ¿Qué habéis desayunado hoy?
¿Hay algo que hayan desayunado que se haya hecho/producido en casa?
- ¿Tenéis huerto en casa? ¿Qué cultiváis en el huerto? ¿Cuáles son los productos de temporada?
Por ejemplo, si estamos en otoño: castañas, nueves, avellanas, manzanas... Y en el huerto: calabazas y calabacines, cebollas, patatas...
- ¿Y los tomates? ¿Os gustan? ¿Sabéis de qué temporada son?
Julio-septiembre (dependiendo de la zona).
Es importante comer alimentos de temporada. No vamos a comer tomates en invierno.

Dos tomates y dos destinos

Pero no sólo es importante comer alimentos de temporada, hay más cosas a tener en cuenta.

Hemos traído dos tomates. Os presento a Mauricio y a K44. Vamos a ver cuáles son las diferencias entre estos dos tomates utilizando algunos de nuestros sentidos.

- ¿Cuáles son nuestros sentidos?

Vista, olfato, tacto, gusto y oído.

- Vista: ¿Qué diferencias veis entre estos dos tomates?

Cortamos los tomates en trozos, un trozo por cada participante.

- Olfato: tenéis cada uno dos trozos, ¿hay alguno que huela más? ¿Huelen diferente?
- Gusto: ¿hay alguno que tenga más sabor? ¿Saben diferente?

Pasamos las servilletas para que se limpien.

A continuación, vamos a conocer un poco más sobre Mauricio y K44. Proyectaremos el vídeo [“Dos tomates y dos destinos”](#).

Un tomate viene de una tienda de productos ecológicos, y se ha producido aquí en Navarra, sin productos químicos, como Mauricio. Otro tomate lo he comprado en un supermercado, no sé de dónde viene y no sé quién lo ha producido, pero puede ser que venga de muy lejos y haya hecho muchos kilómetros en camión, como K44.

- ¿Qué os ha parecido Mauricio? ¿Y K44?

Además de alimentos de temporada, es importante consumir alimentos que se hayan producido cerca, para que así contaminemos menos en el recorrido de la huerta hasta nuestra casa. Se llaman productos de **km0**, porque han recorrido muy poca distancia.

También es importante que no se utilicen productos químicos, porque contaminan los alimentos y la tierra, y no son saludables para nosotras. **Producción ecológica.**

Y también es importante ayudar a las y los campesinos que tenemos cerca, quienes intentan producir los alimentos cuidando la tierra, y cuidando las especies, cuidan que haya **biodiversidad**, es decir, que sigamos teniendo muchas especies diferentes de animales y de plantas, y así combatimos el cambio climático, como la campesina que cuidó a Mauricio.

La **soberanía alimentaria** busca todo eso: productos de temporada, de cercanía, ecológicos, y cuidar la biodiversidad, es decir, cuidar la salud de las personas y la salud del planeta tierra también.

Cierre / evaluación

- ¿Conocéis personas de vuestro pueblo que tengan huerta, o que vendan sus productos?
Podéis preguntar en vuestras casas, a vuestras familias, igual hay alguna vecina que vende miel, o algún vecino que hace mermeladas.
- También hay personas que se juntan para hacer las cosas más fáciles, y se organizan: por ejemplo: huertos comunitarios, o grupos de consumo.
- ¿Os ha gustado? ¿Habéis aprendido algo nuevo?

MATERIAL COMPLEMENTARIO

[“Alimentar otros modelos”](#) Guía didáctica sobre alimentación sostenible.

Y aquí el [material complementario de la guía didáctica](#).

Vídeos:

- Cuento 1: [Agricultura ecológica](#)
- Cuento 2: [Agricultura de proximidad](#)
- Cuento 3: [Agricultura Liliput](#)
- Nerea, pastora de Urbasa:
[Vídeo 1](#)
[Vídeo 2](#)

Alimentos de temporada

Objetivo: Comprender la importancia de consumir alimentos locales y de temporada

Duración: 40 min

Edad: >12 años

Materiales:

- Imágenes (Anexo I)
- Tabla de alimentos de temporada

Desarrollo de la actividad

Dividiremos al grupo en parejas o pequeños subgrupos. Repartiremos una imagen del Anexo I a cada uno, y les daremos unos minutos para que piensen qué les sugiere la imagen o en caso de haber realizado la dinámica “Alimentos kilométricos” previamente, pensarán qué tiene que ver la imagen con lo que hemos estado hablando en esa dinámica.

Cuando terminen, se hará una puesta en común donde cada grupo describirá su imagen y compartirá las reflexiones que han tenido. Cuando todos los grupos terminen, abriremos un espacio de conversación entre todas, para relacionar unas imágenes con otras y las reflexiones que puedan surgir.

Podemos reflexionar sobre los siguientes aspectos:

- ¿Creéis que hoy en día comemos lo que nos da el lugar en el que vivimos en cada época del año, o queremos comer de todo durante todo el año? ¿Esto es sostenible?
- ¿Qué métodos conocéis para conservar alimentos y poder disfrutarlos en distintas formas todo el año, sin traerlos de lejos?
- ¿Qué se hace para producir alimentos que no son de ese lugar o esa estación? ¿Para qué sirven los invernaderos? ¿Qué impacto tienen a gran escala (condiciones laborales, aumento de la temperatura, alteración del paisaje y los recursos...)?
- ¿Qué podemos hacer de manera individual para lograr una alimentación sostenible? ¿Y de manera colectiva?

De esta forma, veremos que para tener una alimentación sostenible no sólo es importante que los productos que consumimos sean locales, sino también de temporada; de producciones diversificadas y a pequeña escala, y que hay formas tradicionales de conservar alimentos todo el año para evitar traerlos de lejos.

A continuación, les repartiremos la tabla de alimentos de temporada del lugar en el que nos encontremos. Aquí un ejemplo de Navarra: <https://elpuenteviejo.es/come-lo-que-viene-aqui-tenes-el-calendario-de-temporada/>

Si da tiempo, se les puede pedir que hagan un menú sostenible para esta temporada.

Anexo I





Alimentos kilométricos

**Esta dinámica es una versión abreviada de la dinámica “¿Lo que comes construye o destruye?” que se encuentra también en esta Guía.*

Objetivo: Conocer el impacto de los alimentos kilométricos para comprender la importancia de consumir alimentos locales (km0).

Duración: 30 min

Edad: >12 años

Materiales:

- Fichas (Anexo I)
- Menús (Anexo II)
- Lápiz o bolígrafos
- Internet, móvil/ordenador
- Un ovillo de lana color rojo, y otro ovillo de color verde
- Tijeras
- Moco de pavo
- Mapas de la dinámica “¿Lo que comes construye o destruye?”

Desarrollo de la actividad

Se dividen en dos grupos y a cada uno le damos un menú (Anexo II).

A cada grupo se le reparten 5-6 fichas (Anexo I).

Cada grupo tendrá que rellenar una ficha por cada alimento que incluya el menú, buscando en internet cuántos kilómetros hay desde el lugar de origen del alimento hasta donde se encuentran. Otra opción es darles una tabla con las distancias en kilómetros.

Por ejemplo, si el primer plato es arroz con tomate, rellenarán una ficha indicando el origen y la distancia en kilómetros para el arroz, y otra ficha para el tomate. Así sucesivamente.

Al completar las fichas de cada alimento, reflejarán esas distancias pegando con lana roja (el grupo del menú 1) y con lana verde (el grupo del menú 2) en el mapa que más se ajuste a la distancia indicada. Después, por cada hilo, colocarán su ficha correspondiente al lado, para que se sepa a qué alimento corresponde cada hilo.

Cuando todos los grupos terminen de colocar sus alimentos, se hará una puesta en común comentando qué les parece el resultado, qué menú consideran que contamina menos en su transporte, cuáles creen que son los “beneficios” y los daños de consumir productos kilométricos, qué impacto puede tener en el medio ambiente, en las personas, por qué los productos que vienen de lejos son más baratos si implican más recursos... etc. Se compartirán las reflexiones que hayan podido surgir durante el proceso.

La conclusión principal que esperamos elaborar, es que cuantos más kilómetros recorran los alimentos que llevamos a la mesa, más emisiones de CO₂ se generan en su transporte, bien sea por carretera, avión o barco. Por tanto, consumir alimentos que se han cultivado y/o transformado cerca de nuestros hogares, reduce el impacto ambiental.

Para seguir profundizando en la temática, si se dispone de tiempo, se recomienda realizar a continuación la dinámica “Alimentos de temporada”.

Anexo I

Alimento:

Origen:

Distancia (km):

Anexo II

**En este caso los menús han sido elaborados para el contexto de Pamplona (Navarra), pero se pueden adaptar al contexto en el que se realice la dinámica, teniendo en cuenta que un menú sea de proximidad, y el otro no. Podemos crear tantos menús como grupos vayamos a formar.*



MENÚ 1



PRIMER PLATO

Arroz con tomate

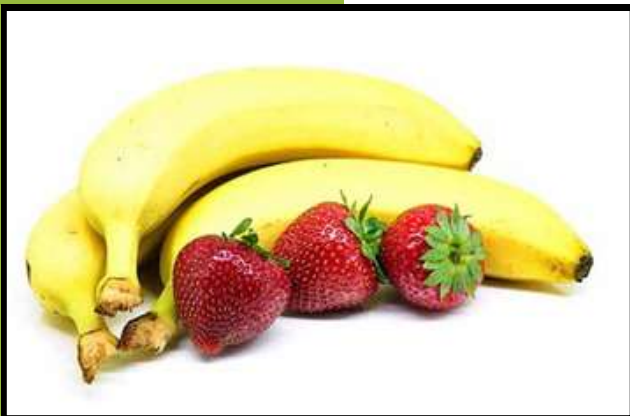
*Arroz de Tailandia
Tomate de Marruecos*



SEGUNDO PLATO

Pollo con pimientos

*Pollo campero de Brasil
Pimientos de Perú*



POSTRE

Plátano con fresas

*Plátano de Ecuador
Fresas de Huelva*



MENÚ 2



PRIMER PLATO

Arroz con tomate

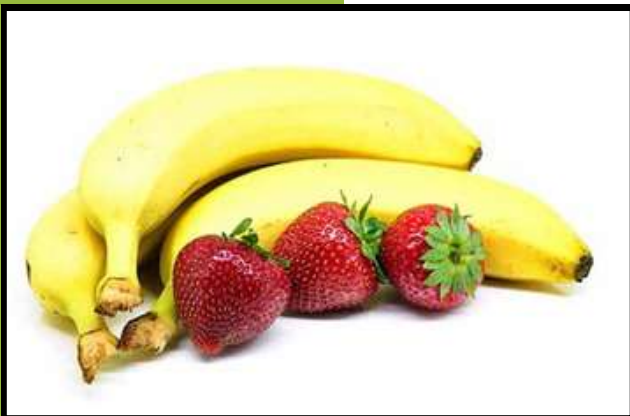
*Arroz de Valencia
Tomate de Tudela*



SEGUNDO PLATO

Pollo con pimientos

*Pollo ecológico de Etxauri
Pimientos de Lodosa*



POSTRE

Plátano con fresas

*Plátano de Canarias
Fresas de Mendigorria*

Desentrañando el modelo agroalimentario

Objetivos: Tomar conciencia de la destrucción/sinsentido del modelo alimentario actual y aproximarse al concepto de soberanía alimentaria

Duración: 1h

Edad: >16

Número de participantes: >4

Materiales:

- [Frases y cifras](#) recortadas por separado
- [Presentación](#) con las soluciones
- Ordenador y proyector

Desarrollo de la actividad:

Se conforman grupos pequeños de entre 3 y 5 personas (dependiendo de cuántas personas haya) y se les reparten, por un lado, las frases (sin cifras) y, por otro, las cifras correspondientes desordenadas (3 o 4 frases por grupo).

Se dejan 10 minutos para que completen las frases con las cifras que creen que les corresponden.

Cuando todos los grupos hayan terminado, ponemos la presentación y vamos viendo frase a frase si los grupos han acertado o no. Con cada frase, podemos lanzar las siguientes preguntas al grupo y apoyarnos en las explicaciones que se facilitan en el enlace:

- ¿Habéis acertado? ¿sabíais que esto era así?
- ¿Os sorprende la cifra? ¿por qué?
- ¿Os parece justo? ¿por qué?
- ¿Qué debates han surgido en el grupo mientras elegíais la cifra?

La Vía Campesina y la soberanía alimentaria

Objetivos: Aproximación al concepto, orígenes y contenido de Soberanía Alimentaria y orígenes y La Vía Campesina.

Duración: 30 min

Edad: >16

Materiales:

- Vídeo [¿Qué es la soberanía alimentaria?](#) (6'37").
- Ordenador, proyector y altavoces

Desarrollo de la actividad:

Proyectaremos el vídeo de la Vía Campesina "¿Qué es la soberanía alimentaria?", donde salen diferentes personas del mundo diciendo qué es para ellas la soberanía alimentaria. Es un vídeo hecho en la Cumbre de los Pueblos realizada en Buenos Aires a finales de 2017 en coincidencia con la reunión ministerial de la Organización Mundial de Comercio que se juntaba en una zona militarizada, mientras que la Cumbre en contraste se hacía a través de distintos foros en plazas y calles con miles de invitadxs, con delegaciones de todo el mundo para hablar sobre Soberanía Alimentaria con la coordinación de Grain y La Vía Campesina (LVC). Personas de distintos colectivos responden a 4 cuestiones fundamentales para entender qué es soberanía alimentaria, el importante papel de las mujeres, la importancia de la agroecología, y las consecuencias de las normativas de la OMC en la agricultura campesina.

Tras visualizar el vídeo, preguntamos a las participantes con qué se han quedado, qué han entendido...

- ¿Qué pensáis sobre las distintas definiciones de soberanía alimentaria?
- ¿Qué destacáis, en qué coincidís, o en qué no?
- ¿Conocéis la OMC y lo que hace?

La OMC se crea en 1994 para establecer normas al "libre" comercio internacional. Esto se hace en forma de acuerdos multilaterales, actualmente unos 60 que poco a poco se han ido extendiendo a todos los sectores: textil, industria, agricultura, informática, telecomunicaciones, etc. Fue promovido por los países desarrollados y, por tanto, sus intereses están por delante. Es un sistema muy complejo porque como miembros tienes que aceptar todos los acuerdos, no solo uno.

Entre otras cosas se negocian aranceles, patentes, propiedad intelectual, subsidios. Tiene 164 países miembros, que representan el 98% del comercio mundial.

LVC dice no a la OMC porque destruye los mercados campesinos aumentando la desigualdad. Por ejemplo, dan subsidios a las transnacionales del Norte, por lo que permite exportar a los países empobrecidos no pudiendo competir a esos precios; ha provocado que pocas empresas controlen la mayoría del mercado; obligan a firmar acuerdos como los TLC que patentan semillas limitando el libre uso de semillas milenarias. Por esto dicen fuera OMC de la agricultura. Información de LVC: <https://viacampesina.org/es/evento/10-de-septiembre-dia-internacional-de-accion-contra-la-omc-y-los-tratados-de-libre-comercio/>

Resumimos brevemente qué es la soberanía alimentaria:

La Soberanía Alimentaria es el DERECHO de los pueblos, de sus Países o Uniones de Estados a definir su política agraria y alimentaria, sin dumping frente a países terceros. Implica:

- Reconocer todos los procesos y agentes implicadxs desde la semilla hasta la mesa (producción, transformación, distribución, acceso a los alimentos, cultura alimenticia, tipo de dieta...) y sus derechos.
- Desmercantilización del agua, tierra, semillas, alimentos y conocimientos: no son recursos económicos.
- Producción y uso sostenibles, teniendo en cuenta los costes sociales y medioambientales en los precios, y en circuitos de baja contaminación.

- ¿Por qué desde las ONGD, hablamos de Soberanía Alimentaria?

Mugarik es una organización que denuncia la desigualdad entre los pueblos del Norte y del Sur y entre hombres y mujeres. Una de las causas es el sistema agroalimentario por todas las consecuencias que tiene y por todo lo que se aprovecha del Sur Global en cuanto a tierra, agua, semillas, explotación laboral, leyes injustas (extranjería, patentes, concesiones, subvenciones a las aéreas...). Se vuelve vital que demandemos cambiar el modelo de producción y consumo alimentario basado en la gran industria a gran escala, con agroquímicos, desplazamiento a miles de kilómetros con muchos beneficios para unos pocos a otro modelo en pequeño, campesino, local, agroecológico. Solo así puede cambiar algo un sistema tan desigual.

- ¿Qué piensan sobre cuál es la situación de Navarra en cuanto a soberanía alimentaria? ¿Se puede observar las mismas características del sistema agroalimentario mundial también en Navarra?

Es difícil tener datos y estamos en ello. Junto con ARREA, Mundubat e IPES hemos hecho una [radiografía](#) de la Soberanía Alimentaria en Navarra que podéis ver en nuestra web, así como un [manifiesto](#) de lo que pedimos para caminar hacia la SA a la administración pública.

A groso modo, en la radiografía vemos que la mayoría de lo que consumimos se importa, es posible que entre un 80-90% y la mayoría de lo que se produce en Navarra se exporta. El pequeño campesinado está desapareciendo en favor de grandes empresarios agrícolas. La tierra cultivable y la biodiversidad se han reducido. La mayoría de la tierra se utiliza para alimentación de ganado. Se están creando granjas con ganado para la exportación, Caparroso de vacas, pero también de cerdo en Olite. Se han perdido variedades de semillas. Tenemos cada vez más acuíferos contaminados y se usan más pesticidas. Con los impactos ambientales y en la salud de todos los seres vivos que eso conlleva. La superficie de cultivo agroecológico es pequeña, pero en los últimos años está aumentando el número de personas productoras inscritas en ecológico.

- ¿Cómo se lleva a la práctica la Soberanía Alimentaria? ¿Participan en alguna iniciativa? Cooperativas de consumo, grupos de consumos, huertas comunitarias, huertos urbanos, ekoaldeas...
- ¿Conocen colectivos que trabajan de alguna manera la Soberanía Alimentaria? (tanto aquí como allá). En la producción, distribución, red de semillas, sensibilización, información, etc.

Recorrido sensorial

Objetivos: Trabajar la memoria del cuerpo; vincular las emociones encarnadas con los territorios; poner en relieve los sentidos frente a la razón, ubicar cómo habitamos, recreamos y dimensionamos los territorios a través de nuestro propio cuerpo.

Duración: 40 min

Edad: >6

Materiales:

- Texto del recorrido sensorial
- Una naranja por cada participante
- Música relajante
- Servilletas
- Mantas
- Antifaces

Desarrollo de la actividad:

Pediremos a las participantes que se coloquen en un espacio de la sala en el que se sientan a gusto y se pongan cómodas. Si es necesario podemos facilitarles mantas. Les pediremos que cierren los ojos, o también podemos repartirles un antifaz. Mientras tanto, pondremos la música en un volumen medio-bajo, de manera que también se oiga nuestra voz. Cuando todas estén colocadas, empezaremos a leer el texto de manera pausada:

“Vamos a concentrarnos en la respiración. Poco a poco, lentamente vamos a ir entrando en nosotras mismas. Respiramos lentamente y vamos centrando nuestro pensamiento en la respiración, ¿cómo nos encontramos?, vamos tranquilizando nuestro pensamiento, nos relajamos al sonido de la música...”

Se entrega con ayuda de varias personas, a cada integrante una naranja.

Poco a poco voy tocando lo que tengo entre mis manos, lentamente... noto su textura... su rugosidad... voy palpando su forma... su tamaño, ¿me cabe dentro de la mano? ¿cómo noto su volumen dentro de la cavidad de mi mano?... ¿qué temperatura tiene?... voy tocando lentamente toda la naranja...

Poco a poco... lentamente... voy recorriendo mis dedos con la naranja, voy tocando mi mano con la naranja, ¿cómo se adapta a mi mano? con la parte exterior de mi mano toco la naranja...recorro mi muñeca, mi brazo con la naranja, el codo, el antebrazo, los músculos de la parte superior de mi brazo, lo recorro de arriba abajo, de abajo arriba, por dentro por fuera. Voy subiendo lentamente hasta mi cuello, recorro mi cuello con la naranja, por detrás de mis orejas, recorro con la naranja mi frente... mis ojos...

Sigo recorriendo suavemente mi cabello, bajo de nuevo por mi cuello, recorro mi otro brazo... lo recorro de arriba abajo, de abajo arriba, por dentro por fuera... regresa a mi mano. La vuelvo a tomar entre mis manos, pruebo a clavar una uña a la naranja, ¿qué siento? ¿qué nota mi uña al clavarse en esa piel?... ¿ noto su tersura?... lentamente voy a oler el espacio donde la piel se ha comenzado a abrir... ¿huele como antes? ¿me evoca algún recuerdo?

Nos vamos a llevar la naranja al oído. Ahora en el oído primero vamos a pelar un trocito, ¿qué oigo mientras la pelo?... ¿qué siento?... ¿puedo sentir desde mi oído la explosión del olor?... ¿quizás alguna gota que saltó?... ¿el frescor de la naranja tal vez? Cojo ese trozo de peladura de naranja, lo toco con ambas manos, noto su textura, ¿está suave la parte interior?... ¿está blando, terso?... ¿cómo huele? Terminemos de pelar la naranja... ¿qué voy percibiendo al separar esa piel de la otra piel que aparece? Una piel deja paso a otra...Vamos dejando a un lado las peladuras... Os propongo lentamente separar un gajo... meto el gajo en mi boca lentamente, con la lengua notamos el tacto del gajo, ¿es suave? No mordemos... solo pasamos la lengua alrededor del gajo, con la lengua vamos recorriendo ese gajo, lo vamos reconociendo. Poco a poco vamos a morder ese gajo, lentamente, como si nunca en nuestra vida hubiésemos saboreado una naranja ¿cómo se siente? Notamos su sabor y cómo va pasando por nuestra boca, por nuestro paladar... ¿es dulce?... ¿es agria?... ¿nos agrada ese sabor?... ¿esa sensación?... Ahora poco a poco empiezo a masticar ese pedazo de gajo. Noto cómo una explosión de sabor llena mi boca, ¿cómo lo nota mi boca... mi lengua... mis muelas... mi paladar...? ¿cómo percibo su sabor?

Vamos a pensar en ese olor y en ese sabor de la naranja, pero ahora pensémoslo desde el campo. Recreemos en nuestra imaginación la frescura del campo, ese sol que quema los naranjos, ese cielo azul, ese brillo, el aire, la brisa, la esponjosidad de las nubes, la luminosidad del día...Recreemos ese momento en que los campos huelen a azahar, pensemos también en ese campo que huele a tierra y a naranjas. Vamos a visibilizar ese árbol y esa tierra, esas naranjas en lo alto. ¿Es ese nuestro espacio? ¿Cuándo un espacio nos recuerda quiénes somos? ¿Cuándo lo habitamos y lo hacemos nuestro? Ese campo, esa tierra, esos naranjos, ese olor a azahar...

Ahora aparece en nuestra imagen una campesina, está trabajando... esa campesina que de pronto mima las naranjas como si fuesen perlas o esmeraldas, visualizo sus manos...cómo son...cómo habrá sido su trabajo...su esfuerzo... su dedicación... ¿cuántas cosas habrán tenido que pasar hasta que ha llegado este néctar a nuestra boca? La semilla, la siembra, el árbol, el cuidado, el riego, la cosecha, el transporte... la vida de esa mujer...

Se indica a las participantes que poco a poco, cada una a su ritmo, vayan regresando al territorio físico que habitamos en ese momento.

Pasado un tiempo de ubicarse, se abre un turno de palabra para que cada una libremente, sin direccionar las preguntas, pueda comentar cómo se ha sentido, qué le ha parecido la experiencia y cuáles han sido las evocaciones o emociones que ha vivido.

Mapeando el cuerpo-territorio

Objetivos: Tejer vínculos entre cuerpos y territorios, reflexionar juntas y crear estrategias de vida para estar mejor en nuestros territorios; generar un proceso de entendimiento de cómo nuestro cuerpo es el territorio que habitamos y cómo el territorio que habitamos configura nuestro cuerpo.

Duración: 3-4 h

Edad: >16

Materiales:

- Pinturas, rotuladores...
- Papelógrafos

Desarrollo de la actividad:

La cartografía corporal es un dibujo que hacemos de nosotras mismas y que después se convierte en un mapa. Por un lado, sirve para reflexionar sobre las agresiones que sufre nuestro territorio y cómo lo vivimos desde nuestro cuerpo. Por otro lado, sirve para adquirir consciencia del por qué es importante defender el lugar donde habitamos.

Este proceso de mapeo se puede realizar de manera individual o grupal. En el caso de que se realice un mapeo grupal será más potente si las personas del grupo pertenecen a un mismo territorio de vida.

1. Dibujamos un cuerpo humano completo, de pies a cabeza. En el caso del trabajo grupal se puede colocar a una de las personas en un papel grande y dibujar su perfil. En el caso del mapeo individual cada persona pueda dibujar su propio cuerpo-territorio individualmente en una hoja de papel grande.

2. En este cuerpo dibujamos algunos de los espacios que habitamos cotidianamente, puede ser la casa, la comunidad, el entorno ¿qué lugares identificamos?, ¿dónde ubicamos esos lugares en ese cuerpo? Los caminos que recorremos habitualmente ¿dónde los ubicamos en ese cuerpo?, ¿hay un parque, una tienda, plaza o jardín?, ¿una granja, huerta, o campo? ¿dónde las ubicamos en ese cuerpo?, ¿hay un río, o el mar, una montaña, un bosque, una calle?, ¿dónde están en ese cuerpo? Se pueden dibujar todos aquellos lugares que consideremos importante o necesario visibilizar en un mapa del territorio que habitamos.

3. Posteriormente se solicita que señalen en estos mapas del cuerpo-territorio aquellos lugares que menos nos gustan, donde nos sentimos inseguras, donde hemos sentido violencia, dolor, rabia, ¿dónde están esos lugares y cómo los dibujamos?, ¿es una calle, una parte de nuestra casa, un lugar lejano a nuestra casa, o cerca de ésta?, ¿hay conflictos en el territorio que nos afectan de forma cotidiana?, ¿cuáles?, ¿minería, extracción petrolera, conflictos agroindustriales, etc.?, ¿de qué forma afectan a nuestros cuerpos?

4. Por último, reconocemos en ese territorio-cuerpo los lugares donde encontramos nuestra lucha, nuestra rebeldía, ¿dónde se ubica en ese cuerpo?, ¿dónde nace esa rebeldía, esa palabra, ese grito?, ¿en qué parte de ese cuerpo o de ese territorio?, ¿en la calle, en la granja, en la plaza, en la comunidad, en el patio, en la cama...?, ¿cómo se expresa esa rebeldía?, ¿un grito, una palabra, una canción?, ¿se da en la cabeza, en el corazón, los pies, el estómago, las piernas...?, ¿dónde?, ¿dónde surge la creación de una movilización con otras, o solas?, ¿dónde se da ese encuentro con otras para organizarnos?, ¿sucede así?

Terminamos, nos detenemos a mirar nuestro dibujo, a mirar este mapa, ¿se encuentra todo lo que queremos plasmar en este momento?

Sentadas en círculo empezamos a contar una por una de manera individual nuestros mapas, o si lo hicimos de manera grupal cada una de las participantes del grupo explica algo del mapa.

Cuando se termina de explicar el dibujo lo colocamos en el centro del círculo, ubicamos los cuerpos juntos. Cuando hayamos concluido de exponer todos los mapas-cuerpos empezamos a mirar cómo la unión de los cuerpos forma un territorio más amplio, ¿qué ocurre ahora?, ¿qué vemos en ese territorio que ahora se forma con la unión de los distintos cuerpos?, ¿cómo se relacionan esos territorios y esas luchas?, ¿qué hay en común?, ¿qué hay de diferencia entre esos territorios? En este punto podemos generar reflexiones sobre los distintos temas que observemos sobre lo que se repite, por ejemplo, o lo que más resalta.

A través de este proceso podemos observar:

- Cuando nos auto-representamos con un mapeo del cuerpo aparecen las heridas, marcas, recuerdos especiales, lugares, espacios, saberes, haceres; es decir, la memoria y nuestras historias personales.
- Nos damos cuenta que cuando todas presentamos nuestros trabajos y cuando nos narramos expresamos nuestras emociones, vivencias y dolores encontramos parecidos con los de otras; es decir, nos reflejamos, vemos que nuestros problemas son muy parecidos, así dejamos de sentirnos solas entonces, generamos puntos en común que nos ayudan a mirar estrategias de vida, lucha y resistencia.
- En la lucha y las resistencias encontramos socias y nuestros territorios-cuerpos individuales se vuelven colectivos. Juntas creamos narrativas alternativas de esperanza que permiten la exploración de estrategias de afrontamiento reforzando el sentido de su propia capacidad de recuperación y mostrando sus propias fortalezas y debilidades.
- Con la cartografía del cuerpo nos percatamos de que habitamos el territorio y con la narración encontramos a otras para construir una estrategia colectiva.
- Los resultados que muestran las cartografías corporales sugieren ríos en las manos porque pasa por nuestro cuerpo el agua antes de llegar al suelo. Somos tierra, como decía una compañera. Las mujeres diversas producimos bienestar, conectado con el corazón o el vientre.
- La voz de las mujeres muestra que cuando hay conflicto sentimos dolores y se materializan de forma distinta si somos hombres o mujeres, o si somos mujeres urbanas y rurales. Las metodologías atravesadas por conflictos de carreteras, minas, petróleo, agua contaminada, violencia, y feminicidios nos muestran que hay territorios que se vulneran y hay cuerpos que necesitan ser cuidados, y de eso sabemos mucho las mujeres.
- Parte de lo que nos muestran los testimonios es que, si nuestros cuerpos no están bien, poco vamos a poder contribuir a la lucha. Por eso, debemos poner atención en la importancia de encontrar un bienestar colectivo e individual, reconocer que también debemos ser cuidadas. La idea es rescatar que las luchas por el territorio deben ir acompañadas de las luchas por nuestros cuerpos.

¿De qué pasta está hecha?

Objetivos:

- Analizar las posibilidades de consumo de nuestro entorno en base a criterios sostenibles
- Orientar hacia el cambio en los hábitos de consumo alimenticio

Duración: 45 min

Edad: >12

Materiales:

- Post-its
- Bolígrafos y rotuladores
- Papelógrafo
- Pastas de diferentes marcas
- Internet y teléfonos/ordenadores

Desarrollo de la actividad:

*Esta actividad se ha hecho con el ejemplo de la pasta, pero puede hacerse con cualquier otro alimento o incluso otro tipo de producto.

Preguntamos al grupo qué criterios podemos tener a la hora de comprar un alimento. Podemos pensarlo en general para nuestro día a día, a la hora de organizar una comida con amistades, un campamento, etc. Elegimos una opción.

Dibujamos una tabla en el papelógrafo. En las columnas, escribiremos estos criterios. Algunos criterios pueden ser:

- Cercanía: dónde se ha producido, elaborado, envasado...
- Precio por kg: es barato o caro
- Accesibilidad: dónde y cuándo lo venden
- Si es ecológico o no
- Ingredientes: si es sano
- Quién lo ha producido: industria grande o pequeña producción
- Si se han garantizado los derechos laborales de las personas implicadas
- Transparencia de la información
- Tipo de envoltorio: material, practicidad, si es reutilizable o reciclable, a granel...
- Si el producto es de temporada
- Etc.

Después, en las filas escribiremos los nombres de diferentes marcas de un mismo producto. En la elección de las marcas, es importante elegir una variedad amplia que nos permita reflexionar sobre diferentes opciones de consumo y modelos alimentarios.

En el caso de la pasta, por ejemplo podéis poner:

- Pasta de marca blanca
- Pasta Garofallo
- Pasta Bio Gallo
- Pasta Veritas
- Pasta Martinelli

Formamos pequeños grupos de 3-5 personas, y cada uno buscará en su teléfono o en un ordenador, la información en relación a los criterios (columnas) de la marca que le ha tocado, durante unos 20 minutos.

Escribirán la información de cada criterio en un postit y los guardarán hasta terminar.

[Aquí](#) podéis encontrar una ficha con información sobre estos ejemplos.

Pasados lo 20 minutos, haremos la puesta en común. De uno en uno, cada grupo expondrá la información que ha encontrado y pegará el post-it con la información en su casilla correspondiente.

Una vez completada toda la tabla, dejamos unos segundos para que la miren y les preguntamos:

- Viendo toda esta información, para la actividad que hemos elegido, ¿qué pasta compraríais?
- ¿Qué criterios se nos hacen más fáciles de conseguir, y cuáles más difíciles?
- ¿Por dónde podemos empezar a cambiar nuestros hábitos?

Reflexionamos sobre las dificultades que existen y hacia qué modelo de alimentación nos gustaría caminar.

La Huerta Crítica

La Huerta Crítica es un viaje hacia una utopía que consideramos no sólo necesaria, sino también urgente; la soberanía alimentaria y la igualdad entre las personas y los pueblos.

La huerta es un espacio donde cultivamos los alimentos que nos dan vida y donde creamos lazos y relaciones. En nuestra Huerta Crítica hemos sembrado ideas, regado reflexiones y cosechado paneles. Y decimos que es crítica porque desde ella miramos más allá, para cuestionar lo que nos rodea y cuestionarnos a nosotras mismas.

Os invitamos a que transitéis este camino de paneles en los que se recogen ideas básicas para comprender el sistema agroalimentario, con información sobre los modelos imperantes y las alternativas. Recorred el camino desde que el campesinado siembra hasta que una persona consume el fruto de la tierra en su casa.

En definitiva, escuchad la llamada a tomar conciencia y a construir vuestra propia huerta crítica.

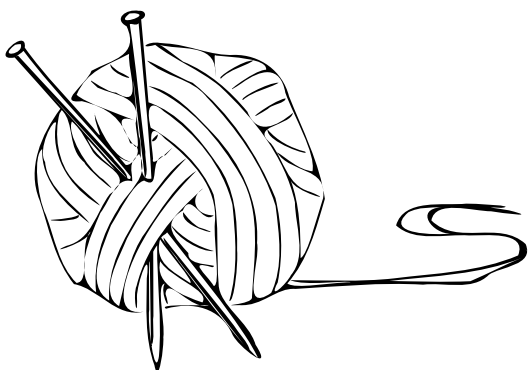
Objetivo: Analizar diversos aspectos del sistema alimentario mundial desde una perspectiva medioambiental, política, económica y social.

Edad: >14

Dossier

Exposición: 19 paneles en euskera y 19 paneles en castellano

CONSUMO RESPONSABLE Y ECONOMÍA SOLIDARIA



¿Lo que comes construye o destruye?

Objetivos: Acercarnos al sistema agroalimentario actual y revisar nuestros hábitos alimenticios, relacionando nuestra cotidianidad con impactos más globales.

Duración: 90 min

Edad: >12

Materiales:

- Mapas impresos en tamaño grande (pág. 3 y 4)
- Folios en blanco (uno por participante)
- Dos papelógrafos grandes
- Pinturas, rotuladores, lápices...

En este taller - "¿Lo que comes construye o destruye?"* - hemos querido tratar diferentes aspectos, para lo que planteamos tres fases:

Mapa del ahora, partiendo de la cotidianidad de cada persona e interrelacionando diferentes conceptos y situaciones más globales.

Para reflexionar, analizando los aspectos más destacables del mapa. En esta fase pretendemos hablar de la desconexión con el aquí y el ahora, es decir, pararnos a pensar acerca de si comemos productos de temporada, locales y si sabemos quién y cómo produce esos alimentos.

Mapa del futuro, reflejando las oportunidades que nos brinda nuestro entorno más cercano para así poder identificar los cambios asumibles por cada persona, tanto individuales como colectivos. Esta fase se podría resumir en la siguiente frase "Piensa global y actúa local", y responderíamos a preguntas como: *¿Qué puedo hacer yo?* y *¿Qué podemos hacer nosotros/as?*

*Para nombrar este taller hemos copiado el título de este curso: "Soberanía alimentaria: ¿lo que comemos construye o destruye?" Programa, vídeos y materiales de las sesiones:
<https://www.ucm.es/agroecologia/soberania.alimentaria>

Mapa del Ahora

Antes de comenzar, es conveniente contar con unos mapas impresos en tamaño grande, desde el más local hasta el más global (barrio/pueblo, estado, continente, mundo)... [Ver páginas 3 y 4].

Para este taller se requiere de una o varias personas que dinamicen, dando indicaciones y formulando preguntas (aunque también se puede hacer de manera colaborativa entre todas las personas del grupo).

A continuación, se presentan las preguntas e indicaciones (aunque algunas indicaciones requieran, por ejemplo, dibujar, si la gente cree que puede expresarse mejor de otra forma, adelante)

1- ¿Qué has desayunado hoy?*

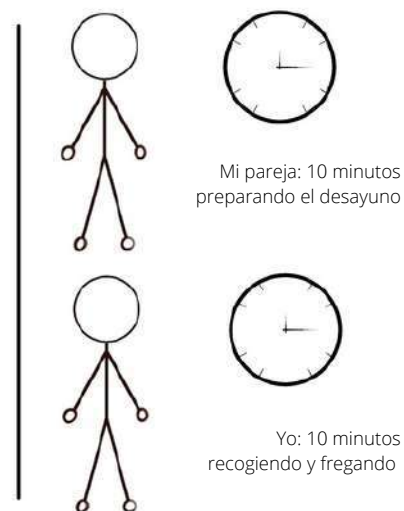
Cada persona tendrá su propio papel, y tendrá que dibujar qué ha desayunado: productos, ingredientes...

2- ¿Con quién has desayunado? ¿Quién ha preparado el desayuno? ¿Cuánto tiempo se ha invertido en preparar el desayuno, recoger, fregar...? ¿Y cuánto tiempo se ha invertido en tomar el propio desayuno?

En el mismo papel individual cada persona dibujará con quién ha desayunado e indicará cuánto tiempo se ha invertido antes de tomar el desayuno (preparación), durante y después (limpieza, recogida...).

Aquí un ejemplo:

Mi desayuno: café + tostada con aceite, tomate y jamón
(15 minutos para desayunar)



Colocamos todos los dibujos en un primer mural. Podemos hacer una primera ronda de reflexión, o podemos dejarlo para el final, cuando acabemos el mapa.

**Hemos elegido desayuno, porque generalmente hay más coincidencias entre los diferentes desayunos y hay menos productos, pero se puede elegir cualquier comida del día, en función del momento en el que hagamos el taller, el grupo, el tema que queramos trabajar...*

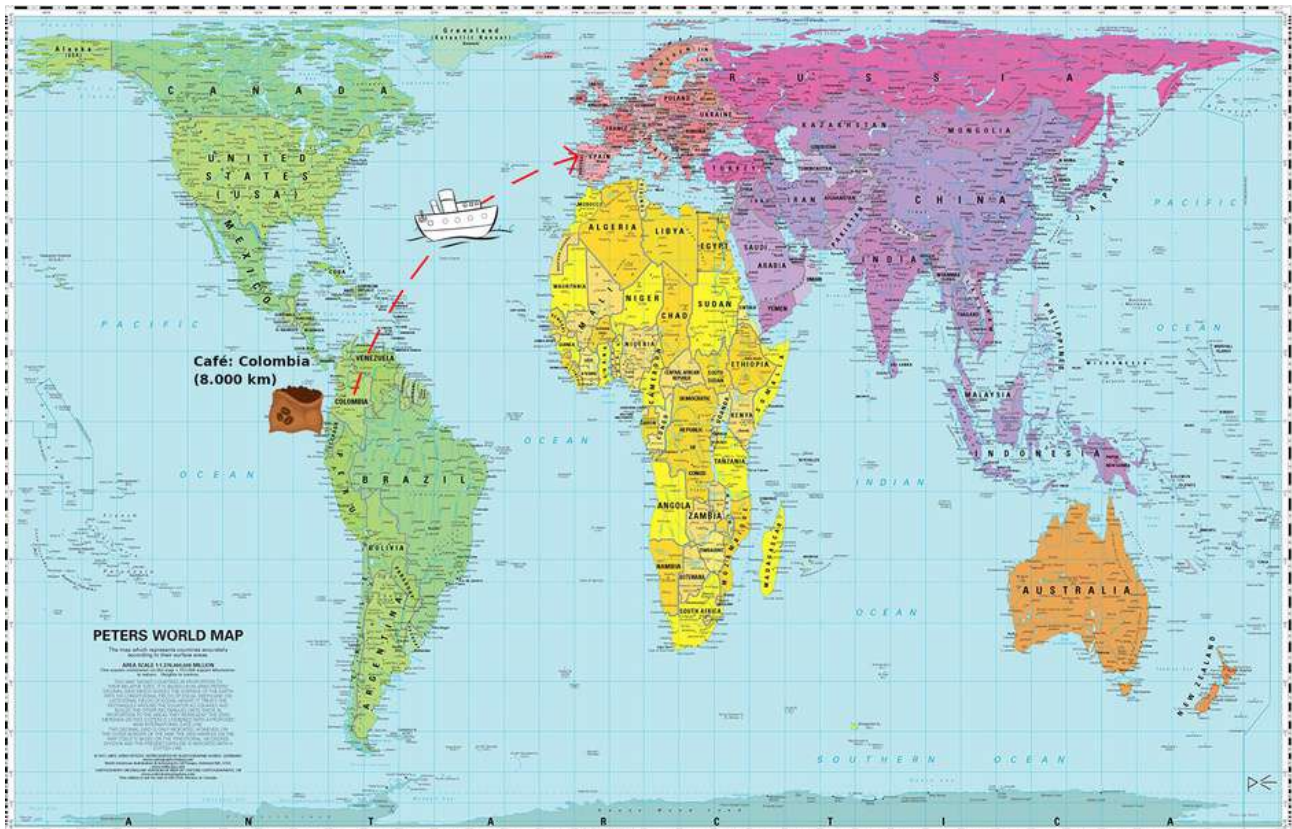
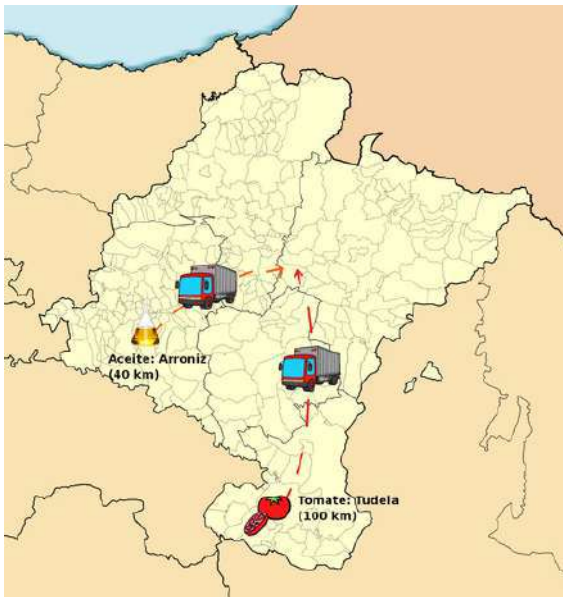
Ahora dibujamos todas en el mismo mapa. Será un mapa del barrio/pueblo/ciudad... Cada persona dibujará líneas que partan desde su casa e indiquen los desplazamientos que ha hecho para adquirir esos alimentos (a la carnicería, al súper, al huerto...), y reflejamos cómo hemos hecho esos desplazamientos (en coche, andando...).

[illegible]

De entre todos los productos de todos los desayunos, elegiremos unos pocos para plasmar en el mapa el recorrido que han hecho desde su lugar de producción hasta el lugar donde los hemos adquirido. También se puede indicar cómo se han hecho esos recorridos (camión, barco...). Es muy probable que no sepamos de dónde vienen (lo cual también es un aspecto sobre el que podemos reflexionar: la desinformación), por eso, hemos incluido al final de este apartado una lista de algunos alimentos y los lugares de origen más habituales, así como algunos datos de interés sobre los que podemos reflexionar [Ver página 5].

En la siguiente página un ejemplo:

Del desayuno del ejemplo anterior hemos seleccionado los siguientes elementos para rastrear su procedencia: aceite, tomate, jamón y café. Sabemos que el aceite y el tomate proceden de Navarra, pero para plasmar el origen del jamón ya no era suficiente el mapa de Navarra, hemos necesitado un mapa estatal, y para el café uno mundial.



Este mapa es una proyección de Gall-Peters. Al intentar proyectar una esfera (la Tierra) en un mapa plano es inevitable que haya distorsiones, pero hay algunas proyecciones que presentan mayores distorsiones que otras. La proyección de Mercator (la más común) otorga gran espacio a las tierras más cercanas a los polos y hace parecer al norte de Europa, Rusia y Canadá mucho más grandes de lo que son realmente. Esta proyección, la de Gall-Peters, se adapta mejor a las proporciones reales de las áreas de los diferentes continentes

Aquí adjuntamos una lista del origen de algunos alimentos que componen nuestros desayunos, para que sirva de apoyo para completar los mapas.

Aguacate

Los mayores países exportadores globales de aguacate son México, Países Bajos, Perú, y España en cuarto lugar[1]. Pero, aunque España aparezca como uno de los mayores productores, también importa aguacate y, en gran medida, el aguacate consumido en España es importado.



Café

Los mayores productores de café son Brasil, Vietnam, Colombia, Indonesia, Honduras, Etiopía, India, Uganda, México y Perú[2].



Cacao

Los mayores productores de cacao son Indonesia, China, Camerún, Brasil, Venezuela, Perú, Costa de Marfil, República Dominicana, Colombia y Nigeria[3]. Sin embargo, hay que diferenciar cacao y chocolate, ya que los productores de cacao y los que lo transforman y consumen no son los mismos. Entre los mayores productores de chocolate están Holanda, Alemania, Bélgica y Francia[4]. De hecho, el chocolate que se consume, por ejemplo, en Brasil, aunque provenga de cacao del propio Brasil está transformado en países europeos, así que ha hecho el viaje de ida y vuelta.



Avena

España aparece entre los 10 primeros productores mundiales[5]. Se podría decir que la avena producida en España se consume aquí, pues no tiene un gran volumen de exportación (aunque sí aparece entre los 10 países que más avena importa).



Té

China e India producen el 60% del té mundial. Luego van Kenia, Sri Lanka, Vietnam, Indonesia y Japón[6].



[1] Los 10 mayores exportadores mundiales de aguacate: <https://www.freshplaza.es/article/9165776/los-10-mayores-exportadores-mundiales-de-aguacate/>

[2] Los 10 mayores productores de café del mundo - 2019: <https://quecafe.info/mayores-productores-de-cafe-en-el-mundo/>

[3] Principales productores de granos de cacao en 2018, por valor de la producción: <https://es.statista.com/estadisticas/636071/cacao-principales-productores-del-mundo-por-valor/>

[4] Mercado internacional del cacao: http://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/ciei_uh/20180517102233/MercadoInternacionalCacao.pdf

[5] Los principales países productores de avena del mundo: <https://www.atlasbig.com/es-es/paises-por-produccion-de-avena>

[6] Los principales países productores de té: <https://www.biotea.es/los-principales-paises-productores-de-te>

Para Reflexionar

Observamos los diferentes mapas que acabamos de dibujar y compartimos nuestras reflexiones. Se puede dejar el espacio abierto para que surjan las reflexiones espontáneas, o podemos formular preguntas para ayudar a participar. Os planteamos algunas preguntas, por si sirven de ayuda.

Viendo el primer dibujo del desayuno, podríamos reflexionar sobre los siguientes aspectos:

- ¿Qué similitudes/diferencias hay entre cada desayuno?
- Viendo el tiempo que cada persona dedica en cada hogar, ¿hay algo que nos llame la atención? (roles de género, tiempo dedicado al desayuno, si le damos importancia...).

Si nos fijamos en los mapas, podríamos hablar sobre las siguientes cuestiones:

- ¿Qué nos ha llamado más la atención?
- ¿Sabemos dónde se producen los alimentos que consumimos? ¿Nos ha costado contestar a esta pregunta?

La realidad es que no solemos saber de dónde vienen los alimentos que consumimos. De hecho, solemos sorprendernos al conocer que la mayoría de los productos que consumimos viaja de media 5.000 km.

- ¿Quién ha producido esos alimentos? ¿Cómo nos imaginamos ese productor/a? ¿Es propietario/a de las tierras que cultiva?

El 70% de lo que se come en el mundo lo han producido pequeños campesinos y campesinas (y el 70% del pequeño campesinado son mujeres). Sin embargo, el 6% de la población mundial es propietaria del 65% de la tierra.

- ¿Podemos imaginarnos los impactos que generan estos alimentos kilométricos?

Los impactos son muchos: ambientales, sociales, económicos... Querer informarse es un primer paso importante, pero por si tenéis curiosidad, os compartimos un documental acerca del aguacate: El aguacate: el lado oscuro del superalimento: <https://www.youtube.com/watch?v=IWqUSGJg1eU>

- ¿Cuándo ha sido producido ese alimento? ¿Sabemos cuándo se siembra y cuándo se cosecha? ¿Sabemos cuáles son los alimentos de temporada?

Hay muchos calendarios e infografías que nos muestran los productos de temporada, a modo de ejemplo: <https://elpuenteviejo.es/come-lo-que-viene-aqui-tenes-el-calendario-de-temporada/>

- ¿Qué no nos ha gustado de este mapa?

Mapa del futuro

Ya tenemos una “fotografía” del ahora y hemos identificado qué aspectos no nos gustan de este ahora, ¿y ahora qué?

Para acabar en positivo y con buen sabor de boca, vamos a hacer otro mapa que refleje los cambios que podemos asumir y obtener así una fotografía que nos agrade más. Esta vez tendremos un papel en blanco y tendrá que ser el propio grupo quien decida qué mapa dibujar: el barrio, el pueblo, la ciudad, la comunidad... (cuanto más local sea más fácil será plasmar cambios asumibles y palpables).

- ¿Qué oportunidades identificamos en este mapa?

Se trata de que cada persona comparta qué conoce de su entorno que puede aportar a asumir cambios: por ejemplo, productores/as de la zona, tiendas ecológicas y de km 0, mercados, grupos de consumo... De esta manera obtendremos un mapa de “oportunidades”, y quizás aprendamos algunas que no conocíamos.

- ¿Qué cambios querías hacer? Procura que sean concretos y asumibles, no demasiado ambiciosos.

Cada persona puede indicar qué cambios puede/quiere asumir en su vida cotidiana para cambiar esos aspectos que no nos han gustado. Por ejemplo: “a partir de ahora le voy a comprar las mermeladas a mi vecina, en lugar de comprarlas en el súper”.

También se pueden pensar cambios a nivel grupal (por ejemplo, crear un grupo de consumo, informarnos acerca de huertos comunitarios...).

"Las acciones individuales suman, pero sólo la acción colectiva transforma"

Andreu Escrivá y Asier Arias

Os compartimos un enlace como apoyo y, por si se le quisiera dar continuidad al taller, os dejamos una propuesta:

- Elikart, cartografía del tejido social alimentario en Navarra: <http://www.elikart.org/index.html>
- Si uno de los aspectos que más nos ha llamado la atención es la falta de información acerca de lo que comemos, podemos plantear asumir como compromiso investigar acerca de dónde vienen los productos que compro y quién y dónde se producen. Este proceso de investigación también puede llevarse a cabo colectivamente.

Haciendo un campamento sostenible

Objetivos:

- Reflexionar sobre la práctica del consumo responsable desde sus múltiples dimensiones (ecológica, de cuidados, relaciones Norte-Sur, etc.).
- Analizar las posibilidades de poner en práctica un consumo responsable en las actividades cotidianas de nuestros colectivos.

Duración: 2 horas

Edad: >14

Materiales:

- Pelota
- Papelógrafo o pizarra
- Rotuladores de colores
- Termómetro: dibujar una línea y en su extremo izquierdo poner "ESS" y en el derecho "economía capitalista". Marcar el centro con una línea vertical.
- [Criterios de la economía social y solidaria](#)

Desarrollo de la actividad:

Introducción

Dispondremos al grupo en círculo, y haremos una pequeña lluvia de ideas sobre dos preguntas:

- ¿En qué nos fijamos cuando compramos algo?
- ¿Qué le pediría a las empresas? ¿Cómo creo que tienen que comportarse?

A medida que las participantes contestan, una persona apuntará las respuestas en una pizarra o un papelógrafo, de manera que todo el grupo las pueda ver.

Para facilitar la participación, se puede hacer la lluvia de ideas pasándose una pelota.

Esto servirá para romper el hielo y nos dará insumos para las posteriores discusiones.

¿Cómo es nuestro campamento?

Se elige una actividad que haga el grupo, por ejemplo, la organización de un campamento, unas convivencias, etc. Puede ser el último campamento que realizaron o alguno que piensen realizar.

Análisis de las necesidades. Se hace un listado de las necesidades que es necesario abastecer: lugar, seguros, transporte, alimentación, luz, calefacción, agua, limpieza... Se van escribiendo títulos esparcidos sobre un papelógrafo.

¿Cómo cubrimos las necesidades?: Para cada necesidad se busca el proveedor de donde se ha obtenido, cómo se ha solventado esa necesidad (compra en supermercado, transporte en coches particulares, en bus...). Se escriben en el papelógrafo con otro color, junto a los títulos de las necesidades.

Reflexión sobre los consumos: de los consumos y proveedores planteados en el punto anterior se hace un análisis de qué hay detrás de él. ¿Qué modelo económico estamos apoyando? ¿Qué criterios hemos utilizado para la compra? Para ello, podemos guiarnos de los siguientes puntos:

- Qué hemos comprado, los productos que hemos adquirido. Analizar si son productos locales o han sido producidos en lugares muy lejanos. ¿Son de pequeñas producciones o de grandes multinacionales? ¿Cómo están envueltos? ¿Son ultraprocesados o elaborados de forma más casera? ¿Son productos de temporada? ¿Quién se ha quedado con los beneficios?
- Dónde los hemos comprado: En una gran superficie, en varias tiendas de barrio, en el propio lugar donde vamos a hacer el campamento. ¿Quién se ha quedado con los beneficios? ¿La información sobre el producto es accesible? ¿sabemos si se garantizan los derechos de quienes lo han producido?
- Cómo nos hemos transportado: ¿Hemos compartido vehículo? ¿Hemos usado transporte público? ¿Hemos tenido en cuenta el lugar para ir en transporte público?
- Gestión de residuos: ¿hemos tenido en cuenta cómo vamos a deshacernos de los residuos generados? hay que pensarlo desde la compra.
- Servicios: ¿Qué otros servicios hemos contratado? (seguros, catering, transporte, informática, limpieza...) ¿Qué hemos tenido en cuenta a la hora de contratarlos? ¿Sólo el precio?
- Cuidados: ¿Quiénes se han implicado en la adquisición (planificación, gestión, compra...) de esos productos? (mujeres, hombres, chavalería, monitorado, familias...) ¿Cuánto tiempo han dedicado? ¿Cómo nos hemos organizado? ¿Cómo se han tomado las decisiones?

Para ver de qué modelo económico estamos más cerca, podemos mover el termómetro un palmo hacia la izquierda cada vez que hayamos usado un criterio relacionado con la economía solidaria, o un palmo hacia la derecha si está relacionado con la economía capitalista. Sin pretender exactitud, para ver si estamos más desplazados hacia un lado o hacia el otro cuando acabemos el ejercicio.

Reflexionaremos sobre los distintos sistemas productivos (solidario, capitalista...) y la implicación de nuestras decisiones de consumo sobre el modelo económico y social que creamos. El objetivo no es tanto hacer un análisis concienzudo de todos los consumos sino tener en cuenta que un acto de consumo tiene implicaciones más allá de lo que a veces vemos y que si queremos que las cosas sean diferentes tenemos que hacer cosas diferentes.

La economía social y solidaria

A continuación, introduciremos el concepto de economía social y solidaria, retomando las respuestas que hemos dado al principio a las preguntas de "en qué me fijo cuando compro algo" y "qué les pediría a las empresas".

La **ECONOMIA SOCIAL Y SOLIDARIA** es una propuesta alternativa a las lógicas de la economía capitalista que propone una serie de prácticas para hacer de las actividades económicas un instrumento al servicio del desarrollo humano sostenible para la transformación social.

Son un conjunto de prácticas económicas que se construye en la relación entre lo local y lo global, comprometidas con el entorno social y el medio ambiente. La ESS está orientada al bienestar de la población, a través del empoderamiento de las comunidades.

La ESS contribuye desde hace décadas a un cambio de modelo

- + a través de la promoción de circuitos económicos alternativos;*
- + el emprendizaje social basado en el trabajo colectivo;*
- + el impulso de la gestión comunitaria y cooperativa de bienes y servicios comunes*
- + el desarrollo de otras formas de intercambio (mercados y monedas sociales, consumo colaborativo y cooperativo, etc).*

Los 6 principios de la economía solidaria son:

1. PRINCIPIO DE EQUITAD. La igualdad es un objetivo social esencial. Al vincularlo al reconocimiento y respeto a la diferencia, lo denominamos “equidad”, como principio ético de justicia en la igualdad. Es un valor que reconoce a todas las personas como sujetos de igual dignidad, reconociéndonos como iguales en derechos y posibilidades.

2. PRINCIPIO DE TRABAJO. Situamos la concepción del trabajo en un contexto social e institucional amplio de participación en la economía y en la comunidad. Es necesario destacar y reforzar la dimensión humana, social, política, económica y cultural del trabajo que permita el desarrollo de las capacidades de las personas.

3. PRINCIPIO DE SOSTENIBILIDAD AMBIENTAL. Toda nuestra actividad productiva y económica está relacionada con la naturaleza, nuestra buena relación con ella es una fuente de riqueza económica y de buena salud. De ahí la necesidad de integrar la sostenibilidad ambiental en todas nuestras acciones, evaluando y reduciendo nuestro impacto ambiental progresivamente.

4. PRINCIPIO DE COOPERACIÓN. Cooperación en lugar de competencia, entre las personas y dentro y fuera de nuestras organizaciones. Cooperar es construir colectivamente un modelo de sociedad basándonos en el desarrollo local armónico, las relaciones comerciales justas, la igualdad, la confianza, la corresponsabilidad, la transparencia, el respeto... que garanticen la máxima horizontalidad posible a la vez que respetan la autonomía de cada una.

5. PRINCIPIO “SIN FINES LUCRATIVOS”. Diferenciando el necesario beneficio económico que hace rentable cualquier actividad económica, con el lucro económico como único objetivo de la actividad. El modelo de la ESS tiene como finalidad el desarrollo integral, colectivo e individual de las personas, y como medio, la gestión eficiente de proyectos económicamente viables, sostenibles e integralmente rentables, cuyos beneficios se reinvierten y redistribuyen. Nuestras actividades destinan los posibles beneficios a la mejora o ampliación del objeto social de los proyectos así como al apoyo de otras iniciativas de interés general.

6. PRINCIPIO DE COMPROMISO CON EL ENTORNO. Participación en el desarrollo local sostenible y comunitario del territorio. Se trata de integrarse en el territorio y en el entorno social. Para ello la implicación en redes y la cooperación con otras organizaciones del tejido social y económico cercano, dentro del mismo ámbito geográfico son fundamentales para la transición eco-social necesaria, respondiendo a la necesidad de transitar entre lo micro y lo macro, lo local y lo global.

Replanteamiento de los criterios de la ESS (Economía Social y Solidaria)

Para ver qué **posibilidades** de consumo tenemos desde la ESS para cubrir las necesidades de la actividad que hemos planteado, se propone consultar el [catálogo de entidades](#) que componen la Red de Economía Alternativa y Solidaria de Navarra (REAS).

Otra opción puede ser realizar la actividad coincidiendo con la Feria de ESS organizada por REAS Navarra (u otra feria o actividad que cumpla con los criterios de la ESS), y hacer un juego de pistas donde las participantes, en pequeños grupos, tengan que encontrar las respuestas a preguntas como:

- *¿Cuál es la tasa de cambio txanpon/euro?*
- *¿Qué empresa de ESS te puede dar energía sostenible?*
- *Consigue un folleto relacionado con las finanzas éticas.*
- *Una marca de chocolate de comercio justo*
- *Cuántos grados tiene la cerveza que se vende en la feria.*
- *Si compras queso sería de.....*
- *¿Dónde te irías a pasar un día de turismo rural?*
- *¿Cuál es tu sabor de pasta favorito?*

En grupo, debatiremos sobre los cambios que nos gustaría hacer para incorporar estos nuevos criterios en nuestro colectivo.

Igualmente, reflexionaremos sobre las **dificultades** que observamos para consumir desde un criterio de consumo responsable.

El compromiso con la ESS muchas veces tiene dificultades en cuanto a precio, oferta, comodidad, etc. No tenemos que intentar cambiar de modelo de forma brusca, ya que tal vez nos quedemos en el camino. Es más interesante ir dando pequeños pasos, pero que éstos sean firmes y vayamos creando camino, vayamos creando hábito.

¿Qué **cambios** podemos hacer?:

- No separar la ética de la economía
- Crear alternativas. ¿Qué necesidad no está cubierta?
- Apoyar las cooperativas e iniciativas existentes
- Preguntar a proveedores/as, pedir información, exigir
- Realizar compras colectivas
- Ir paso por paso. Reconocer cada avance
- Sensibilizar a nuestro entorno
- Buscar información, reflexionar, conocer, replantearnos lo que sabemos y creemos...

¿Qué más se os ocurre?

Juego de cartas: Finantzaz Haratago

Objetivos:

- Hacer un debate posterior sobre los diferentes sectores de inversión y el papel de la banca.

Duración: 10-15 minutos

Edad: >10

Número de participantes:

- De 2 a 3 personas: 1 baraja.
- De 4 a 6 personas: 2 barajas.

Materiales:

- Cartas Finantzaz Haratago (el documento "Cartas – Kartak" equivale a una baraja). El modo de impresión de las cartas es a doble cara volteando por el lado corto.
- Puntos impresos

Desarrollo de la actividad:

El juego de cartas Finantzaz Haratago es una dinámica educativa en la que tomamos el papel de una banca que tiene que buscar sectores en los que invertir su dinero. La mecánica del juego prima positivamente las inversiones éticas para mantener el mayor número de puntos (etikoins), aunque, en muchas ocasiones, quizás invertir en otros sectores nos dará mayor rentabilidad y nos acercará a la victoria.

Este es un juego print & play, es decir, con documentos de imagen que puedes imprimir y montar de forma casera para jugar de forma inmediata. A continuación podrás descargar una carpeta comprimida en la que encontrarás las instrucciones, las cartas, y los puntos para que puedas imprimirlos y empezar a jugar.

En el caso de los puntos, la impresión también debe ser a doble cara volteando por el lado corto. Cada impresión (documento "Puntos – puntuak (Etikoins)") realizada servirá para dotar de etikoins a dos personas (50 puntos cada impresión).

Esperamos que disfrutéis del juego.

Descargar el juego en <https://finantzazharatago.org/es/juego-de-cartas/>

El gran juego de las finanzas

Objetivos:

- Conocer el funcionamiento de la actividad financiera imperante
- Acercarse a los criterios y valores de la actividad financiera ética

Duración: >1 hora

Edad: >16

Número de participantes: >2

Materiales:

- Instrucciones
- Tablero impreso
- Tarjetas imprevistos
- Un dado y símbolos de identificación para cada participante

Desarrollo de la actividad:

La actividad financiera debería ser algo útil: un intermediario entre quien tiene el dinero y quien tiene necesidad de él. Este juego te permitirá establecer un debate sobre la reglas del juego financiero y quien sale ganando con la especulación en realidad.

Lástima que actualmente, se parezca a un casino donde pocas personas se enriquecen, apostando por la quiebra de países enteros, invirtiendo en proyectos nocivos para el medio ambiente y las personas o especulando con la comida, hasta el estallido de la próxima "burbuja".

¡Afortunadamente existe la actividad financiera ética que trabaja por el bien común y se preocupa por las personas, el medio ambiente y las comunidades!

¿Cuánto sabes sobre ahorros e inversiones, economía y actividad financiera? ¡Reta a tus amigos/as! Gana quien primero llega a la última casilla.

¡Descarga el juego en: <https://www.fiarebancaetica.coop/blog/el-gran-juego-de-las-finanzas#juego>