



## 4 DÉCADAS LUCHANDO CONTRA EL CALENTAMIENTO GLOBAL Y SUS CONSECUENCIAS

Tras 40 años organizando BioCultura, la Asociación Vida Sana se ha propuesto recoger en una guía el testimonio de visitantes y expositores para promover estilos de vida más sostenibles. Todo el mundo habla del cambio climático y de que tenemos que hacer algo para evitarlo. Desde la Asociación Vida Sana ya hace muchos años que se denuncia que las cosas no van bien y BioCultura (del 21 al 24 de noviembre, Madrid. Ifema) se ha convertido en su principal herramienta para demostrar que hay otras opciones de producir y de consumir. En la feria, un referente para muchas personas concienciadas, se promueve desde hace décadas la idea de que es necesario un cambio de modelo basado en la producción agroecológica de alimentos y en el consumo responsable... para salir de la encrucijada climática. La agricultura y la ganadería industriales (que la feria combate) son responsables de la emisión de cantidades ingentes de gases de efecto invernadero, merma de la biodiversidad y erosión del suelo agrario, además de un sinfín de problemas sanitarios, sociales y económicos..

Los desastres provocados por la distorsión climática van a ser cada vez más dramáticos, como ya hemos visto con la última dana. Los últimos ejemplos los tenemos muy presentes y su devastación, también. Hace mucho que desde BioCultura se viene alertando de las consecuencias del modelo agroalimentario y económico actual. Pero no todo el mundo contribuye al calentamiento global. Hay ecoemprendedores que han apostado desde hace décadas, y también ahora mismo, por un modelo que combate el calentamiento global y la fenomenología climática adversa. Un ejemplo muy claro son los propios expositores y expositoras de BioCultura. Tras sus empresas suele haber personas muy concienciadas que han convertido su profesión en una forma de activismo. No sólo ofrecen bienes y servicios que mejoran la salud de las personas y del medio ambiente, sino que viven una vida coherente con aquello que defienden en su actividad económica. Aclaremos que, por si alguien no se ha enterado todavía, la agroecología enfría el clima, mantiene la humedad del suelo, evita la desertificación, protege los recursos hídricos, fomenta la biodiversidad, da vida a los pueblos, reparte de forma más justa la riqueza, conserva la salud de los agricultores y de los consumidores, ampara las especies autóctonas y las tradiciones gastronómicas locales, etc. Por el contrario, la ganadería y la agricultura industriales están detrás de un sinfín de problemas ambientales, sanitarios, sociales y económicos, de los cuales el calentamiento del clima es sólo uno más, pero quizás uno de los más graves.

### COMPARTOCLIMA

Desde la organización de BioCultura lo saben y señalan: “Entre los expositores y expositoras hay personas con vidas que son muy inspiradoras”. Por ello, cuando la Asociación Vida Sana se planteó llevar a cabo el proyecto

CompartoClima, se tuvo claro que no sólo sería útil el testimonio de las personas que visitan la feria, sino también el de todos los expositores. El proyecto CompartoClima busca, según sus responsables, Vida Sana, "identificar y promover estilos de vida resilientes y adaptados al cambio climático en España a partir del testimonio de visitantes y expositores de la feria BioCultura y cuenta con el apoyo de la Fundación Biodiversidad del Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico, a través de la Convocatoria de subvenciones para la realización de proyectos que contribuyan a implementar el Plan Nacional de Adaptación al Cambio Climático (2021-2030)". A lo largo de un año se han estado recogiendo estos testimonios invitando a todos los expositores a compartir su día a día para ser más resilientes frente al cambio climático. En mayo de 2025 se publicará una guía que recogerá sus experiencias, así como la de otras personas que han visitado BioCultura.

Compartimos los consejos de tres expositores/as que se han sumado al proyecto y que de nuevo encontraremos en la próxima BioCultura Madrid 2024 / 40 Aniversario (del 21 al 24 de noviembre, en Ifema).

## **CR OLIVAREROS**

**Ángela Cabanillas de Cr Olivareros 1898 - Siberia Extremeña.**

**“Estamos viviendo en este planeta como si tuviéramos otro de recambio”**

Ángela es productora de aceite de oliva extra virgen ecológico, experta en agroecología, cata y sumiller de aceites. Vive en Talarrubias (Badajoz). Representa la cuarta generación de CR Olivareros, una empresa familiar que, desde 1989, ha sido pionera en la agricultura ecológica. Continuando con el compromiso ecológico familiar, Ángela no sólo mitiga el impacto ambiental, sino que también crea un modelo a seguir. Su vida y su trabajo reflejan la posibilidad de lograr un equilibrio entre progreso y preservación, subrayando que la adaptación al cambio climático es una oportunidad para construir un futuro más saludable y equitativo para las próximas generaciones.

Estos son los consejos de Ángela para ser más resiliente frente al cambio climático:

\*Actúa ahora, desde tu posición. Date cuenta de que sólo hay un planeta y que tenemos que cuidarlo. Para ti y para las generaciones futuras. No esperes que el daño sea irreversible.

\*Elige alimentos de origen ecológico, que no sólo ofrecen un sabor y calidad superiores, sino que también ayudan a reducir el desperdicio alimentario y a proteger tu salud.

\*Únete con tu red de trabajo, amigos y familia. Intenta construir relaciones sanas, constructivas, cuidadosas y generosas.

\*Valora los saberes antiguos. Las generaciones anteriores saben mucho sobre la resiliencia.

\*Consejos dirigidos a productores. Adopta e implementa prácticas ecológicas, sigue normas de certificación y control en la producción ecológica. Esto garantiza que tus métodos sean adecuados y que tus productos sean elaborados de manera responsable y efectiva.

\*Comparte tu conocimiento y experiencias sobre prácticas ecológicas con otros para fomentar una cultura de sostenibilidad y responsabilidad ambiental en tu comunidad.

## **LA BIZNAGUERA**

**Helena Saracho de La Biznaguera.**

**“Inicia tu transformación desde la lógica de algo que disfrutes; de esta manera será un paso más a tu desarrollo personal”**

Helena es la fundadora de La Biznaguera, un proyecto dedicado a la elaboración artesanal de productos de higiene personal y cosmética ecológica y vive en Córdoba. Helena, además de gestionar su empresa, ha integrado la sostenibilidad en su vida diaria a través de prácticas como la bioconstrucción en su vivienda, el uso de banca ética y la promoción de la soberanía alimentaria. Es una activa participante en el Ecomercado de Córdoba y el movimiento por la soberanía alimentaria "Nos Plantamos". Su compromiso va más allá del ámbito profesional, promoviendo estilos de vida sostenibles tanto en su entorno cercano como en la comunidad más amplia.

Los consejos de Helena para ser más resiliente frente al cambio climático son:

\*Comienza la transición hacia un estilo de vida sostenible con acciones que te resulten placenteras, para que el proceso se sienta como un crecimiento personal y no como una carga. Así, facilitarás cambios graduales y más amplios.

\*Recicla en casa, reduce desechos, evita plásticos de un solo uso, compra a granel y reutiliza o dona objetos. Estas acciones simples reducirán tu huella ecológica de manera efectiva.

\*Siempre que puedas, compra productos locales y de pequeñas empresas con prácticas sostenibles.

\*Elige materiales naturales y duraderos para tu hogar.

\*Aprovecha el contacto con la naturaleza para aprender a cuidar. Caminar por áreas verdes, recoger basura durante las caminatas y disfrutar del entorno natural es una manera de relajarse y cuidarse a sí mismo al mismo

tiempo que permite contribuir al cuidado del entorno.

## **PERIHELIO**

**Jesús García de Perihelio.**

**“Hay mucho conocimiento sobre alimentación sana y sus efectos en la salud, pero hay mucha ignorancia sobre la casa. Vivir en un lugar insano tiene mucho impacto en nuestro estrés, la calidad de nuestro trabajo y de nuestras relaciones humanas. La vivienda insana propulsa la mala salud del hogar igual o más que la misma alimentación”**

Jesús es bioconstructor y especialista en energía térmica y fotovoltaica y vive en Chinchón (Madrid). Apasionado por la ciencia de los materiales, ha fundado la empresa Perihelio/La Ruta Natural, donde promueve la soberanía energética, el eco-hábitat y la vivienda saludable. Rescata técnicas antiguas de construcción sostenible que se usaban muy comúnmente en el pasado y las combina con tecnologías modernas para mejorar la resiliencia de los hogares. Su labor contribuye a diseñar espacios de vida inteligentes y saludables, empoderando a las personas para vivir de forma más económica y en mayor armonía con el medio ambiente.

Los consejos de Jesús para ser más resiliente frente al cambio climático:

\*Aprende a hacer las cosas tú mismo. Desarrolla habilidades para ser autosuficiente, disminuirás tus gastos y ganarás en libertad, autonomía y bienestar.

\*Para tu vivienda, opta por materiales locales, reciclados y fáciles de reemplazar.

\*Comienza con detalles pequeños y evalúa su impacto concreto en tu vida. Prueba las cosas de manera gradual antes de hacer ajustes más grandes. Por ejemplo, probar una almohada nueva y evalúa cómo mejora tu descanso y bienestar. Identifica las mejoras en tu salud y bienestar a partir de decisiones simples y cotidianas.

\*Cambia tu mentalidad sobre lo barato y considera los cambios como una inversión. Reflexiona sobre el dicho: "Lo barato sale caro". A veces vale la pena invertir en calidad para evitar problemas o gastos a futuro.

\*Vive sin prisa. Lleva una vida tranquila, evitando el afán y la aceleración. Disfruta el proceso de los cambios y no te apresures en alcanzar resultados inmediatos.

\*Disfruta de las pequeñas cosas. Aprecia los pequeños momentos de la vida cotidiana. El bienestar y la felicidad pueden encontrarse en las cosas simples que muchas veces pasamos por alto.

\*Tómate las cosas con humor. Aborda los desafíos y las dificultades con una actitud ligera y positiva. El humor puede ser una herramienta poderosa para enfrentar el estrés

\*Sé curioso y sigue aprendiendo. Mantén una actitud de curiosidad hacia la vida. Lee, investiga y busca siempre aprender cosas nuevas, ya que esto enriquece tu mente y tu perspectiva.

## **LA VISIBILIDAD**

“BioCultura ha ayudado durante 40 años a dar visibilidad a los que ya denunciaban las consecuencias de la masiva emisión de gases de efecto invernadero cuando nadie hablaba de ello. La feria también ha ayudado a mostrar alternativas a modelos de producción que calientan el clima, merman la biodiversidad, destruyen la vida rural, empobrecen a la población en favor de una minoría global y afectan negativamente a la salud de la ciudadanía. Hay alternativas regeneradoras al sistema destructor que causa grandes desastres ambientales, económicos, sanitarios y climáticos. Hay otras formas de producir, de consumir y de vivir y están en BioCultura. Y CompartoClima las está documentando en una guía porque una parte de la población y del empresariado no quiere tirar la toalla ante la disrupción climática que ya nos está afectando tan dramáticamente, como hemos visto en los últimos días”, señalan desde la organización de la feria.

## **MÁS INFO**

<https://vidasana.org/compartoclima/>