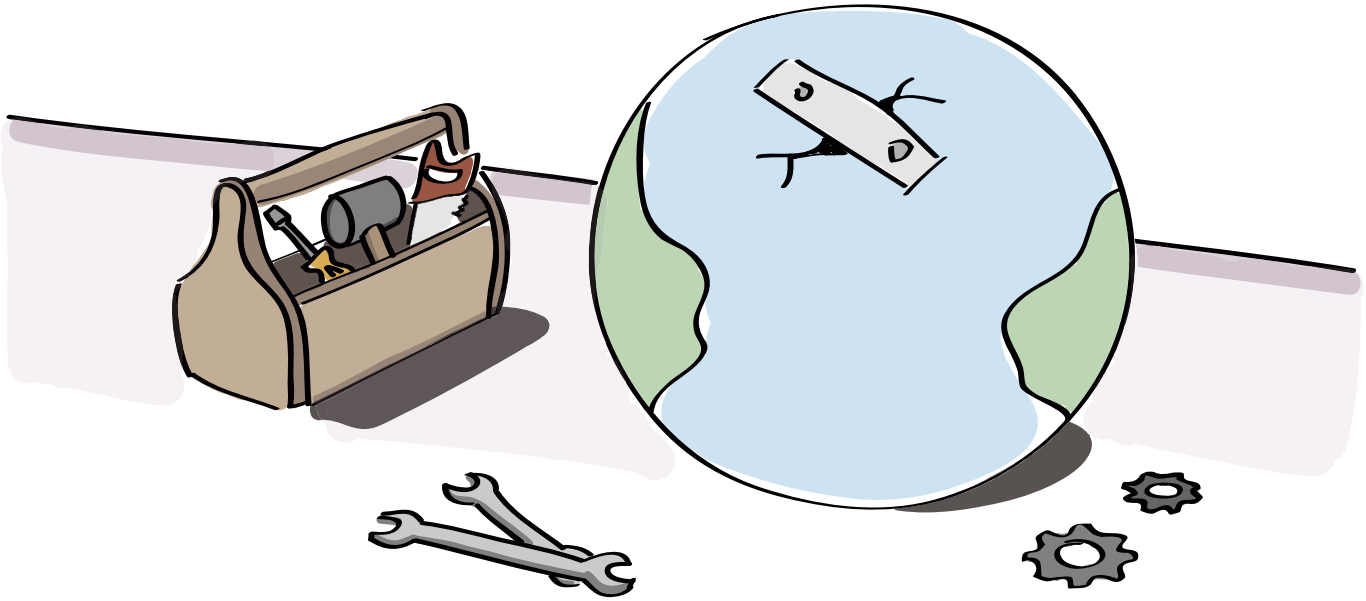
Lectura Fácil

¿Arreglamos el mundo?



Guía de la Agenda 2030

RED CÁNTABRA DE DESARROLLO RURAL

Esta guía pertenece al proyecto llamado
“17 ODS para 2030. 17 ODS accesibles para 2020”
de la **Red Cántabra de Desarrollo Rural**.

Edita:
Red Cántabra de Desarrollo Rural 2020

Coordinación:
David Gutiérrez Ferreiro

Redacción:
Zhenya Popova Tikhonova

Ilustración, diseño y maquetación:
Sara Cruz Pérez

Asesoramiento: Plena inclusión Cantabria
© Lectura fácil Europa. Logo: Inclusión Europe.
Más información en www.easy-to-read.eu

Índice

Consejos para leer mejor esta guía **2**
Presentación y contenido de la guía **3**
La Organización de Naciones Unidas **6**
La Agenda 2030 ..... **7**
Los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible **9**
1. Fin de la pobreza 10
2. Acabar con el hambre 14
3. Salud y bienestar 28
4. Educación de calidad 22
5. Igualdad de género 26
6. Agua limpia y saneamiento 30
7. Energía renovable 34
8. Trabajo decente 38
9. Industria, innovación e infraestructura 42
10. Menos desigualdades 46
11. Ciudades y comunidades sostenibles 50
12. Producción y consumo sostenibles 54
13. Acciones contra el cambio climático 58
14. Ecosistemas marinos y costeros 62
15. Ecosistemas terrestres 66
16. Paz, inclusión y justicia 70
17. Alianza mundial 74
Las organizaciones de Cantabria **78**

Consejos para leer mejor esta guía

- Es una guía escrita en lectura fácil.
  La lectura fácil es una forma de escribir,
  dibujar y ordenar la información
  para que sea más fácil de entender
  y útil para todas las personas.

- Es una guía larga y por esto te aconsejamos:
  - Leer la guía poco a poco.
  - Pedir ayuda a alguien cuando tengas dudas.

- Para que la guía sea más fácil de leer:
  - Las palabras difíciles
    están en **negrita**.
  - Explicamos su significado
    en un cuadro como este
    que tienes a la derecha.

Negrita:
Se usa para destacar
una palabra importante.
Esa palabra está escrita
más gruesa que otras.

Presentación y contenido de la guía

- Esta guía explica la Agenda 2030 y los 17 Objetivos que muchos países, organizaciones y personas crearon para solucionar los problemas importantes del mundo.

- Cada objetivo tiene estos apartados:
  - **Nombre y símbolo del objetivo**.
  - **Un cuento sobre el objetivo**.
  - **Palabras importantes del objetivo explicadas.**
  - **¿Qué problemas hay en este objetivo?**
    Datos sobre algunos problemas que se quieren solucionar.
  - **¿Qué metas tiene este objetivo?**
    Las tareas que quieren conseguir los países.
  - **¿Qué puedes hacer tú?**
    Consejos e información para que cumplas el objetivo.

- El apartado, **¿Qué puedes hacer tú?**
  lo organizamos con estos símbolos:

Actividades que puedes hacer en casa,
en la calle o en organizaciones.

Aplicaciones móviles gratuitas
que ayudan a cumplir el objetivo.

Guías o revistas de internet en Lectura Fácil
sobre temas importantes del objetivo.

- Todas las guías que te aconsejamos
  están guardadas en una página de internet.
  Para que te resulte más sencillo encontrarlas,
  te damos las instrucciones
  en la siguiente página.

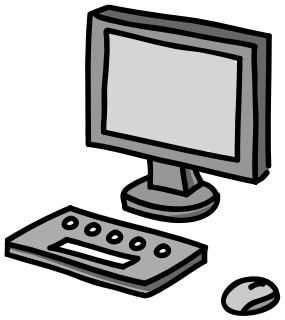
- Instrucciones para entrar en la página de internet:

  1. Abre la página de internet
  que usas siempre para buscar información.

  2. Escribe este enlace de aquí: **http://cutt.ly/GUIAS**
  y entra en la página.

  3. Dentro de la página hay 17 carpetas.
  Cada carpeta tiene el nombre de un objetivo.

  4. Entra dentro de la carpeta que quieras
  para leer las guías que tiene.
  Los nombres de las guías son iguales
  a los nombres escritos en esta guía.



- Al final de la guía te informamos
  sobre algunas organizaciones
  sin ánimo de lucro
  que trabajan en Cantabria.

Sin ánimo de lucro:
No buscan ganar dinero
o conseguir
un beneficio para ellos.

La Organización de Naciones Unidas

- La Organización de Naciones Unidas también se llama ONU.
  Son los representantes de 193 países del mundo.

- La ONU trabaja desde el año 1954 para:
  - Lograr la paz, seguridad y amistad entre países.
  - Apoyar con lo necesario a los países con más problemas.
  - Defender los **derechos humanos** en todo el mundo.

Derechos humanos:
Derechos de todas las personas
que los Gobiernos deben proteger.
Son necesarios para tener
una vida digna.
Por ejemplo, a tener nacionalidad.

Símbolo de la ONU

La Agenda 2030

- El 25 de septiembre de 2015
  los países de la ONU
  votaron la Agenda 2030
  para el **desarrollo sostenible**.
  La Agenda se llama
  Transformar nuestro mundo.

Símbolo de la Agenda 2030

- La Agenda tiene muchas tareas llamadas
  Objetivos de Desarrollo Sostenible.
  Con estos Objetivos los países quieren:
  - Proteger la naturaleza.
  - Defender los **derechos humanos**.
  - Conseguir la igualdad, paz y justicia
    para todas las personas
    y todos los países.
  - Conseguir el desarrollo sostenible.

Desarrollo sostenible:
Es mejorar la economía
de los países y la vida
de las personas
sin dañar al planeta
y respetando
los derechos
de las personas.

- Los Gobiernos, organizaciones y personas prometen trabajar juntos para cumplir la Agenda 2030 antes del año 2031.

- La ley no obliga a ningún país a cumplir las tareas de la Agenda 2030.

- Para la Agenda 2030 es muy importante mejorar las ayudas que dan las organizaciones o los países a las personas **vulnerables** o a otros **países en desarrollo**.

- Estas ayudas se llaman cooperación al desarrollo. Pueden ser dinero, formación o apoyo a países en sus cambios de forma urgente o durante años.

Vulnerable:
Situación en la que una persona tiene menos oportunidades que la mayoría de tener lo necesario para vivir y participar en la sociedad.

Países en desarrollo:
Países con problemas políticos, pobreza y desigualdad entre las personas. No pueden atender las necesidades más importantes de las personas.

Los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible

- La Agenda 2030 tiene 17 Objetivos de **Desarrollo Sostenible**. Se llaman de manera breve ODS.

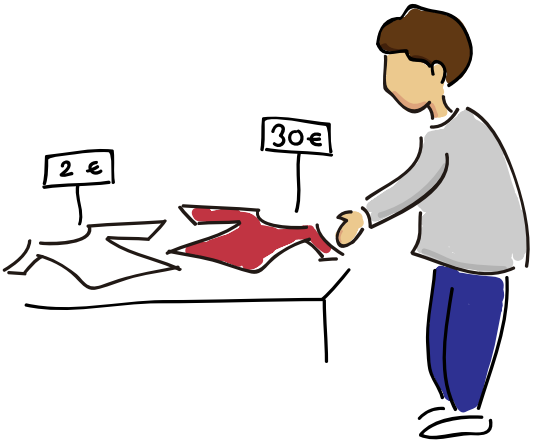
- Cada ODS tiene muchas tareas llamadas metas. En total la Agenda 2030 tiene 169 metas.

- El Gobierno de cada país es responsable de conseguir los Objetivos de la Agenda 2030. Para esto cada país debe mejorar sus políticas y cambiar las metas a las necesidades y características de su país.

- Ahora te explicamos los ODS uno a uno.

Cuento sobre la pobreza

Rober entra en una tienda a comprar una camiseta.
La camiseta más barata vale 2 euros
y en la etiqueta pone:
- Hecho en Camboya.
La fabricó una mujer en un país de Asia.
Esta mujer trabaja 60 horas a la semana.
Como le pagan muy poco dinero
tiene que trabajar cuando está enferma.
Rober deja esa camisa y compra otra
más cara pero hecha en España.
La fabricó una chica que cobra
suficiente para poder vivir.
Rober mira muy bien las etiquetas del café,
los móviles y otros productos que compra.



La pobreza es no tener algo necesario para vivir
como comida, atención médica o una casa con lo necesario.
También es no tener otros derechos por falta de dinero o trabajo.

¿Qué problemas hay de pobreza?

En el mundo **800 millones** de personas
viven con menos de 2 euros al día.

Las mujeres son más pobres que los hombres
porque tienen menos oportunidades,
por ejemplo, de trabajar o de tener dinero.

En España **la mitad** de la población
tiene dificultades para pagar sus facturas.

En Cantabria **1 de cada 4** personas
no tiene trabajo o suficiente dinero para vivir.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Conseguir que haya menos personas pobres en el mundo y que nadie viva con menos de 2 euros al día.

- Conseguir que todas las personas tengan:
  - Lo necesario para vivir como casa, luz o agua.
  - Oportunidades para mejorar sus vidas con trabajo, educación o dinero.
  - Ayudas del Gobierno como dinero, apoyo en casa o formación para el trabajo.

- Lograr que todas las personas participen como miembros en la sociedad y disfruten de sus derechos.

- Mejorar la ayuda a las personas más **vulnerables** para que estén protegidas, se recuperen de problemas económicos o del **cambio climático**.

Cambio climático: Cambios en el viento, la temperatura, las lluvias y otros elementos del clima. Ocurren más rápido por nuestra contaminación.

¿Qué puedes hacer tú?

- Hazte cliente de bancos como FIARE o Triodos y de empresas como Ampros, Plis Servicios y otras. Ellos ayudan a personas en **exclusión social**.
- Haz voluntariado con alguna organización de la Red Cántabra contra la Pobreza y Exclusión Social.
- Da ropa y cosas necesarias a personas que lo necesitan.

- **Avaaz.org**: firma peticiones para que los líderes políticos solucionen problemas.

- El **voluntariado**.

Exclusión social:
Personas apartadas de la sociedad que no tienen lo necesario para vivir.

Voluntariado:
Ayudar sin cobrar y por propia decisión a una organización solidaria.

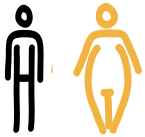
2 Acabar con el hambre

Cuento sobre el hambre

Sonia vive en un piso viejo en Castañeda.
Todas las mañanas ella se sienta en una acera
con un cartel que dice:
- Dinero para comer, por favor.
Las personas le dan una moneda o comida.
Un día el vecino de Sonia
le regaló un calabacín
y le invitó a su huerta en el tejado.
El vecino le dijo a Sonia:
- Planta aquí las semillas de tu calabacín.
Pasaron algunos meses
y ahora Sonia tiene una huerta en el tejado.
Ella vende su verdura en el mercado
y busca gente que le ayude con su huerta.

El hambre es la falta de alimentos necesarios
para la vida durante un largo tiempo.
El hambre causa enfermedades y hasta la muerte.

¿Qué problemas hay de hambre?



En el mundo **millones** de personas pasan hambre
y otros millones enferman porque les sobra peso.

Las mujeres tienen muchas más posibilidades
de pasar hambre que los hombres.

En España **1 de cada 3** alimentos
se tira a la basura sin comerlo antes.

En Cantabria **1 de cada 25** personas
usan cada año el Banco de Alimentos.
Es una organización que da comida gratis
a personas que lo necesitan.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Acabar con el hambre y la **malnutrición** y conseguir que todas las personas coman sano, suficiente y a un precio barato durante todo el año.
- Ayudar a los **pequeños productores** a conseguir más alimentos y dinero.
- Cultivar y fabricar más alimentos sanos con actividades y productos que cuiden la naturaleza. Conseguir que las técnicas de cultivo se adapten a los cambios del clima.
- Proteger los alimentos, los animales y guardar diferentes semillas de plantas.

Malnutrición:
Es comer mal hasta tener demasiado o muy poco peso.

Pequeños productores:
Personas que pescan, crían animales o cultivan para comer y ganar dinero.

¿Qué puedes hacer tú?

- Compra los productos de tu región o país en mercados o tiendas pequeñas de tu barrio.
- Congela la comida para que dure más tiempo.
- Cocina platos nuevos con la comida que te sobra o la fruta madura.
- Haz **voluntariado** o ayuda con comida o con dinero a La Cocina Económica, al Banco de Alimentos de Cantabria o al Banco de Alimentos Infantil.

- **To Good To go**: compra comida de tiendas o restaurantes a un precio barato antes de que la tiren.

- Hacer bien la compra.

Cuento sobre la salud

Ana viajó a otro país con su novia Sara.
Al segundo día Ana se puso enferma.
Le dolía el estómago por algo que comió.
En el hotel no había médico.
Viajaron muy lejos hasta el hospital
pero los medicamentos eran muy caros.
Ana y Sara volvieron a Cantabria.
Ana seguía enferma y fueron al hospital.
La doctora le puso una inyección
y Ana pasó 3 días en una habitación.
Ahora ya está curada
y no tiene que pagar los medicamentos
ni los días en el hospital.

La salud es tener sanos el cuerpo y la mente.

También tener buenas relaciones con otras personas.

Una persona satisfecha, tranquila y feliz tiene **bienestar**.

¿Qué problemas hay de salud y bienestar?

En el mundo **7 millones** de personas
mueren cada año por aire contaminado.

800 mujeres mueren cada día
por problemas en el embarazo o en el parto.

En España **1 de cada 5** personas fuma.

En Cantabria cada médica o médico
es responsable de atender a **200** personas.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Reducir muertes, daños o enfermedades:
  - De mujeres en el embarazo, durante el parto o en el postparto.
  - De recién nacidos y menores de 5 años.
  - Por accidentes de tráfico.
  - Por la contaminación del aire, agua o tierra.
  - Por enfermedades que no se contagian.
- Evitar y curar la dependencia de las personas a las drogas, el alcohol y otras sustancias.
- Acabar con las **epidemias** y las enfermedades contagiosas más graves.
- Conseguir que todas las personas tengan:
  - Bienestar y **salud mental**.
  - Atención médica, medicamentos y vacunas de calidad.
  - **Servicios de salud sexual y reproductiva**.

Epidemia:
Enfermedad que afecta a muchas personas o animales del mismo lugar y época.

Salud mental:
Es sentirse bien para participar en la sociedad.

Servicios de salud sexual y reproductiva:
Médicos que curan y evitan enfermedades de los órganos sexuales, informan sobre sexo y atienden embarazos.

¿Qué puedes hacer tú?

- Ayuda a organizaciones que mejoran la salud de las personas como Buscando Sonrisas, Fundación Acorde o Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad.

- **Emergencia y discapacidad**: aprende cómo atender a personas con discapacidad en accidentes.
- **E-Aditivos**: busca un **aditivo** y mira si es peligroso para tu salud.

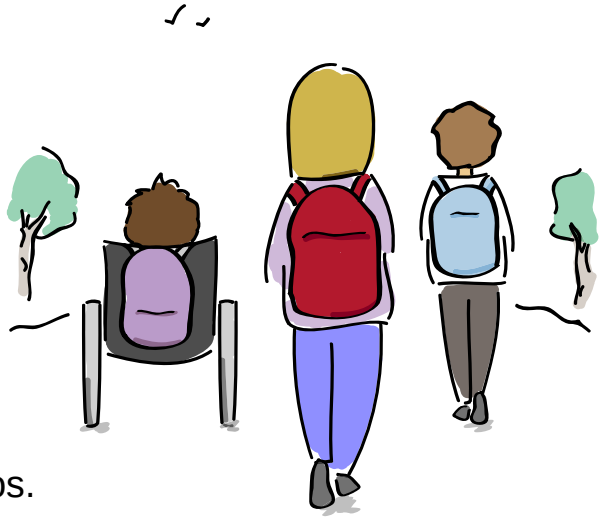
Aditivo:
Sustancia añadida a los alimentos o bebidas para que duren o gusten más. Escrita con números en el paquete.
Por ejemplo: E-120

- Cuidar tu imagen.
- Cómo tener sexo de forma segura.
- Dependencia a drogas, juegos o internet.
- Cuidar la salud y relaciones en el trabajo.
- **Primeros auxilios**.
- Cuidar a otra persona.

Primeros auxilios:
Atender a alguien de forma urgente porque está enfermo o se hizo daño.

Cuento sobre la educación

Naila estudia en un colegio de Reinosa
y tarda 30 minutos en llegar en bus.
En su clase son 25 niños y niñas
y su maestra no tiene tiempo
para ayudar a cada estudiante.
En el colegio tienen pocas excursiones.
Cuando acabó el curso
Naila se fue a vivir a Liérganes.
Allí la escuela es pequeña,
sólo tiene 2 maestros y 1 maestra.
En la clase de Naila hay 10 niñas y niños.
Hacen muchas actividades con sus familias
y excursiones a la naturaleza.
Naila prefiere su nueva escuela de Liérganes.



La educación de calidad es útil para la vida,
atiende las diferentes necesidades de las personas
y da las mismas oportunidades a todas
para estudiar, aprender y aprobar los estudios.

¿Qué problemas hay en educación?

En el mundo **800 millones** de personas
no saben leer ni escribir.

Hay más mujeres jóvenes
con estudios universitarios que hombres,
pero ellas tienen **menos oportunidades de trabajar**.

En España **1 de cada 4** jóvenes
no terminó los estudios obligatorios.

En Cantabria **1 de cada 10** personas jóvenes
no trabaja ni estudia.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Conseguir que todas las personas tengan las mismas oportunidades de estudiar.

- Conseguir que todas las niñas y todos los niños:
  - Estén bien atendidos desde su nacimiento.
  - Accedan y aprueben Educación Infantil, Primaria y Secundaria.
  - Tengan estudios gratuitos y de calidad.

- Conseguir que más personas aprendan a:
  - Leer, escribir y hacer cálculos matemáticos.
  - Trabajar de forma profesional.
  - Crear su negocio.
  - Vivir de forma **sostenible**.

- Mejorar las escuelas para que sean seguras, útiles para la vida y atiendan las necesidades de todos sus estudiantes.

Sostenible:
Es hacer algo de forma que:
- Nunca dañe el planeta.
- Respete los derechos de las personas.

¿Qué puedes hacer tú?

- Usa el **Banco de Tiempo** de España. Conócelo en la página web Bdtonline.
- Regala los libros que no necesitas a la librería solidaria AIDA Books&More de Santander.
- Colabora con organizaciones que mejoran la educación de personas en situación vulnerable como APTACAN o la Plataforma Romanes.
- Entra en la web Teatro Accesible: con obras de teatro adaptadas a personas con discapacidad.

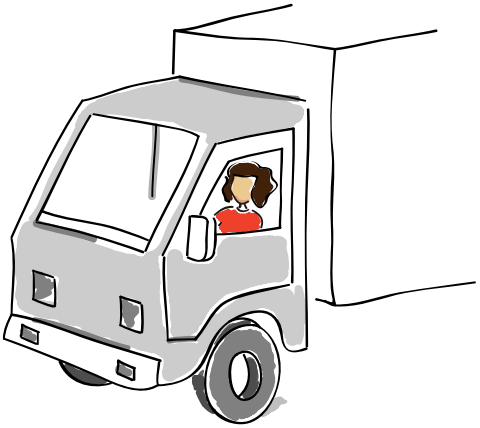
- **Libros y audiolibros gratis**: escucha y lee libros, consulta los diccionarios, y disfruta del arte y de la música gratis.

Banco de tiempo: Herramienta para aprender o ayudar entre personas sin usar dinero.

- La revista La Nuestra de Plena inclusión
- Las páginas de Planeta fácil o Noticias fácil.

Cuento sobre la igualdad de género

Gómez conduce un camión.
Por la mañana prepara la comida,
se va a la fábrica
y carga su camión con cajas muy pesadas.
Luego conduce hasta otra ciudad
y descarga el camión.
Gómez come con sus compañeros.
Cuando termina de trabajar,
recoge a sus hijos en el colegio.
Por la noche Gómez prepara la cena
y lee un cuento para dormir a sus hijos.
Sus hijos siempre le dan un beso y le dicen:
– Buenas noches mamá. –
Gómez se llama Ruth.



La igualdad de género es la igualdad entre mujeres y hombres en responsabilidades y oportunidades para vivir de forma autónoma y en todos los derechos como la educación, el trabajo o la salud.

¿Qué problemas hay de igualdad de género?

En el mundo **49 países** no tienen leyes que protejan a las mujeres de la violencia en casa.

La mitad de los agricultores son mujeres pero sólo **1 de cada 10** son dueñas de las tierras.

En España en el año 2019 murieron **55 mujeres**. Las asesinaron sus maridos, novios o antiguas parejas.

Cantabria es la comunidad de España en la que hay **menos mujeres** dirigiendo organizaciones o empresas.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Acabar con la discriminación y la violencia contra las mujeres y las niñas como:
  - La **trata de personas** y la **explotación sexual**.
  - El matrimonio infantil y obligado.
  - La **mutilación genital** femenina.
- Valorar el trabajo en las tareas de casa y de cuidado de la familia. Por ejemplo, repartir estas tareas con los hombres a partes iguales.
- Proteger el derecho de las mujeres a disfrutar del sexo de forma segura y a decidir si quieren ser madres.
- Crear leyes y políticas que logren la **igualdad de género** y mejoren la independencia, la participación y el poder de las mujeres en la sociedad.

Trata de personas:
Secuestrar a personas para venderlas y obligarlas a trabajar gratis, vender sus órganos y otras actividades ilegales.

Explotación sexual:
Obligar a una persona a tener sexo con otras personas para ganar dinero.

Mutilación genital:
Es cortar todos o una parte de los genitales que se ven a las mujeres o las niñas de forma violenta y por motivos culturales.

¿Qué puedes hacer tú?

- Infórmate sobre las desventajas de las mujeres respecto de los hombres y defiéndelas en sus derechos.
- Comparte las tareas de casa de forma justa.
- Colabora en organizaciones que ayudan a las mujeres y defienden la **igualdad de género** como la Asociación Mujeres en Igualdad de Cantabria.
- Habla, escribe y dibuja incluyendo a las mujeres y a las personas que no se sienten hombre ni mujer. Investiga y aprende sobre el lenguaje inclusivo.

- **SOS Mujeres**: aprende cómo evitar la violencia.

- Movimiento que defiende la igualdad de las mujeres.
- Los tipos de violencias de género.
- Cómo pedir ayuda en estas situaciones de violencia.
- Igualdad, sexo y buenas prácticas en las parejas.

Cuento sobre el agua limpia y saneamiento

Nel vive en Cantabria,
donde llueve mucho y hay muchos ríos.
En verano cortaron el agua en su casa 2 días
porque no llovía desde hacía mucho tiempo.
Había muy poca agua en los ríos y lagos.
Nel compró agua en botellas
para beber y cocinar
pero no pudo ducharse o lavar su ropa.
Ahora Nel tiene agua corriente en casa
y no la malgasta.
Se da duchas cortas,
cierra el grifo cuando friega,
y no tira por el retrete ninguna cosa.
También limpia ríos con una organización solidaria.

El agua potable es agua limpia que se puede beber.

Los servicios de saneamiento son retretes, alcantarillas y contenedores para tirar las suciedades fuera de casa sin enfermar.

¿Qué problemas hay de agua y saneamiento?

En el mundo **1 de cada 3** personas no tiene agua potable.

En muchos países pobres no hay agua en las casas. Las mujeres y las niñas van a buscarla y tardan entre **1** y **4 horas.**

En España **casi toda el agua** de los ríos se usa para regar los cultivos.

Cantabria es una de las comunidades de España que **más agua consume** en las casas.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Conseguir que todas las personas usen bien y tengan acceso a:
  - Agua potable a un precio barato.
  - Servicios de **saneamiento**.
  - Duchas, lavabos o sitios adecuados para limpiarse.
- Enseñar a todas las personas a cuidar su salud con limpieza y aseo personal.
- Proteger y arreglar los daños hechos a los bosques, los ríos y otros lugares relacionados con agua y a sus seres vivos.
- Mejorar la calidad y cantidad de agua potable cuidando la naturaleza y la salud de todas las personas. Para esto los países proponen:
  - Limpiar, **reciclar** o **reutilizar el agua** con tecnologías.
  - Contaminar menos el agua.

Reciclaje de agua:
Convertir el agua sucia en agua limpia para usarla en otras actividades. Esta agua no es potable.

Reutilización de agua:
Aprovechar el agua usada o de lluvia para otras actividades con el objetivo de ahorrar agua.

¿Qué puedes hacer tú?

- Llena el lavavajillas o la lavadora para usarlos.
- Usa productos de limpieza y aseo naturales como vinagre, jabón, bicarbonato y otros.
- Usa la ducha un máximo de 5 minutos.
- No tires cosas al retrete o al fregadero.
- Come más verduras, fruta y cereales y menos carne o pescado.
- Usa ropa de segunda mano que venden tiendas como Koopera Store.
- Compra ropa con un sello **ecológico** como los que salen en esta página.

Sello de ropa ecológica

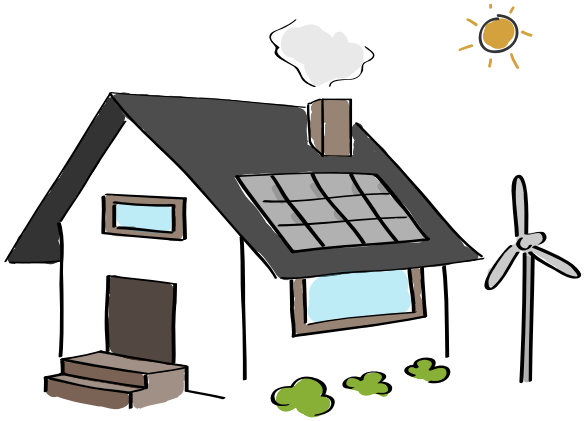
Símbolo ecológico europeo

- **Duchapp**: escucha música durante tus 5 minutos de ducha.
- **Ahorras agua Maristanis**: ahorra agua en tus actividades.

Ecológico:
Hecho sin productos químicos que dañan nuestra salud o la naturaleza.

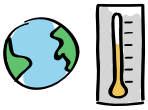
Cuento sobre la energía renovable

Mara y David construyeron su casa en Roiz.
Podían hacer su casa muy grande
pero decidieron construirla pequeña y moderna
para contaminar menos la naturaleza.
Ellos tienen unos buenos cristales
para ahorrar calefacción.
También recogen agua de lluvia
para lavar la ropa y regar.
Además, ellos crean electricidad
con tecnologías que no contaminan
porque usan la energía del sol y del viento.
Las habitaciones las calientan con una chimenea.
Mara y David están contentos con su casa
porque es la que más energía ahorra del pueblo.



La energía renovable es energía hecha con tecnologías modernas y materiales de la naturaleza como el sol, el viento y otros.
Esta energía es limpia porque no contamina
y es duradera porque los materiales no se acaban o se recuperan.

¿Qué problemas hay de energía renovable?



En el mundo se usa más energía no renovable.
Esto **sube la temperatura** de nuestro planeta.

Las empresas dirigidas por mujeres utilizan
más energías renovables y evitan contaminar.

España es uno de los países de Europa
que más energía puede crear con viento.
España **crea menos energía limpia** de la que puede.

Cantabria crea **menos energía renovable**
que la mayoría de las comunidades españolas.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Lograr que todas las personas usen energía segura, moderna y que puedan pagar.

- Reducir el consumo de energía en todos los países.

- Crear en cada país del mundo:
  - Más **energía renovable**.
  - Más **servicios** y productos de forma respetuosa con el planeta y con la misma o menos energía y materiales de la naturaleza.

Servicios:
Actividades que hace una empresa, persona o Gobierno y que otras personas usan.
Por ejemplo: restaurante, tienda o escuela.

¿Qué puedes hacer tú?

- Tapa las ollas o sartenes cuando cocines.
- Usa bombillas de bajo consumo o LED.
- Desenchufa los aparatos que no uses.
- Compra electrodomésticos que gasten poco.
- Anda y usa más la bicicleta o el transporte público.
- En casa usa energías renovables para no contaminar, por ejemplo compra electricidad a Solabria.
- Usa la web Ecosia para buscar palabras en internet. Ecosia planta un árbol con cada búsqueda que haces.

- **Ahorra en Luz. Precio luz hora**: conoce las horas más baratas para ahorrar electricidad y dinero en tu casa.
- **Blablacar** o **Amovens**: comparte coche con otras personas para ir a donde quieras.

- Ahorrar agua y energía en casa.

Cuento sobre el trabajo decente

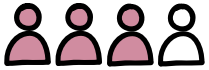
Todos los días Antonio y su familia recorren Matamorosa
para buscar chatarra en los contenedores de basura.
Después venden la chatarra por poco dinero
para comprar comida y pagar la casa.
Cuando enferman o hace frío también trabajan.
Antonio tiene 12 años,
pero no va al colegio
porque su familia necesita ayuda.
Un día el padre de Antonio consiguió trabajo
con el hombre que les compra la chatarra.
Ahora tienen un sueldo bueno para vivir.
Los fines de semana disfrutan juntos en casa.
Antonio estudia en la escuela
y juega con sus amigas y amigos.

El trabajo es decente cuando:

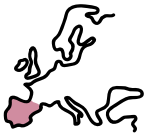
- Tiene un sueldo suficiente para vivir y ahorrar.
- Protege los derechos de opinar, tener seguridad y otros.
- Da las mismas oportunidades a los hombres y a las mujeres.

¿Qué problemas hay de trabajo?

En el mundo a **75 millones** de niñas y niños les obligan a trabajar en actividades peligrosas.



3 de cada 4 mujeres tienen peores trabajos y sueldos que los hombres.



España es uno de los países de Europa con **más trabajadoras y trabajadores pobres**.

En 2019 en Cantabria **4 de cada 10** contratos duraron menos de una semana.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Mejorar la economía de los países y la vida
  de las personas de forma **sostenible**.
  Para esto los países quieren:
  - Crear más empresas y puestos de trabajo.
  - Facilitar el acceso al dinero a todas las personas.
  - Apoyar el turismo **sostenible.**
  - Cuidar la cultura de los países.
  - Fabricar más productos y **servicios**.

- Acabar con la **trata de personas** y el trabajo obligado.
  Prohibir que las niñas y los niños trabajen.

- Lograr que más jóvenes estudien
  y se preparen para trabajar.

- Lograr que todas las personas
  tengan un trabajo decente
  y nadie tenga peores condiciones o sueldo
  cuando hace el mismo trabajo.

¿Qué puedes hacer tú?

- Mejora tus habilidades para tener trabajo.
  Puedes hacer cursos gratis en internet.
  Si tienes discapacidad aprende en la web Capatity Formación.
- Compra comida o usa los servicios
  de organizaciones como Amica o Ampros
  que dan trabajo decente a personas con discapacidad.
- Disfruta de las actividades culturales de Eureka o La Vorágine.
- Aprende a cuidar la naturaleza y haz turismo **sostenible**
  con el programa de Naturea Cantabria.

- **Video currículum de Plena Inclusión Madrid**:
  graba un video con tus estudios, trabajos y capacidades.

- Consejos para ahorrar dinero.
- Derecho y obligaciones de las trabajadoras y los trabajadores.

Cuento sobre industria e infraestructura

Se va a construir una nueva autovía en Limpias.

Dos empresas se ofrecen a construirla.

Una cobra poco dinero

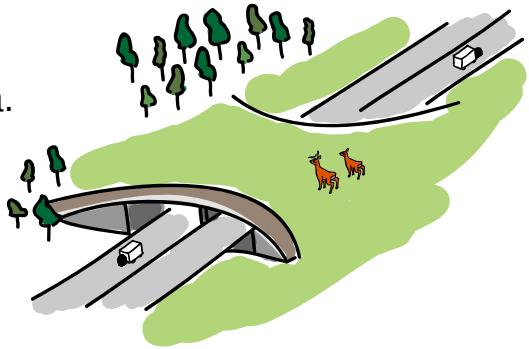
y dice que tardará sólo un año en hacerla.

La otra empresa cobra mucho más

y dice que tardará dos años en construirla.

El Gobierno eligió la empresa

más cara porque:



- Utiliza materiales menos contaminantes.
- Construye zonas de descanso y pasos para que crucen los animales salvajes.
- No cortan muchos árboles para construir la autovía.
- Todos sus carteles funcionan con energía solar.

La empresa más barata no hace nada de esto.

Las industrias son fábricas o empresas que crean productos.
La innovación es el cambio o la mejora de conocimientos y cosas.
Las infraestructuras son construcciones, servicios y materiales necesarios para que funcione bien una organización, actividad o país.

¿Qué problemas hay de este objetivo?

En el mundo la mayoría de los lugares, transportes o carteles **no están adaptados** para personas con discapacidad.

Sólo 3 de cada 10 personas que trabajan en la ciencia son mujeres.

En España sólo **3 de cada 10** empresas mejoraron su tecnología y su organización.

En Cantabria en casi todas las empresas trabajan **menos de 20 personas**.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Mejorar las **infraestructuras** e industrias para que sean **sostenibles** y modernas con más investigación científica, innovación, y tecnologías respetuosas con la naturaleza.
- Conseguir que todas las personas usen infraestructuras que funcionen bien, estén en buen estado, y se adapten a los cambios.
- Conseguir que la industria **sostenible** cree trabajo e incluya a todas las personas para mejorar la economía de los países.
- Conseguir que más personas tengan información e internet.
- Dar más ayudas y préstamos de dinero a las industrias y empresas.

¿Qué puedes hacer tú?

- Colabora en organizaciones como Ingenierías Sin Fronteras y organizaciones de la Coordinadora Cántabra de **ONGD** que construyen **infraestructuras** en **países en desarrollo**.
- Aprende a evitar riesgos en el trabajo.
  Puedes aprender gratis con las guías de Fundación ONCE en la web de Plena inclusión.
- Aprende a usar programas informáticos en el Portal Discapnet de Noticias Fácil.
- Compra ropa a empresas **sostenible**s en la web Ethical Time.

- Normas para cuidar tu seguridad en el trabajo.
- Buen uso de las tecnologías.

ONGD:

Organización que ayuda a **países en desarrollo** en sus problemas.
No es del Gobierno y su objetivo no es ganar dinero.

Cuento sobre la desigualdad

Félix es un niño sordo que vivía en la India.
Todas las personas lo querían mucho
porque era muy sonriente
aunque no hablaba con la gente.
Cuando Félix cumplió 10 años
se mudó con su familia a Cantabria.
En la nueva escuela ayudaron a Félix
y su profesor sordo le enseñó
a hablar con las manos en lengua de signos.
En la escuela dijeron que Félix
era muy inteligente y aprendía rápido.
Ahora Félix tiene 35 años,
trabaja como profesor de lengua de signos
y ayuda a otras personas sordas a estudiar.

La desigualdad existe entre personas o países cuando las oportunidades y las riquezas de los países no se reparten de manera justa e igual para todos.

¿Qué problemas hay de desigualdad?

En el mundo **1 de cada 10** personas tiene discapacidad y menos oportunidades de trabajar, estudiar o ir al médico.

Casi todos los países tienen leyes que dan **menos oportunidades a las mujeres** de tener dinero.

En España **9 de cada 10** niñas y niños gitanos son pobres porque sus familias sufren desigualdad.

En Cantabria **aumentó la desigualdad** entre ricos y pobres.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Acabar con las leyes, políticas y prácticas que crean desigualdad entre personas y entre países.

- Conseguir que todas las personas:
  - Participen en las actividades de su comunidad.
  - Tengan protección y lo necesario para vivir.
  - Tengan iguales oportunidades de tener éxito.
  - Puedan ir a vivir a otro país o pedir protección y ser bien atendidos por los Gobiernos.

- Lograr que las personas más pobres ganen más dinero y mejoren su situación.

- Mejorar cómo trabajan las **organizaciones internacionales** y conseguir que:
  - Sus decisiones cumplan las leyes y sean mejores para todos los países.
  - Los **países en desarrollo** participen más en sus decisiones.

Organizaciones internacionales: Organizaciones de distintos países del mundo que controlan la economía o las relaciones entre países.

¿Qué puedes hacer tú?

- Colabora en organizaciones que ayudan a las personas que sufren desigualdad como la Fundación Amigo Torrelavega, Cáritas o Plena inclusión.
- Conoce el trabajo de la asociación ALEGA. Defiende los derechos de las personas con diferentes **orientaciones sexuales**.

- **Turismo Accesible by Equalitas**: conoce las actividades o los lugares adaptados a personas con discapacidad.

- Derechos de las niñas y los niños.
- Derechos de las personas del mundo.
- Derechos de las personas con discapacidad.

Orientación sexual: Atracción amorosa o deseo sexual entre personas del mismo sexo, distinto sexo o de una persona por los dos sexos.

Cuento sobre las ciudades y comunidades sostenibles

Había un cartel en la entrada de un pueblo costero
que sólo decía “Bienvenidos”.
Casi nadie visitaba este pueblo pesquero
porque las playas tenían mucha basura,
había pocas actividades culturales,
y en la costa talaron los árboles para construir casas.
Muchas organizaciones que cuidan la naturaleza
limpiaron las playas con personas voluntarias.
Entonces añadieron al cartel fotos de las playas.
El Gobierno creó leyes para apoyar las actividades culturales.
Entonces las personas que trabajan en la música y en el teatro
dieron muchas actuaciones en el teatro, en la calle y en los bares.
Ahora este pueblo de Cantabria es un lugar muy visitado.
Y en el cartel se ve una foto de las playas y de su teatro.

Las ciudades y comunidades sostenibles:

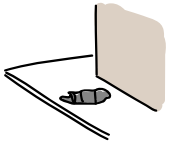
- Cuidan la naturaleza y contaminan menos.
- Dan las mismas oportunidades y derechos a todas las personas.
- Tienen servicios y espacios que todas las personas pueden usar.

¿Qué problemas hay de ciudades y comunidades sostenibles?

En el mundo **lo que más contamina** es construir, fabricar comida y ropa, y usar el transporte.

En muchos países el transporte público no es seguro y no está adaptado a las necesidades de la ciudadanía. Esto afecta sobre todo a las mujeres porque lo usan más.

En España **3 de cada 10** menores pueden enfermar porque viven en casas con humedades, frío o ruido.



En Cantabria **más de la mitad** de las personas se mueven mal por las calles por problemas en las aceras, señales o pasos.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Lograr que todas las personas vivan de forma **sostenible** y segura, y puedan usar todo lo necesario como:
  - Una casa digna con agua, luz y gas.
  - Calles y lugares con árboles.
  - Servicio como médicos o escuelas.
  - Transportes público seguro.

Desastres naturales:
Son terremotos, inundaciones y otros fenómenos de la naturaleza que dañan a las personas, construcciones y actividades cuando ocurren.

- Mejorar los barrios más pobres de las ciudades.
- Construir más edificios y casas de forma sostenible y con la participación de todas las personas.
- Proteger más la naturaleza, la cultura y las obras importantes.
- Lograr que los **desastres naturales** causen menos muertes y daños en los países.
- Conseguir que cada persona contamine menos las ciudades y elimine la basura de forma sostenible.

¿Qué puedes hacer tú?

- Participa en tu asociación de vecinos para mejorar tu barrio o edificio.
- Colabora con organizaciones que mejoran la vida en los pueblos como La Columbeta.
- Cuida los lugares públicos como parques o buses. Pide a tu ayuntamiento que arregle todo lo que esté mal en los lugares públicos.
- Aprovecha el plan Museos+Sociales para ver museos y disfrutar de actuaciones accesibles en lengua de signos, con audios y otros apoyos que necesites.
- Aprende a hablar en lengua de signos para entender mejor a las personas sordas o con dificultades para hablar u oir. Puedes aprender lengua de signos española en FESCAN.

- **APRENVERDE**: aprende a vivir de forma sostenible.

Cuento sobre el consumo sostenible

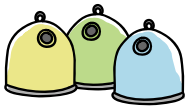
Gara fue al supermercado para comprar
tres latas de atún, un sobre de chorizo
y un envase de bebida de avena.
Cuando llegó a su casa
quitó todos los envoltorios
y llenó la basura de plásticos.
Un día Gara leyó sobre lo que contaminan
los plásticos que usamos cada día.
Ahora Gara lleva sus bolsas de tela
y sus recipientes para guardar el atún
que la venden en la pescadería.
También hace bebida de avena con la batidora.
Gara compra todo sin plásticos
y ahora tarda mucho en llenar la basura de plásticos.

La producción sostenible es fabricar productos o crear servicios sin contaminar y con menos materiales, dinero y energía.
El consumo sostenible es comprar o usar un producto o un servicio cuidando la naturaleza, usando más veces los productos o reciclando.

¿Qué problemas hay de este objetivo?

En el mundo hay más contaminación
porque fabricamos y tiramos más productos.
La mayoría de las cosas **las usamos una vez**.

Las mujeres hacen **8 de cada 10**
trabajos de casa o de cuidados sin cobrar dinero.



España **no cumple su acuerdo** con Europa,
no recicla la mitad del vidrio, envases o papel.

En Cantabria las personas consumen
mucha energía y contaminan el mar y los ríos.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Mejorar la ayuda entre los países para producir y consumir de forma **sostenible**.
- Ayudar y enseñar a las personas y a las diferentes empresas a ser sostenibles en todas sus actividades para que:
  - Cuiden la naturaleza y usen de forma responsable sus materiales.
  - Protejan la salud de las personas.
  - Contaminen menos el aire, la tierra y el agua con productos químicos.
- Conseguir que haya menos cantidad de basura. Para esto las personas y empresas deben:
  - Tirar menos comida y basura.
  - **Reutilizar** y **reciclar** más.
- Las empresas deben contar cómo hacen sostenibles sus actividades.

Reutilizar:
Volver a usar o dar un nuevo uso a un producto sin tirarlo.

Reciclar:
Convertir los restos de un producto en nuevos productos.

Símbolo de reciclar

¿Qué puedes hacer tú?

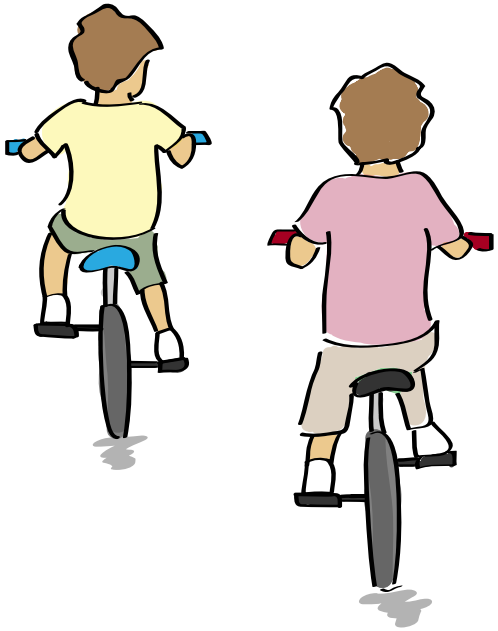
- Compra productos **ecológicos**.
- No compres cosas de un sólo uso, con envoltorio de plástico o hechas con plástico.
- Lleva a la compra tus bolsas de tela o tus envases.
- Recicla la basura.
- Haz **compostaje** en casa para que tus plantas crezcan mejor.
- Compra productos en granjas que trabajan de forma **sostenible** como el Proyecto Kulto, las Lindes o en la web De Granja en Granja.

Compostaje:
Producto que alimenta la tierra para que las plantas crezcan mejor. Se hace con restos de frutas, verduras crudas, plantas y tierra.

- Reciclar tecnología.
- Consumir bien.

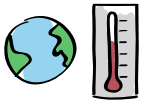
Cuento sobre el cambio climático

María lleva a sus hijos en coche al colegio.
Tardan sólo 5 minutos en llegar.
Pero cuando llueve hay atasco en la entrada
y María llega tarde a trabajar.
Un día de lluvia caminaron hasta el colegio
y tardaron sólo 15 minutos.
Ese día Jacobo y Javier llegaron al colegio
y entraron de los primeros,
sin esperar el atasco.
Otro día fueron al colegio en bici
y tardaron sólo 5 minutos.
Ahora ya nunca van en coche.
Así María ahorra gasolina
y sus hijos hacen ejercicio de camino al colegio.



El cambio climático son cambios en la temperatura, las lluvias, el viento y otros elementos del clima. El clima cambia más deprisa por nuestra contaminación y esto causa más enfermedades y desastres naturales.

¿Qué problemas hay de cambio climático?



Los científicos calculan que la temperatura del planeta ya **subió 1 grado** a causa de nuestra contaminación.

Más mujeres que hombres mueren, enferman o marchan de su país a causa del cambio climático.

Más de la mitad del suelo de España podría convertirse en desierto porque llueve menos y malgastamos el agua.

En Cantabria el cambio climático puede hacer que en 30 años muchas playas y zonas **queden bajo el mar** como Santoña o el aeropuerto.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Conseguir que los países cumplan el acuerdo de la ONU y trabajen juntos contra el **cambio climático**.

- Informar sobre el cambio climático a todas las personas y organizaciones.

- Preparar y mejorar la capacidad de los países y de las personas para:
  - Actuar ante los peligros o **desastres naturales** que crea el cambio climático.
  - Cambiar lo necesario para vivir con el cambio climático.
  - Recuperarse de desastres naturales.

- Cada país debe mejorar sus políticas y actividades para frenar el cambio climático y reducir la contaminación.

¿Qué puedes hacer tú?

- Infórmate y aprende sobre el **cambio climático** para vivir de forma más respetuosa con la naturaleza.
- Colabora en organizaciones que piden a los Gobiernos que luchen contra el cambio climático como Greenpeace, Fridays For Future Cantabria o Madres Por El Clima.
- Participa en las manifestaciones de tu ciudad sobre temas del clima, contaminación o desigualdad. O participa en campañas que recogen dinero o cosas para personas que sufren **desastres naturales**.

- **Desafío ambiental**: lee consejos para ser más sostenible y descubre cuánta contaminación hay en una zona.
- **Haz frente al cambio climático**: juega y aprende a contaminar menos en tus actividades diarias.

Cuento sobre los ecosistemas marinos

Blas vive en Ruiloba.
Pasa mucho tiempo con su nieta y su nieto.
Blas les cuenta que de pequeño
pescaba en la ría de San Martín.
Ahora casi no hay peces y nadie pesca
porque las rías están muy sucias.
Las fábricas tiran muchas sustancias
al río y contaminan el agua.

Blas y sus nietos decidieron limpiar las rías.
Ahora colaboran con una asociación
y avisan de los peligros que contaminan el agua.
Esta asociación consigue que el Gobierno
y las fábricas cuiden más las rías.

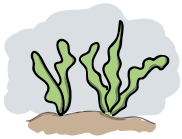
El ecosistema es el lugar donde viven y se relacionan los seres vivos.
Los ecosistemas marinos están en el mar y los océanos.
Los ecosistemas costeros están en las costas.

¿Qué problemas hay en los mares y océanos?

Más de la mitad de nuestra ropa tiene fibras de plástico por eso, **con cada lavado contaminamos** el agua.

La mayoría de los trabajos que hacen las mujeres en el mar, son necesarios pero **poco valorados**.

En España **los ríos llevan mucha basura** a los mares como toallitas, colillas y latas. La mayor parte de la basura son plásticos.



En Cantabria **murieron casi todos** los bosques de algas llamadas Laminarias, que son unas plantas del mar necesarias para la vida.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Proteger los ecosistemas marinos y costeros y conservar zonas de la costa y del mar.
- Contaminar menos los mares y océanos e intentar que estén más limpios.
- Cumplir las leyes y acuerdos entre países para pescar, navegar y usar de forma **sostenible** los mares y océanos.
- Ayudar a los países e islas en desarrollo para que sean más sostenibles y ganen más dinero con su pesca, su turismo o su **acuicultura**.
- Corregir el daño hecho por las personas a los ecosistemas marinos y costeros. Como la **acidificación** de los océanos o la pérdida y el maltrato de peces.

Acuicultura:
Actividades y conocimientos que se usan para criar plantas y animales del agua.

Acidificación:
Es el aumento del ácido de los océanos que daña la vida en los mares. Ocurre por la pesca ilegal, la contaminación, y el cambio climático.

¿Qué puedes hacer tú?

- No tires colillas ni otras basuras en la naturaleza.
- Usa cremas y maquillaje **biodegradables**.
- Come pescado y productos del mar de la estación del año y con un sello de **pesca sostenible** o acuicultura responsable.
- Colabora con organizaciones que cuidan la naturaleza y limpian las playas y los ríos de basuras. Por ejemplo Centinelas, Asociación Ría o la Oficina Técnica de la Red Cántabra de Desarrollo Rural.
- Entra en la página web Guía de Pescado para saber qué peces están en peligro y cuáles puedes comer de forma respetuosa con los mares.

Biodegradable:
Que se elimina en la naturaleza con ayuda del sol, del agua o de los seres vivos.

Pesca sostenible:
Pesca que cuida los ecosistemas de los mares y a los pescadores.

Símbolo de pesca sostenible

15 Ecosistemas terrestres

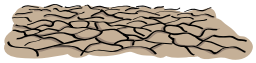
Cuento sobre los ecosistemas terrestres

Greta encontró un libro viejo sobre naturaleza.
El libro tiene muchas fotos de animales preciosos
como el sapo dorado o el rinoceronte negro.
Greta no conocía estos animales
y nunca los verá
porque ya no queda ninguno en el planeta.
Ella no quiere que desaparezcan más animales.
Las soluciones son:

- Cuidar la naturaleza.
- Contaminar menos.
- Plantar más árboles.
- Proteger a los animales y a las plantas.
- Y convencer a más personas
  para que hagan lo mismo.

Los ecosistemas terrestres son los seres vivos que viven y se relacionan en lugares como bosques, desiertos o ríos. Los ecosistemas son importantes para la vida en el planeta.

¿Qué problemas hay en los ecosistemas terrestres?



En el mundo **cada año hay menos tierras** para poder cultivar alimentos. Las personas las contaminan y usan demasiado.

Las grandes empresas talan bosques para cultivar. En sus cultivos **usan productos tóxicos** que dañan la salud de millones de personas.

España es uno de los países del mundo que más pieles de animales **vende de forma ilegal**.

En Cantabria **55 tipos diferentes de animales** pueden desaparecer en unos años por la caza ilegal, la contaminación y otras actividades.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Proteger y arreglar los daños hechos a los ecosistemas terrestres, de agua dulce y de montaña. Por ejemplo, plantar más árboles y recuperar las tierras dañadas.

- Evitar que algunos animales o plantas vivan y dañen ecosistemas que no son suyos.

- Conseguir que todas las personas disfruten por igual de los ecosistemas y los usen de forma **sostenible**.

- Acabar con:
  - La caza ilegal de animales.
  - La venta o muerte de plantas o animales protegidos por ley.
  - La tala ilegal de bosques.
  - La **desertificación** de las tierras.

Desertificación:
Convertir en desierto y dañar mucho los suelos con cultivos o bosques. Ocurre por los cambios del clima o las actividades de las personas.

¿Qué puedes hacer tú?

- No plantes semillas o abandones animales de **especies exóticas invasoras**.
- Planta árboles, limpia ríos y cuida la naturaleza con organizaciones como SEO/ Birdlife, Ecologistas en Acción o la Red Cántabra de Desarrollo Rural.
- Compra productos hechos con madera de bosques **sostenibles**.
  Son bosques que se talan con control y se usan sin dañar el ecosistema o su capacidad de producir.

- **Especies exóticas invasoras en Europa**: aprende sobre animales y plantas invasoras y avisa en qué lugares los ves para mejorar su control.

FSC

Símbolo de bosques sostenibles

Especies exóticas invasoras:
Animales o plantas de otros lugares que se reproducen en un ecosistema diferente al suyo y lo dañan.

Cuento sobre la paz, inclusión y justicia

Desde pequeña Elsa quería trabajar de abogada.
No sabía lo que hacía una abogada,
sólo sabía que ayudaba a las personas
en problemas importantes
y les defendía con leyes y palabras difíciles.
Ahora Elsa trabaja de abogada en Selaya
y ayuda a las mujeres que sufren violencia.
Hace poco defendió a una mujer de otro país.
A esa mujer unos hombres la engañaron,
la trajeron a vivir a España
y la obligaron a tener sexo.
Elsa metió en la cárcel a esos hombres.
Ahora esa mujer está protegida por la policía
y vive tranquila con otras mujeres.

Las instituciones son organizaciones que hacen un bien a la sociedad y pueden ser públicas o privadas.

La justicia es un conjunto de valores como la igualdad o la libertad necesarios para que la sociedad y el Estado funcionen bien.

¿Qué problemas hay de paz, inclusión y justicia?

En el mundo **1 de cada 3** personas víctimas de trata es una niña o un niño.

España es uno de los países con más grupos criminales que secuestran y obligan a tener sexo a las mujeres. Algunos grupos ganan **5 millones de euros al día**.

La ciudadanía española está preocupada por el mal comportamiento de los políticos y **el robo de dinero público**.

Cantabria fue una de las comunidades de España con **más juicios** entre personas o empresas.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Conseguir que haya menos **corrupción**, venta ilegal de armas y grupos de delincuentes.

- Acabar con la **tortura** y la violencia y conseguir sociedades pacíficas.

- Lograr que las personas accedan a la justicia, a la información y estén protegidas por igual.

- Hacer que las instituciones de cada país:
  - Funcionen bien y sean **sostenibles**.
  - Protejan los derechos y las libertades de las personas.
  - Cuenten con la opinión y necesidades de las personas para tomar decisiones.

- Conseguir que los Gobiernos recuperen el dinero y bienes robados.

Corrupción:
Dar o aceptar dinero a cambio de hacer algo ilegal.

Tortura:
Daño fuerte que hace alguien con poder a una persona para conseguir información, castigar o dar miedo.

¿Qué puedes hacer tú?

- Conoce lo que hace el Gobierno de Cantabria y da tu opinión para mejorar el lugar en donde vives.
- Colabora con organizaciones que defienden los derechos de las personas en situaciones difíciles como Movimiento por la Paz en Cantabria.
- Haz **voluntariado** desde casa por internet con Cruz Roja.
- Infórmate sobre organizaciones a las que ayudar en la Oficina de Voluntariado de Santander o en la página Meeting Point Santander.

- **Web Change.org**: empieza o firma peticiones para protestar por los actos que dañan la naturaleza o las personas.

- Qué es la Justicia, cómo funciona y cómo ayuda a las personas con discapacidad.

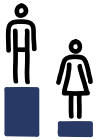
Cuento sobre la alianza mundial

Un país plantó muchos árboles en sus ciudades,
otro país dejó de usar bolsas y vasos de plástico.
Un país hizo una ley para que todas las personas
tuvieran una casa donde vivir.
En unos países hicieron muchas escuelas
y en otros mejoraron los hospitales.
Un país prohibió la pesca de ballenas,
y otro país cuidó que todas las personas
tuviesen buenas condiciones de trabajo.
Algunas cosas mejoraron en el mundo
pero muchas otras continuaban mal.
Un día todos los países se reunieron
y decidieron trabajar juntos
y ayudarse para hacer mejor las cosas.

La alianza mundial es el acuerdo y el trabajo que hacen juntos los Gobiernos, las empresas, las universidades y las personas para cumplir los 17 ODS y mejorar la vida en el planeta.

¿Qué problemas hay de alianza mundial?

En el mundo hay **más de 20 países** en guerra.



Los 129 países de la ONU
tienen que trabajar más para cumplir los 17 Objetivos.
Por ejemplo, en la igualdad entre hombres y mujeres.

Desde el 2009 España gasta **9 veces menos** dinero en ayudar a países en desarrollo.

La mayoría de las personas de Cantabria
no conocen la Agenda 2030.

¿Qué metas tiene este objetivo?

- Lograr la alianza mundial
  y el **desarrollo sostenible** de los países.
- Cumplir los Objetivos de la Agenda 2030
  respetando las acciones de cada país
  y comprobar cuánto se cumplen en todos.
- Mejorar la **cooperación** entre los países.
- Vigilar las ayudas a los **países en desarrollo**
  y ayudarles a devolver el dinero que deben.
- Mejorar el comercio entre países
  y conseguir que los **países en desarrollo**
  participen y vendan más a otros países.
- Empezar con el **Banco de Tecnología**.
- Vigilar que los Gobiernos y las empresas:
  - Gasten bien el dinero y hagan cambios
    para lograr el desarrollo sostenible.
  - Tengan políticas sostenibles parecidas.

Cooperación:
Colaboración y apoyo solidario del Gobierno o de una organización de un país a otro país con más necesidades.

Banco de Tecnología:
Proyecto de la ONU que busca mejorar la tecnología de los países más pobres.

¿Qué puedes hacer tú?

- Compra productos de **comercio justo** en organizaciones solidarias como Intermon OXFAM o Ayuda en Acción.
- Colabora en organizaciones que ayudan a personas **refugiadas** como Ruta 6 y Cantabria Acoge.
- Participa en la web Empodera de la ONU y da soluciones a los problemas de la Agenda 2030.
- Participa en las actividades que organiza el Fondo Cantabria Coopera.

Símbolo de comercio justo

Comercio justo: Venta y compra de productos sostenibles hechos en buenas condiciones de trabajo.

- **ODS en Acción**: aprende cómo cumplir los ODS y lee sobre desarrollo **sostenible**.

Refugiadas: Personas que abandonan sus países porque están en peligro.

Las organizaciones de Cantabria

- En este apartado te explicamos las organizaciones **sin ánimo de lucro** de Cantabria que trabajan para conseguir alguno de los 17 Objetivos.

- Cada organización representa un Objetivo.

- Te contamos información más importante de la organización como sus objetivos, alguno de sus proyectos o el trabajo que hacen para cumplir el ODS.

- Te damos sus datos de contacto: teléfono, dirección y página web. También te incluimos su logotipo, es decir, el símbolo que usan para representar su organización.

- Estas son las 17 organizaciones y el ODS que representan:

  - ODS 1: EAPN Cantabria
  - ODS 2: Cocina Económica Santander
  - ODS 3: AMARA
  - ODS 4: UNATE
  - ODS 5: Red Cántabra contra la Trata y la Explotación Sexual
  - ODS 6: Asociación RÍA
  - ODS 7: Solabria
  - ODS 8: AMICA
  - ODS 9: Centro Tecnológico CTC
  - ODS 10: Plena inclusión Cantabria
  - ODS 11: La Columbeta
  - ODS 12: AMPROS
  - ODS 13: IH Cantabria
  - ODS 14: Centinelas Cantabria
  - ODS 15: SEO / Birdlife Cantabria
  - ODS 16: MPDL Cantabria
  - ODS 17: Fondo Cantabria Coopera

ODS 1

EAPN Cantabria

Es la Red contra la Pobreza y la **Exclusión Social**.
Son 12 organizaciones que trabajan en Cantabria
para acabar con la pobreza y la exclusión social.
Para esto, EAPN construye alianzas
entre la sociedad, las organizaciones públicas y las privadas.
También influye en decisiones de las autoridades públicas
e informa a la sociedad y a los líderes políticos
sobre las necesidades de las personas pobres y en exclusión social.
EAPN organiza actividades y encuentros
para mejorar su participación y su protagonismo en la comunidad.
Su objetivo es lograr que todas las personas
disfruten de los mismos derechos y mejoren su calidad de vida.

Calle Cardenal Cisneros 20, 1º, Santander

942 760 707

www.eapncantabria.wordpress.com

ODS 2

Cocina Económica Santander

HIJAS DE LA CARIDAD
Cocina Económica

En 1908 las Hijas de la Caridad
crearon la Cocina Económica.
Esta organización atiende a las personas **vulnerables**
o en **exclusión social** en todas sus necesidades.
Les ofrece espacios donde comer, ducharse y dormir.
También les ayuda con documentos importantes,
les da atención médica, formación y apoyo para trabajar.
El objetivo de La Cocina Económica es acabar con el hambre,
la pobreza y conseguir la igualdad de derechos entre personas.

Calle Tantín 27, Santander

942 211 963

www.cocinaeconomicasantander.org

ODS 3

AMARA

AMARA es una asociación creada en 2016.
La crearon madres y padres con hijos e hijas enfermos de **cáncer** y menores de 18 años.
AMARA colabora con el Hospital Universitario Marqués de Valdecilla.
Su objetivo es mejorar el apoyo, la atención médica y la calidad de vida de estos niños, niñas y sus familias.
También defiende sus derechos e informa a la sociedad sobre el cáncer en menores de edad.
En 2018, AMARA publicó un cuento para ayudar a hablar del cáncer a los niños y las niñas.

Cáncer:
Enfermedad que hace que las **células** se reproduzcan sin control y dañen los órganos, la sangre o los tejidos del cuerpo.

Calle la Magdalena 9, Bajo, Colindres

669 528 737

www.amaracatabria.org

Célula:
Parte más pequeña de un ser vivo.

UNATE

UNATE es La Universidad **Permanente** de Cantabria.
Es una asociación que trabaja desde 1978
para dar una educación de calidad y **no reglada**
a personas mayores de 50 años.
UNATE tiene más de 10 centros en Cantabria
en los que ofrece diferentes actividades educativas.
UNATE mejora el intercambio de experiencias
y conocimientos entre personas jóvenes y mayores.
Sus objetivos son mejorar los derechos
y las oportunidades de las personas mayores
para que participen en todos los espacios
de la sociedad y mejoren su calidad de vida.

Educación permanente:
Es aprender durante toda la vida.

Educación no reglada:
Son estudios no oficiales que no siguen las leyes de educación del Gobierno y cuando se terminan dan títulos propios del centro.

Calle Vargas 47, 2º, Santander

942 228 922

www.unate.org

ODS 5

Red Cántabra contra la Trata y la Explotación Sexual

RED CÁNTABRA

La Red Cántabra contra la **Trata** y **Explotación Sexual** nace en Cantabria en 2002.
Esta organización informa al Gobierno, a los líderes políticos y a la sociedad sobre la violencia que sufren millones de mujeres que son víctimas de trata y explotación sexual.
La Red apoya y acompaña a las mujeres que quieren dejar o dejaron la prostitución.
El objetivo de la Red es acabar con las prácticas que dañan los derechos y el bienestar de las mujeres y crean falta de igualdad entre mujeres y hombres.

617 905 206

Red Cántabra contra la Trata y la Explotación Sexual

ODS 6

Asociación RIA

RIA es una asociación que nace en 1991
para mejorar el estado de zonas muy contaminadas:
la costa y las rías del Carmen y de Boo de Cantabria.
Desde 2006, RIA investiga, crea y usa técnicas **sostenibles**
para encontrar nuevas soluciones a los problemas
que crean las personas con sus actividades en la naturaleza.
Sus objetivos son arreglar los daños de los ecosistemas de la costa,
y conservar y usar de forma sostenible el medio ambiente:
la naturaleza, la cultura y todo aquello que es valioso para la sociedad.

Centro de Empresas de Camargo, Oficina 210,
Polígono Empresarial de Trascueto, Revilla de Camargo

942 250 025

www.asociacionria.com

ODS 7

Solabria

SOLABRIA es una cooperativa,
un grupo de personas socias
que toman decisiones juntas y compran **energía renovable**
a un precio justo para consumirla en sus casas.
Solabria también enseña a las personas a ahorrar electricidad,
a entender la factura de la luz
o a saber cómo se vende la electricidad.
Sus objetivos son que más gente use energía renovable
para contaminar menos y luchar contra el **cambio climático**.
Solabria siempre dice que la energía más limpia
es la que no se consume.

Barrio Rubó s/n, Boo de Piélagos

900 494 150

www.infosolabria.es

ODS 8

AMICA

AMICA es una asociación que trabaja desde 1984
con personas con discapacidad, **exclusión social** y sus familias.
AMICA crea trabajo decente en sus empresas o en otras,
y da formación para el trabajo.
En Valencia tienen un proyecto llamado Campus Diversia
con el que hacen actividades de turismo y ocio **sostenibles**,
cultivan y venden **productos ecológicos**
y protegen la cultura, las tradiciones y la naturaleza de Cantabria.
El objetivo de AMICA es descubrir las capacidades
que hay en cada persona y apoyarla para que viva feliz
y participe en la sociedad de forma sostenible.

Calle Sierrapando 508, Torrelavega

942 895 209

www.amica.es

ODS 9

CTC

El Centro Tecnológico CTC
es una organización de innovación,
que diseña y desarrolla proyectos para la industria.
CTC emplea la ciencia y la tecnología
para ayudar a las empresas
a ser más competitivas y **sostenibles**.
En la actualidad CTC
realiza más de 40 proyectos de innovación.
El conocimiento de CTC en materias
como la **nanotecnología** o los **gemelos digitales**
facilita la creación y el desarrollo de investigaciones
que desarrollan la economía de la región.

Nanotecnología:
Tecnología
que estudia
y usa materia
a pequeña escala
con diversos fines.

Gemelos digitales:
Copia virtual de un producto
o proceso al que se añaden
datos en tiempo real
para mejorar su rendimiento.

Calle Isabel Torres 1, Santander

942 766 976

www.centrotecnologicoCTC.com

ODS 10

Plena inclusión Cantabria

Plena inclusión Cantabria es la federación en Cantabria de las personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo y de sus familias.

Trabaja en nuestra comunidad desde el año 1999 para mejorar los apoyos y oportunidades.

El objetivo de Plena inclusión es que todas las personas logren su proyecto de vida de forma independiente y participen en la sociedad.

Plena inclusión trabaja en áreas como la **accesibilidad cognitiva**, el acceso al empleo, la formación, la ciudadanía activa y el apoyo a las familias.

Accesibilidad cognitiva:

Características que tienen las cosas, los espacios o los textos que hacen que los entiendan todas las personas.

Calle Ruiz de Alda 13, Bajo, Santander

942 075 853 / 651 920 140

www.plenainclusioncantabria.org

ODS 11

La Columbeta

La Columbeta es una asociación que nace en 2008
para mejorar el desarrollo de los pueblos de Cantabria
y apoyar a sus mujeres, personas mayores, jóvenes o de otros países.
Para esto, la Columbeta busca recursos para los pueblos
y desarrolla muchos programas y proyectos diferentes
para mejorar la calidad de vida, la cultura y el ocio,
o informar y educar en **igualdad de género** o en otros temas.
Por ejemplo, su proyecto llamado “Me quedo en casa y en mi entorno”
mejora el transporte y otros servicios en los pueblos
para hacer más fácil la vida de las personas mayores.
La Columbeta busca mejorar la inclusión social y la independencia
de las personas que viven en pueblos de Cantabria.

Calle La Estación 28, Bajo, Solares

942 790 414

www.lacolumbeta.org

ODS 12

AMPROS

AMPROS es una asociación de Cantabria que nace en 1965.
Su objetivo es mejorar la calidad de vida y la inclusión social de las personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo y de sus familias.
AMPROS tiene diferentes proyectos de empleo, como “Depersonas cultivando tu bienestar” en el que cultivan de forma **sostenible** alimentos saludables de la región en sus huertas.
Estos alimentos los venden y los usan para su **catering** “Depersonas cocinando con sentido”.
AMPROS mejora la economía de Cantabria, crea trabajo para personas con discapacidad, y ayuda a producir y a consumir de forma **sostenible** y responsable.

Catering:
Servicio que ofrecen algunas empresas y consiste en preparar y servir comida y bebida a grupos de personas.

Calle Nicolás Salmerón 1, Santander

942 895 209

www.ampros.org

ODS 13

IH Cantabria

IH Cantabria es el Instituto de **Hidráulica Ambiental** de Cantabria, un centro de investigación que la Universidad de Cantabria y el Gobierno de Cantabria crearon en 2007.

El IH Cantabria investiga el uso **sostenible** del agua, la conservación de los ríos y mares, y los peligros relacionados con el agua.

Este centro informa a la sociedad, enseña a otros profesionales y a los técnicos del Gobierno a mejorar la calidad del agua y la salud de los **ecosistemas**.

El IH Cantabria estudia los efectos del **cambio climático** en la naturaleza y el bienestar humano y propone medidas para adaptarse a los cambios.

Hidráulica Ambiental: Ciencia que estudia el comportamiento del agua y su relación con la naturaleza.

Calle Isabel Torres 15, Santander

942 201 616

www.ihcantabria.com

ODS 14

Centinelas

Centinelas es una asociación que nace en 2011.

Su objetivo es proteger y conservar los **ecosistemas** de las costas de Cantabria con la colaboración de la ciudadanía.

En la asociación ayudan muchas personas voluntarias a recoger datos y cuidar diferentes zonas de la costa.

Las actividades que hace Centinelas son:

- Formar a las personas voluntarias para vigilar las costas.
- Informar a organizaciones de España y Europa sobre los datos que recogen de las costas.
- Informar a la sociedad sobre las malas prácticas que dañan los mares y las costas.

Centinelas: Personas que observan o vigilan algo.

Calle Juan José Pérez del Molino 16, Bajo, Santander

633 144 711

www.centinelascantabria.com

ODS 15

SEO/BirdLife

SEO/BirdLife es una organización que tienen 135 países.
En ella trabajan personas científicas y voluntarias
con el objetivo de conservar las aves y sus **ecosistemas**.
SEO/BirdLife tiene diferentes proyectos en ciudades y pueblos para:

- Vigilar los grupos de aves, sus lugares de vida, estudiar sus amenazas y las formas de protegerlas.
- Apoyar el cultivo, el consumo y el turismo **sostenibles**.
- Arreglar los **ecosistemas** dañados.
- Influir en las decisiones políticas.
- Denunciar y evitar los delitos contra la naturaleza.
- Informar y educar a la sociedad sobre el cuidado de la naturaleza.

SEO/Birdlife también trabaja para cumplir la Agenda 2030,
incluso publicó una guía llamada “17 aves para 17 ODS”.

Avenida de Chiclana 8, Astillero

942 223 351

www.seo.org

ODS 16

MPDL

MPDL significa Delegación del Movimiento por la Paz.
En Cantabria esta organización nace en 2007.
MPDL atiende y apoya a las personas más **vulnerables**
como personas **refugiadas**, migrantes o en situación de pobreza.
También les ofrece servicios de abogados,
apoyo en la búsqueda de trabajo y otras ayudas.
MPDL da información e informa a la sociedad
sobre temas como **igualdad de género**, valores o diferentes culturas.
El objetivo de MPDL es defender los **derechos humanos**,
crear sociedades más pacíficas y solidarias
y lograr la igualdad entre las personas y entre los países.

Calle Tres de Noviembre 24, Bajo, Santander

942 376 305

www.mpdl.org

ODS 17

Fondo Cantabria Coopera

El Fondo Cantabria Coopera
es una **fundación** pública del Gobierno de Cantabria.
Su objetivo es organizar acciones
para ayudar a **países en desarrollo**.
El Fondo enseña a las personas a ser más solidarias
y comprometidas con la lucha contra la pobreza
y con el **desarrollo humano** y **sostenible**.
El Fondo crea alianzas con la sociedad
y las organizaciones públicas y privadas
para lograr sus objetivos y ayudar a cumplir los ODS.
El Fondo trabaja con los ayuntamientos
de Cantabria y de otros países
para cuidar a las personas y al planeta.

942 208 873

www.fondocantabriacoopera.org

Fundación:
Organización
sin ánimo de lucro
que trabaja para el
bien de la sociedad.

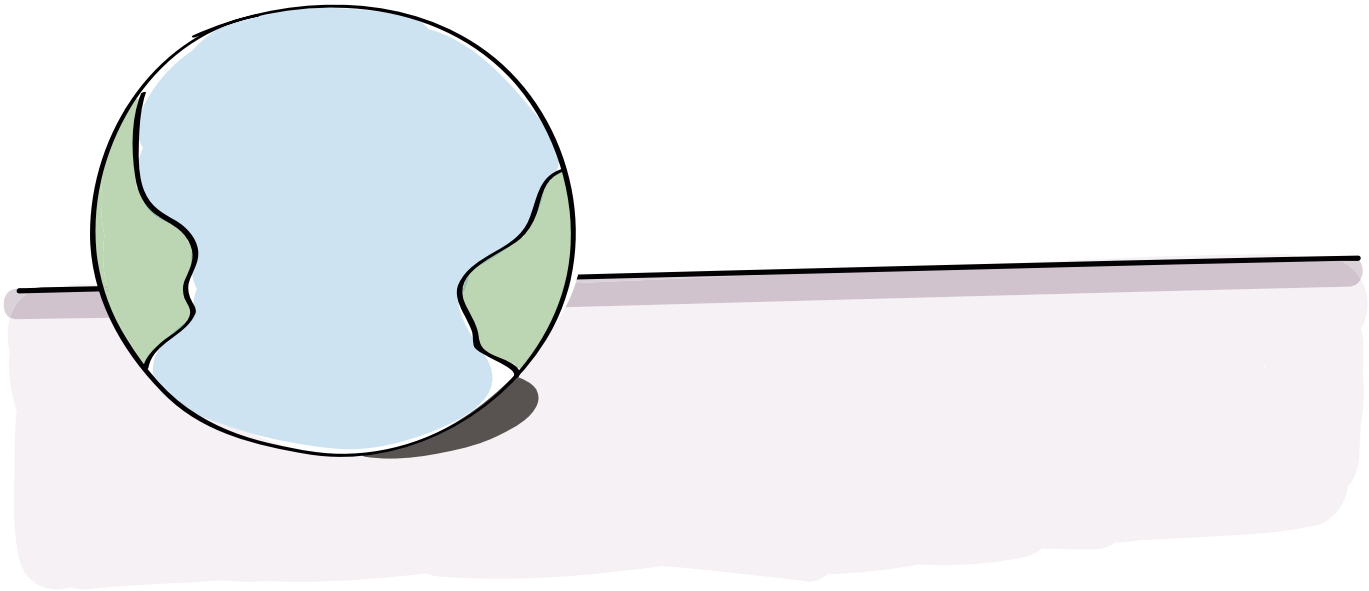
Desarrollo humano:
Mejorar
las libertades
y oportunidades
de las personas
de estudiar, trabajar,
tener salud
y bienestar.

La **Red Cántabra de Desarrollo Rural**
es una asociación **sin ánimo de lucro.**
Trabaja con 5 Grupos de Acción Local.
Su objetivo es mejorar el bienestar de las personas,
proteger y valorar la naturaleza,
la cultura y las tradiciones de Cantabria.
En este mapa están señaladas con colores
las áreas en las que trabaja cada Grupo de Acción Local.

Un proyecto de:

RED CÁNTABRA DE DESARROLLO RURAL

www.redcantabrarural.com
info@redcantabrarural.com



Colabora

Plena inclusión Cantabria

Apoya

GOBIERNO de CANTABRIA
CONSEJERÍA DE EMPLEO Y POLÍTICAS SOCIALES

Cantabria Camino Lebaniego

emcan
SERVICIO CÁNTABRO DE EMPLEO