Cambiando el paso

Mery Ocaña
«Una profe verde»

Reflexiones y recursos para trabajar el respeto por los animales y la parte verde de la educación



diversa

ÍNDICE

Prólogo, por Mar Gómez 7

FUEGO

Capítulo 1. Empieza el camino 16
¿Quién soy? 18
¿Por qué este libro? 20
Diferencia entre educar/enseñar y adoctrinar 22
Términos que utilizaré en el libro 24
¿Qué es la educación ambiental? 25
¿Cómo puedo ser educadora ambiental? 26
¿Qué es ser «vegana»? 28

TIERRA

Capítulo 2. La educación debería ser verde 32
NATURALEZA EN LAS AULAS 33
¿Qué hacer para que nuestras peques
sientan interés por el medio ambiente? 35
Un árbol mal plantado 36
Naturaleza y animales 38

VEGANISMO Y EDUCACIÓN 40
Veganismo en los colegios 40
Veganismo en las aulas 44
Transmitir el veganismo sin transmitir el veganismo 44
Unit 7: At the Zoo 48

Veganismo en comedores escolares 52
Ejemplo menú semanal vegano en comedor 53

Cómo gestionar el trabajar fuera de «la burbuja» 55

Experiencias que he vivido en primera persona, en el día a día 65
El juguete «de moda» 66
«Los animales son importantes porque nos dan carne y leche» 69
Caca, culo, pedo, pis 70
Dibujar planetas Tierra en un papel no va a solucionar nada 71
Mar 74
Principios y trabajo 75
Voy al Miami Seaquarium y conozco a Lolita 77
El *show* con caimanes 80
El bocata de jamón serrano 82
«La comida vegana tiene un suplemento que no hemos decidido pagar, pero siempre hay pasta y patatas» 85
«No voy a comer más chuches, ahora tomo solo Sugus» 87
«Mery, voy a faltar al cole porque me voy de caza» 87
«Entonces coges el pulpo y le das golpes porque luego está más rico» 90
«Mi parte favorita es cuando le clavan la espada al toro» 91
Mi familia de acogida en Estados Unidos 92
«Como me gusta la carne, prefiero no pensarlo» 96

Capítulo 3. ¿Y si fuera al revés? 98

Capítulo 4. Ideas de proyectos 102
Investigación de etiquetas en los supermercados 103
La deforestación del Amazonas 103

Historias reales de animales a través de cuentos, dibujos, vídeos... . . 104
«*The greener the better*» (cuanto más verde, mejor) 105
Matemáticas con los árboles 106
Reducir basura en el recreo 109
«Ahorra agua al lavarte los dientes. No es bueno
echar agua cuando pones pasta al cepillo» 112
Los pedos de las vacas 113

AIRE

Capítulo 5. Ahora es tu turno 118
Carta para los Reyes Magos de mi alumna Al 120
Todo lo que necesitan contar 121

AGUA

Capítulo 6. Recursos 134
Dónde están mis chuletas 135
Santuarios y protectoras de animales 136
Educación ambiental en España 146
Grupos de aprendizaje en la naturaleza 147
Cuentos y libros que personalmente he trabajado con peques . . 150
Películas 157
Documentales 159

Capítulo 7. Reflexión final 160

Agradecimientos 163

PRÓLOGO

POR MAR GÓMEZ

Vivimos en un mundo maravilloso, un planeta único lleno de tesoros y lugares inigualables. Un hogar que nos brinda grandes oportunidades, que nos da aire limpio para respirar, agua para beber y recursos para alimentarnos.

Convivimos con miles de especies en el planeta, pero solo la nuestra ha sido capaz de alterar el clima hasta límites que nunca hubiéramos imaginado. La Tierra se está consumiendo y lo hace de forma literal. Los recursos que tan amablemente nos ha brindado desde que la habitamos se acaban, el agua se contamina y el aire es cada vez menos respirable. La situación puede parecernos apocalíptica, pero hay muchas cosas que nosotros, los seres humanos, podemos hacer para remediarla, y una de las más importantes pasa por la educación.

Cuando somos niños, somos como esponjas, deseando absorber conocimiento. La curiosidad es el motor que impulsa nuestro aprendizaje y, además de aprender todo tipo de materias en el colegio, es fundamental contar con una buena concienciación y educación ambiental. Porque cuando educamos, formamos para ser

adultos responsables de las decisiones que tomamos. En la medida en que esas decisiones sean las apropiadas, las consecuencias serán las deseadas. La educación ambiental nos invita a abrir los ojos y comprender la interdependencia entre los seres vivos y los ecosistemas. A través de nuestro conocimiento y del de nuestros futuros adultos podremos tomar decisiones informadas y conscientes que minimicen nuestro impacto en el planeta y contribuyan a crear un mundo más sostenible: un mundo sano para todos.

Para poder lograrlo hay que educar sobre la preservación del planeta y sobre cómo cada uno de nosotros con nuestras acciones podemos colaborar. Una de ellas y que se aborda en este libro es el veganismo. El veganismo va más allá de la alimentación, es un camino que busca evitar sufrimiento innecesario a los animales y el medio ambiente. De acuerdo con la organización del Reino Unido The Vegan Society, el veganismo es una filosofía y estilo de vida que busca «excluir, en la medida de lo posible y practicable, todas las formas de explotación y crueldad hacia los animales para alimento, vestimenta o cualquier otro propósito». Pero es que, con este tipo de acción, además estamos cuidando el planeta y evitando las grandes cantidades de emisiones de gases de efecto invernadero que causan ciertas actividades, como las ganaderas.

A lo largo de este libro vas a descubrir el papel importante de la educación para el cuidado de nuestro planeta, la importancia de la alimentación para poder mantener los recursos que este nos brinda y la impor-

tancia de la preservación y el respeto de todos los seres vivos que habitan en él. Los niños nos brindan grandes ejemplos en el día a día de las escuelas en los que claramente se ve su inocencia ante un mundo en vertiginoso cambio. En este libro encontrarás situaciones cotidianas a las que se enfrenta la autora en su día a día como educadora, situaciones que muestran cómo la educación heredada desde hace años da por sentadas ciertas realidades que nosotros, como padres, educadores, personas..., podemos cambiar.

Este libro es una llamada a la acción, una invitación a repensar cómo los más pequeños juegan un papel crucial en el desarrollo de nuestro planeta y su clima y cómo los educadores tienen una gran oportunidad de forjar un futuro donde el cambio venga desde la comprensión profunda y la acción consciente. Y tú, ¿te unes a este camino para cambiar nuestro futuro?

Mar Gómez,
Doctora en Ciencias Físicas y Meteoróloga
@margomezh | www.margomez.com


PASIÓN, ENERGÍA, FUERZA, CLARIDAD, VOLUNTAD, INICIATIVA, IMPACIENCIA


FUEGO



ÉRASE UNA VEZ UNA HOJITA...

Esa hojita vivía con otras hojitas en un gran árbol, caliente, firme, seguro, robusto.

Un día, esa hojita notó algo diferente. Oh, oh, algo falla.

Al cabo de las semanas, esa hojita se vio volando las verdes praderas que rodeaban su árbol seguro, su hogar.

La hoja aprendió a volar, a recorrer distintos bosques, apoyarse en los lomos de los animales y mojarse en los ríos solo cuando era estrictamente necesario.

A la hoja le hubiera gustado seguir siendo hojita en el árbol, pero en esta aventura se dio cuenta de que tenía que surcar el mundo para susurrar su vida en el viento.





VUELA,
HOJITA.









"LA EDUCACIÓN ES LA HERRAMIENTA MÁS PODEROSA PARA CAMBIAR EL RITMO DE NUESTRAS ACCIONES"

–MARÍA OCAÑA

Es un hecho que vivimos en un estado de emergencia climática. Para muchas personas esto supone un momento de ansiedad y negatividad, pero existen unos seres mágicos que lo ven desde un punto de vista positivo y lleno de oportunidades; esos seres únicos son los niños y niñas del planeta.

Estas personas que la mayoría de las veces pasan desapercibidas están llenas de

IDEAS,
ENERGÍA
E ILUSIÓN,

tres ingredientes que necesitamos hoy en día para empezar a actuar y cambiar el paso de lo que se llama «sexta extinción masiva».

• • •

Este no es un libro cualquiera,
tampoco es una guía, ni un diario de anécdotas...
Son esas palabras que te gustaría escuchar
cuando estás a punto de tirar la toalla,
esa cosa que te hará sonreír,
esa respuesta a la pregunta que llevas
un tiempo buscando...

• • •

CAPÍTULO 1

EMPIEZA EL CAMINO



Hace unas semanas paseaba por la Gran Vía de Madrid. Era una tarde de diciembre, de esas en las que esta famosa calle está llena de luces, bolsas e ilusión. Recuerdo que hacía frío y chispeaba, pero éramos tantas las personas que nos protegíamos unas a otras.

Pensando en todo esto que acabas de leer, continuaba mi paseo.

Fue en ese momento cuando, en dirección contraria a la que yo iba, se acercaba un chico con un carrito en el que iba un peque, de unos 2 años.

El pobre peque lloraba y gritaba. «Estará agobiado», pensé.

Y cuando nos cruzamos, el padre, desde detrás del carrito, alzó su mano y le pegó un gran tortazo al pequeño.

—¡Calla ya! —le dijo mientras le pegaba.

El pequeño dejó de llorar, el padre continuó su ruta y yo me quedé paralizada en mitad de una calle repleta de gente, sin creerme lo que habían visto mis ojos.

Con esta terrible experiencia, lo que te quiero contar es que estamos demasiado acostumbradas a este tipo de situaciones que claramente son un acto de violencia.

Seguro que has escuchado muchas veces lo de «con un tortazo bien dado a tiempo, te ahorras muchas tonterías». ¿En qué momento de la historia de la humanidad nos ha parecido bien y hemos permitido que un padre, una madre, un familiar... pegue a alguien a quien, en teoría, ama de manera incondicional?

Lo que todo esto me lleva a pensar, personalmente, es que si a un padre le parece correcto pegar a su hijo, ¿cómo se va a preocupar por un cerdito o por un árbol?

Quiero comenzar el libro con esta anécdota no para que te pongas triste, sino para que te armes de coraje, de fuerza, de valor, para que no te quedes callada ante estas y muchas más injusticias porque, amiga, cosas así ocurren todos los días. Pero al igual que yo he contado con gente de confianza que me ha dado la mano para levantarme y continuar, quiero darte yo la mía en forma de este libro.

¿QUIÉN SOY?

¡*Hello* persona que has decidido comprar este libro! ¿Cómo estás? Mi nombre es Mery. ¡Encantada!

Soy maestra de Educación Primaria, especialista en Inglés, educadora ambiental, creadora de contenido en redes sociales, ponente, hija, hermana, novia, vegana, abraza árboles, risueña, culo inquieto, naturalista... Podría escribir un libro con todas las cosas que soy. Pero no es el caso de este que tienes entre tus manos.

¡Qué pregunta tan complicada es esta con la que he decidido iniciar mi «bebé»!

Tendemos a describirnos con etiquetas, factores externos que nos hacen categorizarnos en un grupo concreto, pero ¿quiénes somos en realidad?

Como este no es un libro filosófico, simplemente te diré que la respuesta a la pregunta la tienes escondida entre estas páginas. Nunca había escrito desde tan adentro,