

# II CONGRESO BIODIVERSO PREÁGORA BIOLÓGICA RADICAL TERRESTRE



## PreÁgora BioLógica Radical Terrestre



### Invitación

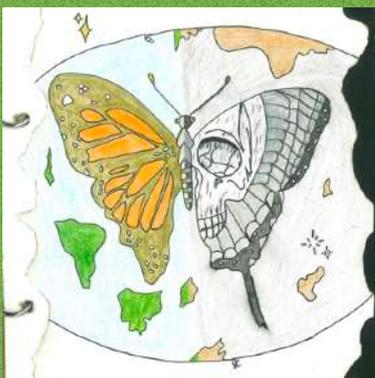
Nos complace invitarle al **II Congreso BioDiverso (PreÁgora BioLógica Radical Terrestre)** que se realizará el 22 de febrero en La Sala de Caudete, con la asistencia de seres vivos de distintos lugares que han realizado investigaciones sobre multiversos problemas socioambientales y diseñado propuestas para el presente y futuro de la humanidad.

Es imprescindible asistir con esta invitación y el atuendo adecuado con el ser vivo que se representa.



Universidad Intergaláctica Biodiversa

IES PINTOR RAFAEL REQUENA  
(CAUDETE)  
22 DE FEBRERO DE 2023



## PREÁGORA BIOLÓGICA RADICAL TERRESTRE



22 DE FEBRERO  
LA SALA  
CAUDETE  
UNIVERSO PINTOR  
RAFAEL REQUENA

PARTICIPAN SERES VIVOS DE LA UNIVERSIDAD GALÁCTICA (FACULTAD LB12)... UNA COMISIÓN LLEVARÁ LAS CONCLUSIONES DE LA JORNADA AL ÁGORA BIOLÓGICA RADICAL TERRESTRE EN EL QUE HAY SERES VIVOS DEL MULTIVERSO REUNIDXS PARA DEBATIR SOBRE EL FUTURO DE LA HUMANIDAD.



EN EL PROGRAMA: BINGO BIODIVERSO, DEBATE SOBRE PROBLEMAS ECOSOCIALES DE LA TIERRA, OBSERVATORIO DE CUIDADOS, ASAMBLEA INTERGALÁCTICA, FORO TEATRO, FABULACIÓN ESPECULATIVA...

¿QUIERES PARTICIPAR? DEBES PRESENTAR ANTES DEL 20 DE ENERO TU DIARIO DE VIAJE CON EL INFORME TIERRA SOBRE LA PROBLEMÁTICA ECOSOCIAL QUE HAS INVESTIGADO.



GRACIAS POR EL ESPACIO A:



### Programa del Congreso

10:40 - 10:50 Recepción y preparación

10:50 - 11:00 BINGO biodiverso socioambiental.

11:00-11:10 Fake news biopsicosociales

11:10 - 11:45 Comisiones de trabajo LB12

11:45 - 12:15 Relatoría creativa y asamblea intergaláctica.

12:15 - 12:30 Dinámica ConCordia

12:30- 12:40 Descanso vital

12:40-13:15 Comisiones cre-emo-activas

13:15-14:00 Teatro imagen, engranajes, rap vital, foro teatro, señalética...

14:00 Baile ConCordia

14:10 Evaluación debate y clausura

Paralelo: Observatorios, trueque de cuidados, redacción de titulares, mural pata pata...

**Bingo.... BUSCA A UN HABITANTE DE LB12 QUE PIENSE DESPUÉS DE HABER INVESTIGADO...**

Que la solución a la emergencia climática terrestre es el decrecimiento	Que lxs humanxs deberían comer menos carne	Puede haber un apagón en Europa y mas pandemias
Los jóvenes humanxs están concienciadx con la problemática ambiental	Sus ancestros terrestres estén en peligro de extinción	Sus ancestros terrestres sean migrantes y las migraciones humanas son necesarias
Piense que no tenemos que acabar como una serie de Netflix distópica	Que sepa lo que es la soberanía alimentaria	Sus ancestros terrestres estén afectados por los plásticos

**Bingo.... BUSCA A UN HABITANTE DEL IES PINTOR RAFAEL REQUENA QUE...**

ESCRIBE SU NOMBRE EN EL BINGO (NO PUEDES REPETIR NOMBRES)

Lleve una camiseta fabricada en España	Prefiera comprar en el comercio local que en internet	Sepa gestionar la ansiedad
Lleve bocadillera y botella reutilizable	No sea celosx	Prefiera hablar en persona antes que por redes sociales
Sea ecofeminista	Que tenga y use ropa de segunda mano	Coma de forma saludable y ecológica

## REPRESENTANTES DE LBI 2

- *Alcavetta* - pariente de las tortugas marinas (*Caretta caretta*). *Microplásticos en el océano.* (Alba)
- *Antirrhinum martín* - pariente de los dragones. *Capitalismo y emergencia climática.* (Martín)
- *Aquila sosanz* - pariente de las águilas (*Aquila sp.*). *Conservación de la biodiversidad.* (Ainhoa)
- *Aroa pisces* - pariente de los peces. *Energía y cumbres del clima.* (Aroa)
- *Awym* - pariente de los dragones. *TDA y altas capacidades de la juventud humana.* (Patricia)
- *Ballana blanhú* - pariente de las ballenas blancas (*Delphinapterus leucas*). *Turismo y mensajería sostenible.* (Ana)
- *Bellatrix cygnus* - pariente de los cisnes (*Cygnus sp.*). *Migrantes climáticos y activismo.* (Irene)
- *Betty* - pariente de los delfines (*Delphinus sp.*). *Depresión, estar mal o estar bien.* (María Gracia)
- *Buhómano* - pariente de los búhos (*Bubo bubo*). *Penamientos ya comportamiento de las personas autistas.* (Hugo)
- *Carcharhinus serrano* - pariente de los tiburones (*Carcharodon carcharias*). *Contaminación marina.* (Noa)
- *Chrisaetos puchero* - pariente del águila real (*Aquila chrisaetos*). *Soberanía alimentaria.* (Raúl)
- *Clauffler* - pariente de los escarbatos. *Consumo y felicidad* (Claudia)
- *Cowben* - pariente de las vacas (*Bos taurus*). *Prevención de los TCA.* (Rubén)
- *Draco belda* - pariente de los dragones. *La gran aventura humana.* (Miguel B.)
- *Dubi* - pariente de los gorilas (*Gorilla sp.*). *Prevención de la depresión adolescente.* (Carolina)
- *Félix* - pariente de las aves fénix. *Tecnología y futuro.* (Jose)
- *Flemicopterus* - pariente de los flamencos (*Phoenicopterus sp.*). *Soberanía alimentaria.* (Adrián)
- *Elurzoa* - pariente de las medusas (*Medusozoa*). *Extinction Rebellion.* (Elena)

## REPRESENTANTES DE LB1 2

- *Freudito - pariente de los animales migratorios. Migraciones climáticas. (Diego)*
- *Frosty - pariente de las ratas (Rattus). Huella de carbono digital. (Gabriel)*
- *Helena monarca - pariente de las mariposas monarcas (Danaus plexippus). No ha planeta B. (Helena)*
- *Helix díaz - pariente de los caracoles. Autogestión, lucha y asesinados ambientales. (Miguel D.)*
- *Hiedra - pariente de Hedera helix. Ecofeminismo. (Moha)*
- *Jesús - pariente de los chimpancés (Pan troglodytes). No al maltrato animal. (Tomás)*
- *Jotalynx - pariente de los lince ibéricos (Lynx pardina). El impacto de la fast fashion. (Julia)*
- *Justita - pariente de las urracas (Pica pica). El poder del consumidor. (Ilham)*
- *Kong - pariente de los chimpancés (Pan troglodytes). Derechos animales. (Hugo)*
- *Leipidopter - pariente de las mariposas (Lepidoptera). Consejos a las crías humanas. (Leire)*
- *Lexie - pariente de las libélulas (Anisoptera). Me quiero, te quiero, relaciones tóxicas y relaciones saludables (Thelma)*
- *Lynx - pariente de los dragones. Viñetas, capitalismo y emergencia climática (David)*
- *Lula - pariente de las libélulas (Anisoptera). Cambio climático y salud. (Elsa)*
- *Lutra indraya - pariente de las nutrias (Lutra lutra). La educación de las crías humanas ante la crisis ecosocial. (Jose)*
- *Lupus dachsund - pariente de los perros (Canis lupus). La crisis de cuidados y los escenarios de futuro. (Nadia)*
- *Maliket - pariente de los camellos (Camelus sp.). El decrecimiento como alternativa. (Jose)*
- *Martinson - pariente de los camellos (Camelus sp.). Crisis energética y futuro. (Ángel)*
- *Midinis vicente - pariente de las tortugas marinas (Caretta caretta). Desastres ecológicos. (Miguel V.)*
- *Maca asteroidea - pariente de las estrellas de mar (Asteroidea). Género y cambio climático. (Macarena)*

## REPRESENTANTES DE LB1 2

- *Minoucha - pariente de los felinos (Felis catus). Emociones y adolescencia. (Samara)*
- *Nyx - pariente de las libélulas (Anisoptera). Me quiero, te quiero, relaciones tóxicas y relaciones saludables. (Clara)*
- *Orcinuis - pariente de las orcas (Orcinus orca). La mochila ecológica de las cosas humanas. (Nuria)*
- *Ovissa - pariente de las ovejas (Ovis sp.). El arte como concienciación ante la emergencia climática. (Sara)*
- *Pingui - pariente de los pingüinos. Decrecimiento y emergencia climática (Ilyas)*
- *Profesor Smith - pariente de los quokkas (Setonix brachyurus). Escenarios de futuro para la humanidad. (África)*
- *Pholivier beltrán - pariente de los pangolines (Phataginus sp.). Biodiversidad, zoonosis y pandemias. (Javier)*
- *Raykerus - pariente de los koalas. Hope. (Rayan)*
- *Rey anthophila - pariente de las abejas (Anthophila). Arquitectura para el colapso. (Natalia)*
- *Rigasus - pariente de los caballos (Equus sp.). Consejos de los jóvenes humanos para un escenarios de cuidados. (Ricardo)*
- *Rinechis isaac - pariente de las culebras de escalera (Rinechis scalaris). Consumo consciente. (Isaac)*
- *Roberto - pariente de los cerdos (Sus scrofa domesticus). El mundo rural. (Aimar)*
- *Sandy latreille - pariente las luciérnagas (Lampyridae). La crisis energética. (Salma)*
- *Sauárbol - pariente de los vegetales. ¿Debe la humanidad decrecer? (Saúl)*
- *Shona - pariente de las ardillas (Sciurus vulgaris) y los zorros (Vulpes vulpes). Distopías vs. Utopías o Ecotopías. (María)*
- *Tardigrado ziad - pariente de los tardígrados. ¿Puede vivir la humanidad en Marte? (Ziad)*
- *Vini - pariente de los zorros (Vulpes vulpes). La bipolaridad y otros trastornos. (Sara)*
- *Zoe - pariente de los primates. Ansiedad, a mí también me pasa. (Paula)*

## COMISIONES DE TRABAJO LB12 CONSEJOS A LA HUMANIDAD

*Se realiza una rueda, cada habitante de LB12 habla un minuto sobre su investigación sobre la humanidad. Después se discute la pregunta (o preguntas) y se consensúa qué se va a decir en la asamblea intergaláctica.*

*Las conclusiones del debate se deben plantear como consejos a la humanidad y se deben mostrar por todo el grupo de forma creativa (cantadas, teatralizadas, bailadas...)... La pregunta final de la asamblea es, ¿permitiríamos que vivieran humanos en LB12?*

### *Grupo 1. Crisis energética y decrecimiento.*

*¿La humanidad está ante una crisis energética? ¿Qué proponéis a la humanidad? ¿Debe la humanidad decrecer?*

*Aroa pisces, Maliket, Martinson, Rey antophila, Sandy latreille, Tardigrado ziad, Pingui, Sauárbol*



### *Grupo 2. Biodiversidad, contaminación y pandemias.*

*¿Qué problemas socioambientales han surgido en la rueda? ¿Por qué es importante la biodiversidad del planeta Tierra? ¿Qué consejos les darías a los humanos para resolver los problemas socioambientales planteados?*

*¿Qué pueden hacer los humanos para conservar la biodiversidad?*

*Alcavetta, Aquila sosanz, Carcharinus serrano, Freudito, Helix díaz, Midinis vicente, Pholivier beltrán*

**Grupo 3. Soberanía alimentaria y derechos animales.**

*¿Cómo pueden los humanxs alimentarse bien? ¿Qué agricultura y ganadería recomendaríais a la humanidad? ¿Qué derechos deberían tener los animales? ¿Por que lxs jóvenes humanxs tienen TCAs? ¿Qué les recomendaríais?*

*Chrisaetos puchero, Cowben, Flemicopterus, Jesús, Kong, Roberto*



**Grupo 4. Salud biopsicosocial**

*¿Qué problemas de salud biopsicosocial han surgido en la rueda? ¿Por qué están aumentando los problemas de salud mental en la sociedad, sobre todo en los jóvenes? ¿Qué consejos daríais a lxs jóvenes humanxs?*

*Betty, Lexie, Lula, Maca asteroidea, Manoucha, Nyx, Vini, Zoe*

**Grupo 5. Mochila ecológica de las cosas y actividades humanas**

*¿Necesitan lxs humanxs lo que compran y consumen? ¿Sabes de dónde viene, si es sostenible y si cumple los derechos humanos? ¿Los humanos podrían ser felices sin consumir tanto? ¿Qué futuro sería sostenible para la humanidad respecto a este tema?*

*Ballana, Clauffler, Jotalynx, Justita, Orcinuis, Rinechis isaac, Rattus*



**Grupo 6. Artivismo y crisis planetaria**

*¿Ayuda el arte a concienciar sobre la crisis planetaria? Plantead frases para un debate activo que se pueda poner en práctica con jóvenes humanos. Algunas frases que penséis que van a estar todos a favor, y otras que estéis vosotros a favor y penséis que algunos pueden estar en contra (si fuera así, os colocaréis en el sí para convencerlos).*

*Antirrhinum martín, Bellatrix cignus, Draco belda, Elurzoa, Félix, Hiedra, Lynx, Ovisca*



**Grupo 7. Escenarios de futuro**

*Los jóvenes humanxs, ¿qué piensan de la crisis climática? ¿Qué pueden hacer los jóvenes humanxs por el planeta (a nivel individual, en el centro educativo y en la sociedad)? ¿Qué futuro tendrán en 2080?*

*Awyrm, Helena monarca, Leipidopter, Lupus dachsund, Profesor Smith, Raykerus, Rigasus, Shona*



# COMISIONES CRE-EMO-ACTIVAS TEMÁTICAS

- *Juicio a lxs humanxs. Se representa un juicio a la humanidad reflejando las problemáticas planteadas en la asamblea intergaláctica.*
- *Teatro imagen con titulares pasados, presentes e inventando los futuros (buen futuro biopsicosocial: utopía o ecotopía). A través de unas diez estatuas (que lanzan un mensaje concreto), evolucionar la historia de la humanidad para llegar al buen vivir.*
- *Dibujamos escenarios anticipativos. En las raíces investigaremos el pasado. Empezaremos por el tronco, problemáticas socioambientales actuales (crisis climática, salud biopsicosocial). Y en la copa del árbol dibujaremos la ecotopía (educación, salud, alimentación, energía, recursos y guerras, migraciones, residuos...)*
- *Coreografía para bailar de forma cooperativa, agarrarte a la vida (Rozalen)*



Alcavetta,  
pariente de las tortugas marinas (*Caretta caretta*)

## MICROPLÁSTICOS EN EL OCÉANO

Alba

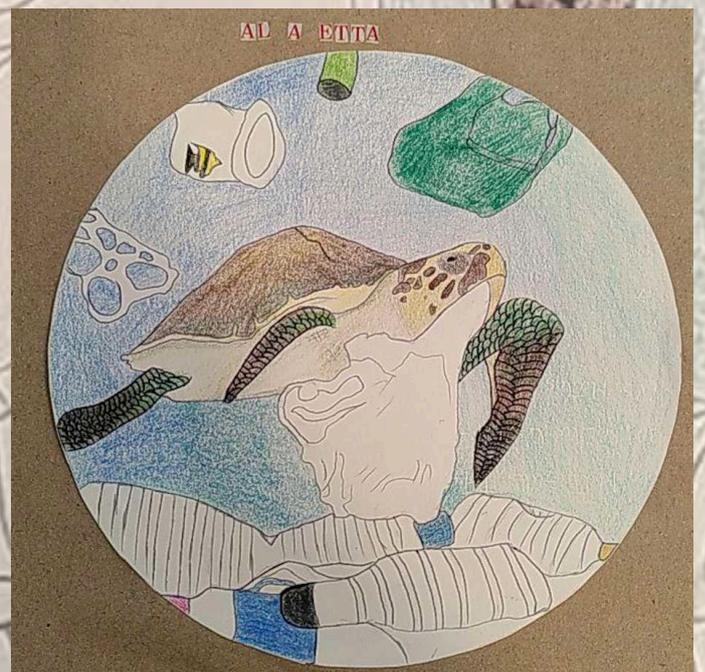
La conclusión del problema que he investigado es que buscamos la vida mucho mas facil y comoda. Usamos mucho el transporte privado, usamos plasticos y materiales no biodegradables para el planeta y esto hace que el planeta salga perdiendo y nosotros nos apoderamos de todo lo que nos da. La alternativa que podemos ofrecer se usar el transporte publico, bicicletas o ir a pie; y para los plasticos podermos encontrar materiales en el mercado totalmente biodegradables, como por ejemplo objetos fabricados con lana, papel, cáscaras de huevo, cartón, etc. El mensaje que me gustaría dar para a humanidad del futuro, es que no tenemos otro planeta que nos de una segunda oportunidad.

¿Qué problemática tenemos con los plásticos?  
¿Qué alternativas tiene la humanidad?



Recursos:

- Oceánicas
- Océanos de plástico



# Roberto, pariente de los cerdos (*Sus scrofa domesticus*)

## EL MUNDO RURAL

Aimar



Buenas, soy Roberto y he estado viendo en el mundo de los humanos. He investigado sobre los agroquímicos que tienen las frutas y las verduras. Deberían ser naturales y sacarlas del campo para la comer. Yo pienso que las frutas y las verduras naturales están más sabrosas que las artificiales por llevar menos químicos y también que hacen menos daño a los humanos. La verdad es que para mí la solución a este problema es que los humanos se fijen de donde viene lo que comen y como está cultivado.

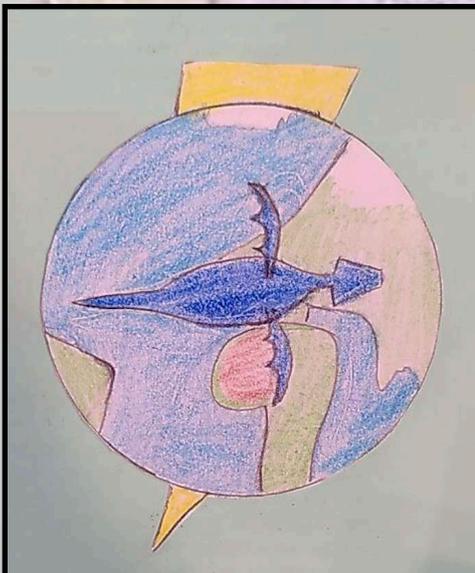


¿Por qué es importante el mundo rural?  
¿Qué futuro posible sostenible tiene la ciudad y el mundo rural?

# Antirrhinum martín, pariente de los dragones

## CAPITALISMO Y EMERGENCIA CLIMÁTICA

Martín



Contacto humano terrestre: Atxe.

Dibujas viñetas sobre la crisis climática, ¿qué piensas de la emergencia climática? ¿Qué te gustaría dibujar en tus viñetas en un futuro?

Atxe

DE CRISIS  
EN CRISIS  
Y DIBUJO  
PORQUE  
ME TOCA



# Aquila sosanz, pariente de las águilas (Aquila sp.)

## CONSERVACIÓN DE LA BIODIVERSIDAD

Ainhoa



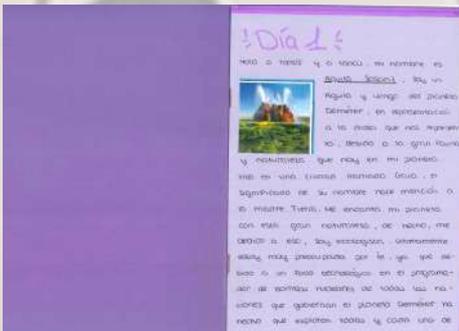
Mi consejo para conservar la biodiversidad es:

- Intervenir en la infraestructura verde.
- Producir alimentos, materiales y energía de forma sostenible.
- Consumir agua de manera racional y eficiente para una mayor aprovechamiento.
- Apoyar a los pueblos indígenas y comunidades tradicionales, quienes resguardan muchos los últimos reductos naturales que tiene el planeta.



¿En qué situación se encuentran los ecosistemas mundiales? ¿Y los ibéricos? ¿Qué proponen para que se pare la sexta extinción?

Contacto humano: Georgina Mace.



Conclusión: La biodiversidad contribuye de forma significativa al bienestar del hombre. Sin embargo, es probable muchas de las medidas necesarias para fomentar el desarrollo económico y reducir el hambre y la pobreza provoquen una pérdida de biodiversidad.



# Aroa pisces, pariente de los peces

## ENERGÍA Y CUEMBRES DEL CLIMA

Aroa

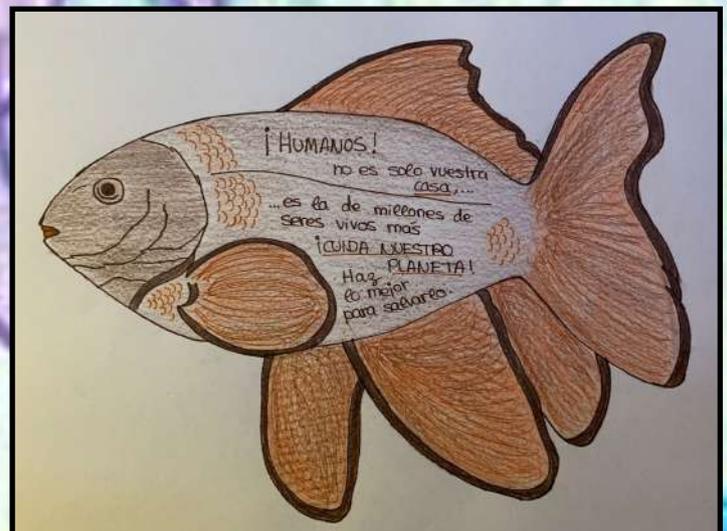
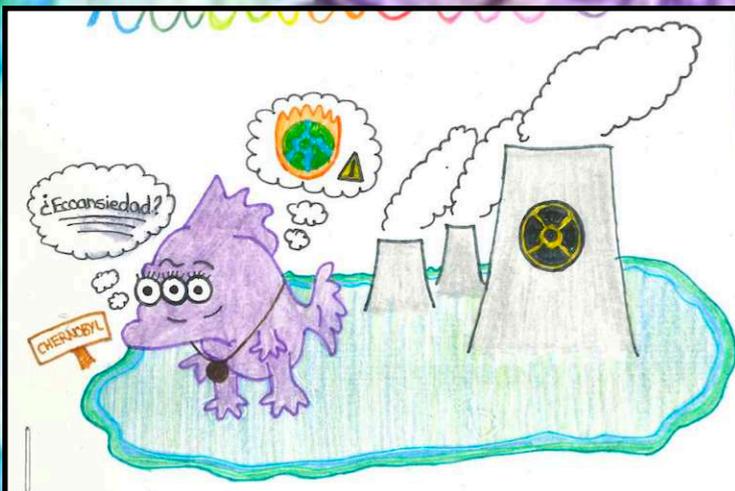


¡Hola a todos! Soy Aroa pisces y he estado investigando en el planeta de los humanos, en La Tierra, sobre la energía nuclear, las cumbres del clima y la ecoansiedad de los jóvenes humanos por el calentamiento global. Me he dado cuenta que a la mayoría de los humanos nos les importa nada lo que ocurra con su planeta y no ayudan lo suficiente en este tema. En las cumbres del clima, donde los representantes de los países hablan sobre los problemas terrestres, muchos se desentienden porque no entienden la gravedad del asunto. Creo que todos deberían aportar su granito de arena en esto y la mejor solución son las energías renovables. Las fuentes de energía que más utilizan ahora son perjudiciales para todos y acabarán agotándose. Tienen que ayudar todos. ¡Están destruyendo su casa! Y no solo su casa, también la casa de millones de seres vivos. Están siendo muy egoístas, no piensan en los demás. Qué triste me pone esto.



Experta: Ainara García  
(Juventud por el clima)  
Recurso: Objetivo Planeta

¿Qué piensan los jóvenes sobre la lucha del cambio climático? ¿Qué deberían hacer para tener un futuro de justicia ecosocial?



# Awyrn, pariente de los dragones

## TDA Y ALTAS CAPACIDADES DE LA JUVENTUD HUMANA

Patricia



Día 1 de expedición

Hola, soy un dragón adolescente llamado Awyrn y hoy es mi primer día fuera de casa, rumbo a la Tierra. En esta expedición busco aprender más sobre los humanos de mi edad (relativamente, puesto que nosotros alcanzamos la adolescencia al llegar a los 300 años) e intentaré daros algunos consejos sobre salud mental, somos especies distintas, pero sé de primera mano que esta es una etapa complicada. Todavía estoy en la cápsula espacial, pero como el viaje es largo he decidido aprovechar este rato para empezar a documentar mi travesía.

Yo ya he estudiado varios aspectos sobre los humanos: sus costumbres, sus distintas culturas, su anatomía y cómo funciona... Pero supongo que vosotros, al contrario, no sabréis mucho sobre dragones así que os explicaré un poco sobre nosotros.

Sí, sé lo que estáis imaginando, un dragón gigante y terrorífico como esos de Juego de Tronos o El Señor de los Anillos (¿veis cómo ya sé mucho sobre vuestra cultura?). Pero compararnos a nosotros con ese tipo de dragones sería lo mismo que compararos a vosotros con un Australopitecos. Es verdad que nuestros antepasados eran similares a esos dragones de las pelis, pero nosotros también tuvimos un largo proceso de evolución, y ahora somos bastante distintos.

Para empezar, somos bípedos, igual que vosotros. Nuestra inteligencia y cultura también ha evolucionado con el paso del tiempo. Y no, no todos los dragones vamos por ahí soplando fuego. Hay algunos de mi especie que todavía lo hacen, pero hay una variedad extensísima de talentos de ese estilo entre los dragones.

Día 9 de la expedición

Hoy regreso a mi hogar, y en unas pocas horas estaré surcando el universo rumbo a Nova Popelbis. Pero antes de irme, quería dejaros unos pocos consejos para ayudaros a dar el primer paso apoyando a las personas neurodivergentes.

CITAS sobre TDAH y AAC

Sigo distrayéndome mientras trato de leer un libro sobre cómo no distraerme.

No me avergüenzo de quién soy, pero estoy cansado de ser definido por un trastorno.

Es difícil instruir a los niños debido a su falta de atención natural; el verdadero modo, por supuesto, es primero hacer que nuestros modos les resulten interesantes". John Locke

Si la capacidad ha de transformarse en talento, la educación es lo que está en medio. Javier Tourón

Las altas capacidades no son la causa de ningún problema psicológico asociado. La falta de atención y comprensión sí

¿Calzarías a todos los niños de la misma edad con zapatos del mismo número?

Digamos que **IGUALDAD** significa que cada uno tiene derecho a ser **DIFERENTE** a los demás. Umberto Eco



# Ballana blanhu

pariente de las ballenas blancas (Delphinapterus leucas)

## TURISMO Y MENSAJERÍA SOSTENIBLE

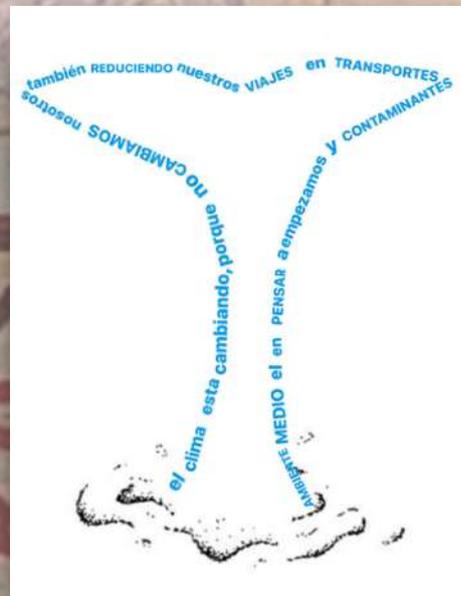
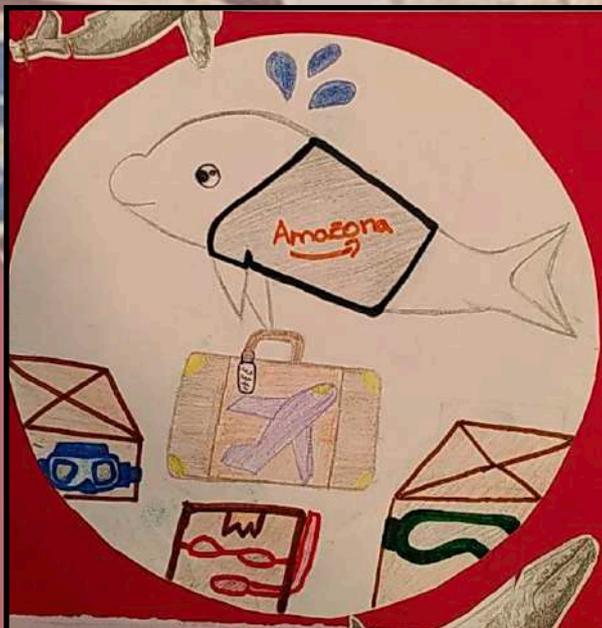
Ana



Deberíamos pensar más en el medio ambiente y en las personas que nos rodean, antes de comprar cosas a lo loco sin saber de donde vienen y cuánto han tenido que recorrer para llegar hasta nosotros, seguramente las tenemos mucho más cerca de lo que pensamos y no nos damos cuenta. También deberíamos pensar en cuantos aviones y transportes que contaminan son utilizados al día solo por caprichos y no por necesidad.

¿Amazon es sostenible? ¿La mensajería es sostenible? ¿El turismo puede ser sostenible? ¿De que forma? ¿Qué recomiendas a la humanidad?

### Artículos de Ballena Blanca



Bellatrix cignus, pariente de los cisnes (Cygnus sp.)

## MIGRANTES CLIMÁTICOS Y ARTIVISMO

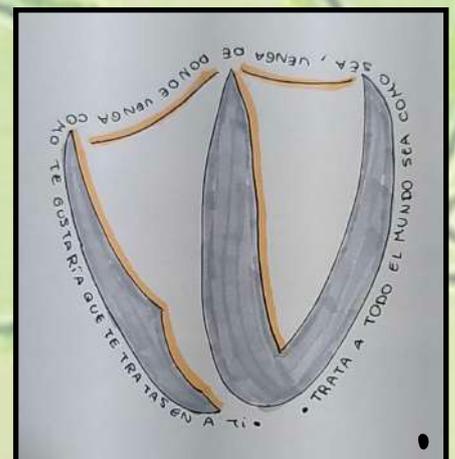
Irene



A veces tratamos mal o diferente a la gente que viene de otros países, buscando una oportunidad que no han tenido en su país, y normalmente la mayoría son rechazados ya sea por su cultura, su color de piel, sus creencias, u otras cosas. De lo que me he dado cuenta, y creo que es algo súper importante es preguntar y conocer la historia de esa persona antes de juzgarla es algo a los que nos tendríamos que acostumbrar. Preguntar antes de hablar.

¿Qué mensajes dan los artistas con sus obras? ¿Generan conciencia? ¿Qué obras denuncia habrá en el futuro? Y si no se necesitaran, ¿qué mostrarían?

Contacto humano: Saype (grafitero)

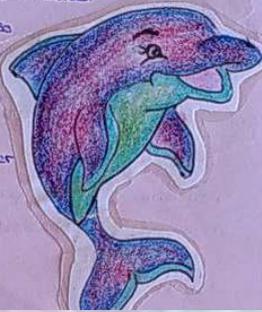


# Betty, pariente de los delfines

## DEPRESIÓN, ESTAR

María Gracia

Hola, soy BETTY, un pequeño delfín de 3 años, mis padres me han dicho que ya soy lo suficiente mayor como para hacer mi primer viaje a la tierra y visitar a mi familia, soy una delfín muy positiva y aunque me digan que puede ser peligroso yo sé que va a ser una gran experiencia y tengo muchísimas ganas.



La ansiedad es un sentimiento de temor y puede ser natural, como respuesta a una situación de estrés. Pero cuando las personas tienen un trastorno de ansiedad, este miedo es muy angustiante y no termina en un corto periodo de tiempo. Por lo tanto, cuando hablamos del trastorno de la ansiedad, nos referimos a una afección en la que este sentimiento de miedo no desaparece, aumenta y empeora con el paso del tiempo. Por ello hay que tomar medidas cuanto antes.

### PROCURA

- Entretenerse y no dejar tiempo a la mente para pensar.
- Salir y pasarlo bien, haz cosas que te gusten y te lleven.
- Deshazte de todo aquello que te limita y/o condiciona.
- Siempre, antes de hacer cualquier tontería, busca ayuda.
- Recordar que no eres el único, aunque pienses que sí, NO ESTÁS SOLO.
- Permitirte estar mal, toda evolución lleva un proceso y tiempo.
- No tener miedo de abrirte y desahogarte.
- Saber que SIEMPRE hay salida y hay otras opciones.
- Quererte y dedicarte tiempo a ti mismo.
- Decir "NO" a todo lo que no te aporte nada bueno.
- Luchar para obtener la mejor versión de ti, el camino es duro, pero todo trabajo tiene su recompensa.

La depresión es algo que no se puede controlar y lo que más se necesita es autoestima y autocontrol. No es fácil salir de ella, necesitas mucho apoyo y en algunos casos, medicarse, y a pesar de que cuesta salir de ella, es posible prevenirla, alejándose de lo que nos perjudica cuanto antes.

**ES MEJOR CORTAR DE RAÍZ...**

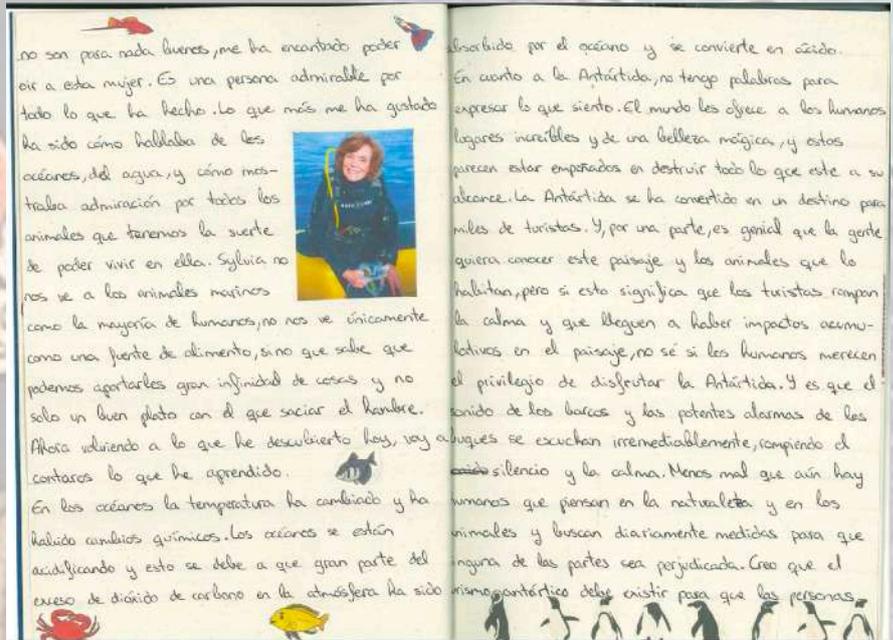
No dejéis que nada ni nadie os condicione ni os quite la autoestima ni el autocontrol de vuestra mente.

# Carcharhinus serrano, pariente de los tiburones

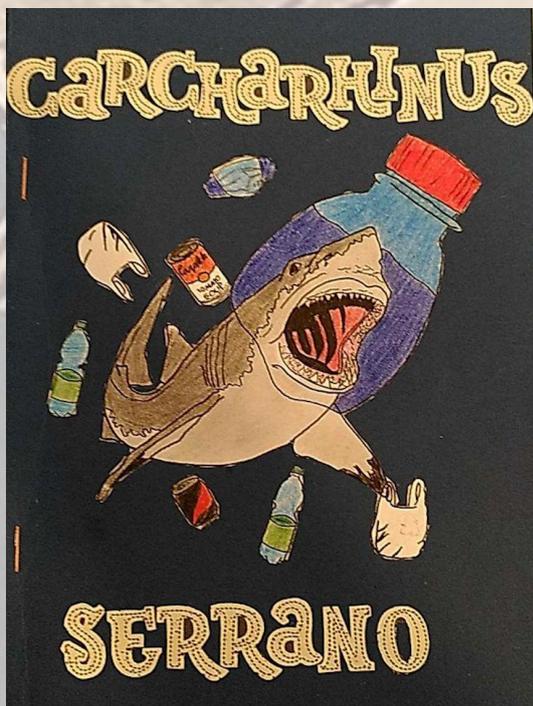
## CONTAMINACIÓN MARINA

Noa

¿En qué situación se encuentran los océanos?  
¿Y el Ártico? ¿Y la Antártida? ¿Qué aconseja  
a lxs humanxs?



Contacto humano: Silvia Earle



# Chrisaetos puchero, pariente del águila real (Aquila chrisaetos)

## SOBERANÍA ALIMENTARIA

Raúl

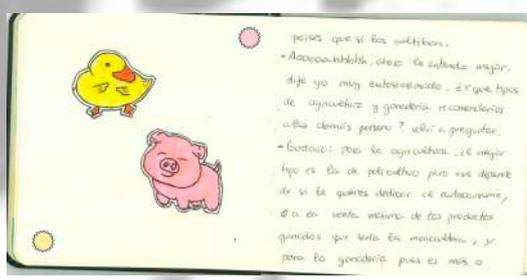


¿Qué es la soberanía alimentaria? ¿Cómo pueden los humanxs llegar a ser soberanxs en alimentación? ¿Qué agricultura y ganadería recomendaría a la humanidad?

Las conclusiones de mi investigación:

- Cambiar el punto de vista de que la agricultura no solo es un medio para sacar dinero sino que también sirve para que muchas personas puedan sobrevivir.
- Reducir el uso de transporte de alimentos ya que este afecta a la biosfera. Consumir productos locales y de temporada.

Contacto humano:  
Gustavo Duch



# Clauffler, pariente de los escarbatos

## CONSUMO Y FELICIDAD

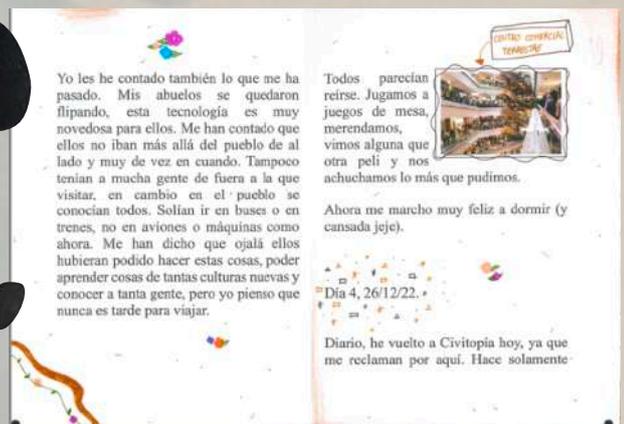
Claudia



¡Hola! Soy Clauffler. En esta aventura he investigado sobre el estilo de vida de los humanos terrestres, el consumismo, y la relación que tiene esto con la felicidad. A veces ahogar las penas en comprar es más fácil que empatizar, hablar, cuidar, compartir, etc. Sentimos que cuantas más cosas tengamos más llenos vamos a sentirnos, pero esto no es así. Así que quiere, ama, ríe, comparte, abraza, cuida... Lo demás son simplemente cosas insignificantes, algo meramente superficial.



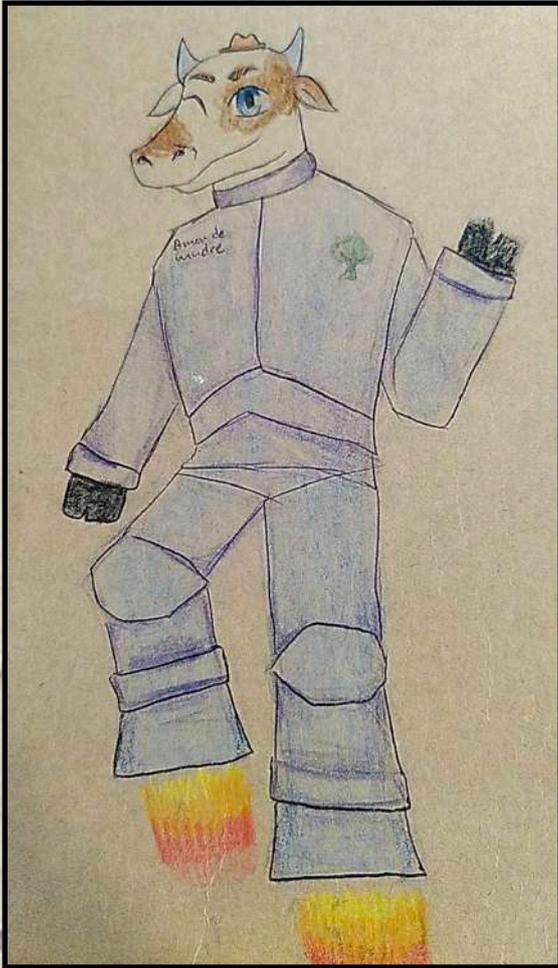
¿Toda la humanidad consume lo mismo? ¿Los humanos pueden ser felices sin consumir tanto?  
Experta humana: Charo Morán



# Cowben, pariente de las vacas (Bos taurus)

## PREVENCIÓN DE LOS TCA'S

Rubén



María, una de las chicas del grupo, me empezó a mostrar comportamientos que podrían llevar a un TCA. Siempre llevaba ensalada para comer, seguía una dieta muy estricta con muchas carencias nutricionales, siempre acudía al baño después de comer y casi nunca mostraba apetito. Debido a estos síntomas, me preocupé al sospechar de una posible anorexia u ortorexia por lo que decidí hablar con ella

Además de María, uno de los chicos del grupo también tiene conductas alarmantes, aunque muy opuestas a las de María. Él es una de las personas más deportistas que jamás he visto, es super activo y siempre esta haciendo cosas; no he podido hablar con él ya que suele pasar entre dos y 3 horas diarias en el gimnasio además de no faltar a ni una sola caloría. Durante esta semana, cuando hemos hecho alguna foto él suele apartarse o taparse como puede, aunque tenga un físico por encima de la media. Sin duda no es algo que hay que dejar pasar y también debo hablar con él ya que puede ser vigoréxico.

### CONSEJOS

- 1.- Lo primero es identificar si tenemos un problema de conducta alimentaria. (Una forma de saberlo es fijarnos en si reflejamos nuestras emociones con la comida)
- 2.- Si pensamos que podemos padecer de un TCA, debemos intentar acudir a un psicólogo y comunicarlo a una persona de confianza.
- 3.- Si alguien de nuestro entorno cercano da indicios de un TCA, debemos intentar crear un espacio de confianza donde podamos hablar con él/ella y pedir ayuda si es necesario.

# Draco belda, pariente de los dragones

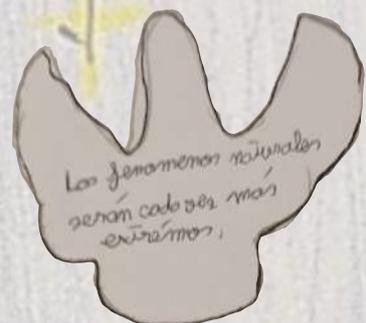
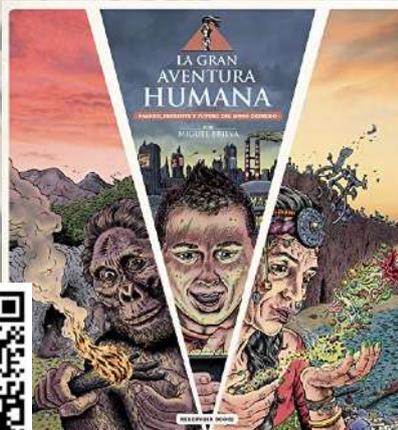
## LA GRAN AVENTURA HUMANA

Miguel B.



Contactar con Miguel Brieva. Dibujas viñetas sobre la crisis climática, ¿qué piensas de la emergencia climática? ¿Qué te gustaría dibujar en tus viñetas en un futuro?

Dicen que somos ocho mil millones de humanos, la mitad de los que nos han precedido desde que habitamos este planeta. Este dato coincide en el tiempo con sucesos de lo más inquietantes: cambio climático, gran extinción de especies, crisis energética, colapso financiero, apoteosis consumista, debacle de la creatividad, exaltación del individualismo, deterioro genético generalizado e inercia maquinal de las instituciones. De nuestra reacción a esta «tormenta perfecta» dependerá que exista un siglo XXI en el que merezca la pena vivir y, aún más importante, tras el que podamos sobrevivir como especie. Este libro, cruce de la mayor imprudencia teórica imaginable y del delirio visionario más temerario, quiere dar cuenta de por qué hacemos todo lo que hacemos. ¿De dónde viene esta lógica funesta de la que somos cautivos? ¿Y adónde podríamos llegar si fuéramos capaces de modificarla?



## PREVENCIÓN DE LA DEPRESIÓN ADOLESCENTE



### Consejos para la depresión.

1. Oblígate a salir de casa y a hacer cosas que te llenen.
2. Busca ayuda psicológica.
3. Al final del día apunta algo que te haya hecho feliz o te haya hecho sentir bien.
4. Desahógate con tus seres queridos, contarlo y que te escuchan te ayudará.
5. Dedicale menos tiempo al móvil y a las redes sociales.
6. Permítete estar mal.
7. Dedicale tiempo a leer o a escuchar tu música favorita.
8. Aprende a decir NO a todo aquello que no quieras.
9. Detecta cuál es tu pensamiento negativo más común en el día a día y recita algún mantra o/y pensamiento positivo para cambiarlo.
10. Intenta encontrar y hablar con gente que haya sufrido depresión.

## Félix, pariente de las aves fénix

### TECNOLOGÍA Y FUTURO

Jose M.



Contacto humano: Naomi Klein  
¿Qué es la doctrina del shock? ¿Qué es el Green New Deal? ¿Considera que la tecnología es la solución, por ejemplo, en educación? ¿Qué nos aconseja para el futuro?

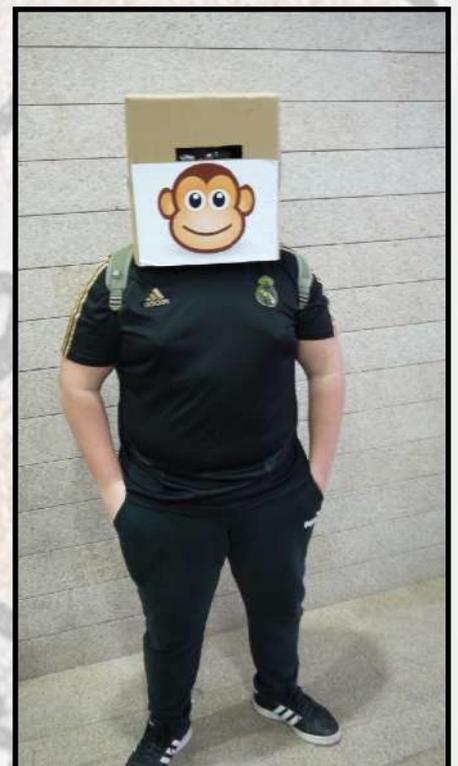
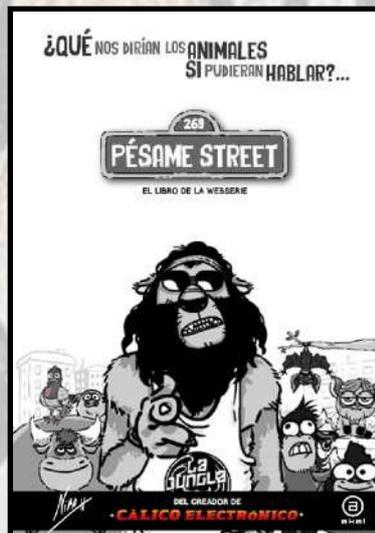
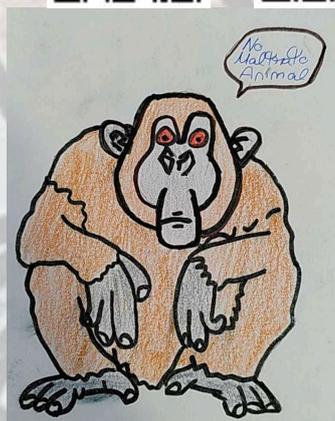


## Jesús, pariente de los chimpancés

### NO AL MALTRATO ANIMAL

Tomás

¿Por qué los humanos son tan inconscientes de nuestra conexión con la naturaleza? ¿Qué relación tiene con los animales? ¿Y con la sexta extinción? ¿Qué debería hacer la humanidad? Entrevista a Niko y vídeos Pesame Street.



# Flemicopterus, pariente de los flamencos (Phoenicopterus sp.)

## SOBERANÍA ALIMENTARIA

Adrián

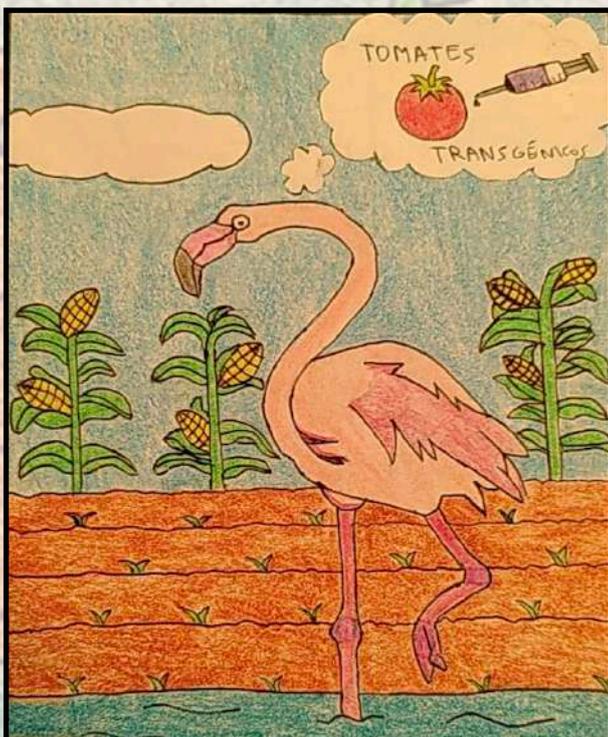


Mi investigación es sobre el cultivo y alimentación en la Tierra. Conocí a Vandana Shiva, quién me ayudó a reflexionar sobre el problema de los productos transgénicos. Ella me dijo que las industrias crean alimentos con productos químicos y modificándolos con genes de otras plantas para que así crezcan más rápido y tengan mejor aspecto.

Como conclusión, creo que sería una buena idea cultivar nuestros propios alimentos, sin desperdiciarlos, y sin la necesidad de contaminarlos en un laboratorio y que nos enfermemos en el futuro.

¿Quién alimenta al mundo?  
¿Quién cultiva y cómo se reparten los alimentos? ¿Cómo podría la humanidad alimentarse para vivir bien?

Contacto humano:  
Vandana Shiva



# Elurzoa, pariente de las medusas (Medusozoa)

## EXTINCTION REBELLION

Elena

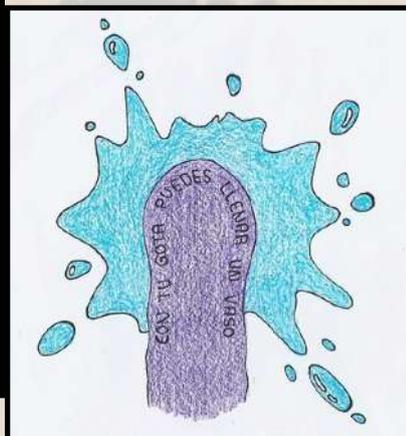
¿Qué colectivos han surgido para movilizar a la población? ¿Están fundamentados en la evidencia científica? ¿Qué pretenden?

Contacto humano: Juan Bordera



Los movimientos sociales han sido el motor del cambio y los protagonistas de numerosos avances a lo largo de la historia de la humanidad. Sin ellos y sin la valentía de la gente para llevarlos a cabo, nuestras vidas estarían mucho más atrasadas y ni nuestra dignidad ni nuestros derechos serían respetados. Debemos agradecer a esas personas que se levantaron y se jugaron la vida por mejorar la sociedad y defender sus ideales.

Hablemos sobre Extinction Rebellion (XR) [?] Es un movimiento social mundial cuyo objetivo es influir sobre los gobiernos del mundo y las políticas medioambientales globales de forma para minimizar la extinción masiva y el calentamiento global. A través de la desobediencia civil (violación de una ley mediante una acción, con fin de ser contemplada por la ciudadanía y clase política), se manifiesta en contra de la extinción masiva de animales y plantas, así como la posible extinción de la humanidad como consecuencia de la crisis climática. Cuenta con el apoyo de la comunidad científica (datos con evidencia científica clara) En resumen este movimiento busca actuar ante la crisis climática y evitar la sexta extinción de forma pacífica intentando influir en los gobiernos de todo el mundo.



"La vida en la Tierra está en crisis. Nuestro clima está cambiando más rápido de lo que los científicos predijeron y hay mucho en juego: pérdida de biodiversidad y de cosechas, colapso social y ecológico, extinción masiva. Se nos acaba el tiempo y nuestros gobiernos no han actuado. Rebelión o Extinción se formó para actuar frente a esta crisis climática."

# Freudito, pariente de los animales migratorios

## MIGRACIONES CLIMÁTICAS

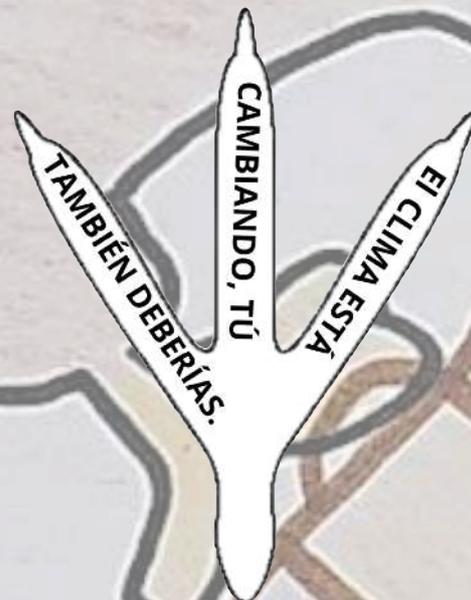
Diego



Soy Freudito, vengo del planeta ZXO y he bajado a la Tierra para investigar sobre las migraciones climáticas. Ha sido una investigación larga pero al final he podido sacar alguna conclusión, como por ejemplo he sacado que hay muchas personas que migran por el cambio climático.

Cuántas personas migran debido a la emergencia climática? ¿Cuántas migraciones habrá si no actuamos? ¿Qué recomendaciones harías a la humanidad?

Cinco minutos... con Fernando Valladares (migrantes climáticos)



# Frosty, pariente de Eomai scansoria

## HUELLA DE CARBONO DIGITAL

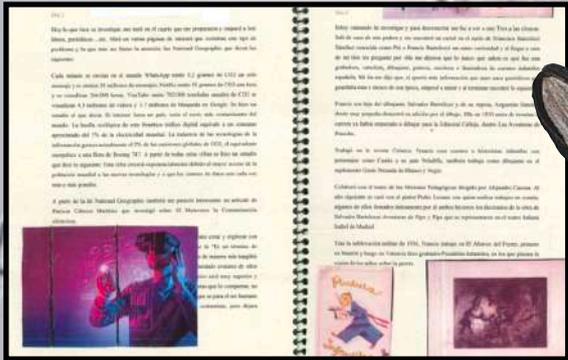
Gabriel



¿Emite carbono el uso de las redes sociales?  
¿Será sostenible ambientalmente el metatarso? ¿Qué futuro tiene la humanidad respecto a esta temática?

Mi conclusión es que debemos de pensar más como ayudar a la naturaleza, ya que están creando cosas que son perjudiciales para ella. A nosotros nos satisface, pero al medio ambiente y al planeta no, es decir, que debemos dejar de satisfacer nuestras necesidades y pensar en las otras cosas. Ya que las cosas que realizamos pueden acabar con el planeta y solo tenemos uno no tenemos más.

Debemos de reducir el uso digital, el uso de redes y el uso de tanto internet. Volver a lo que era antes una vida más simple sin tanta tecnología una vida "más sana"



DESCONOCIDO

# Helena monarca, pariente de las mariposas monarcas (*Danaus plexippus*)

NO HAY PLANETA B

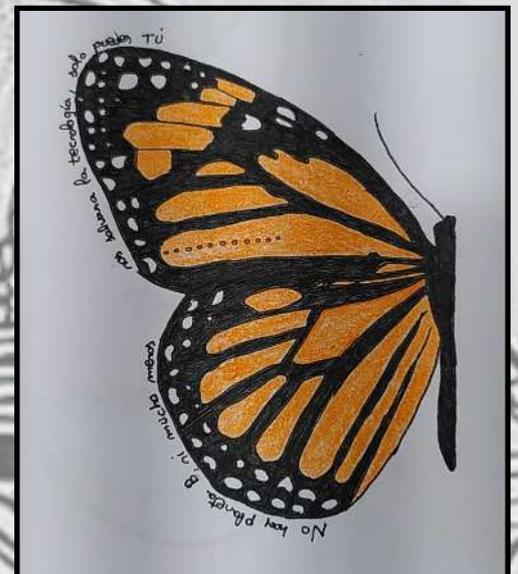
Helena



Hola me llamo Helena monarca, y como bien aparece en mi nombre he investigado sobre la mariposa monarca. Ellas viven en ciudad de México, recorren 1,900 a 4,500 hasta que llegan al bosque de Michoacán. Las mariposas monarcas adultas comen diferentes tipos de flores. Las mariposas que nacen en verano viven entre dos y cinco semanas, las que nacen en invierno viven entre cinco a nueve meses. Estas mariposas suelen poner entre 300 y 500 huevos individuales, lo ponemos en la parte inferior de las hojas de las plantas, después de 4 a 5 días nacen unas diminutas orugas que nos alimentamos nada más de hojas de algodoncillos. Solo quedan 35 millones de esta especie, pero al año mueren 970 mariposas, este problema ha aumentado debido al cambio climático, debido a que nos afecta y estas cifras van a ir subiendo y afectando a más animales. Debemos tomar medidas ante la crisis climática.



Los jóvenes humanxs,  
¿qué piensan de la crisis  
climática? ¿Qué pueden  
hacer los jóvenes  
humanxs por el planeta?  
Contacto humano:  
Fridays for future



AUTOGESTIÓN, LUCHA Y ASESINADOS AMBIENTALES



¿Por qué enseñan a cultivar en algunas escuelas?  
¿Quién y por qué asesinan a personas que defienden el medio ambiente? ¿Cómo deberían educar a las crías humanas para que puedan vivir bien en el futuro?



Mi primo Gastropín me estaba esperando me a los pies de la tomatera. Mientras me acercaba lentamente a los pies de la tomatera me me puse a pensar en lo raras que son las especies de la tierra!

Soles tienen dos ojos y no tienen un ojo con doble pupila y son de un color amarillo muy raro, en P. 3.14 todos los caracoles son de colores muy vivos.



Antes incluso de saludarme, Gastropín me ha dicho que nos tenemos que ir porque pronto hará mucho calor y en su casa ya estaba lista la cena. Mientras íbamos a casa le he preguntado porque la tomatera tiene tan mal aspecto y me ha dicho que al guisarse ha empezado y que no puede regar las plantas y lo peor de todo es que no hay médicos en la aldea y no se encuentran bisón como para ir al pueblo de al lado en tractor.

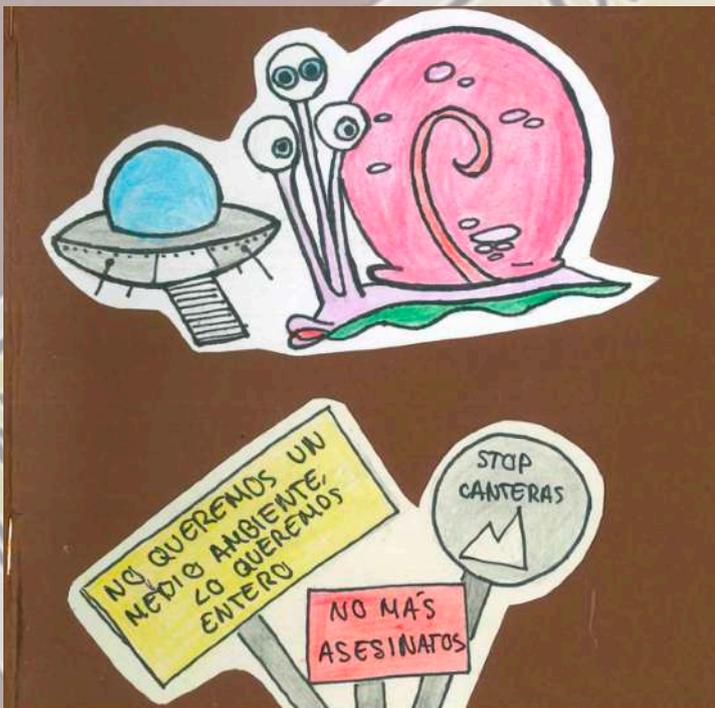
Me fui pronto a dormir porque estaba cansado.

° Día 2: Después de desayunar le he dicho a mi primo que me iba a investigar sobre como estaban las cosas desde la última vez que vine.

Mientras iba por la calle me he fijado en una pequeña escuela llena de pequeños humanos. Los cuales estaban aprendiendo a cultivar, he investigado un poco con mi móvil y he descubierto que lo hacen para que el futuro los crías humanas puedan cultivar ya que ahora cada vez menos gente quiere hacerlo y porque aprenden mientras se divierten y porque. Sin embargo me preocupa que esto sea solo una pequeña parte de la educación y no se extiendan a todas las escuelas.

Mientras volvía a casa me da que hay una gran variedad de seres vivos y ecosistemas pero también hay una gran degradación del medio ambiente.

Hoy no he podido investigar mucho pero ahora tengo más claro sobre qué quiero investigar.



"Han creído que la impunidad es eterna, se equivocan. Los pueblos saben hacer justicia"

-Berta Cáceres

° Esto son algunas plantas que he recogido durante mi viaje:



° Durante mi viaje de vuelta a P. 3.14 he investigado sobre más personas asesinadas por defender el medio ambiente:



Edwin Chota Valero;



Cacho contra la tala ilegal en los bosques amazónicos. Fue asesinado el 1 de septiembre de 2014 junto a 5 miembros de su comunidad.



# Hiedra, pariente de Hedera helix

## ECOFEMINISMO

Moha

¿Estamos ante una situación de crisis ecosocial?  
¿Qué propuestas surgen desde el ecofeminismo a la situación actual en la que nos encontramos?  
Contacto humano: Marta Pascual

# Pingüi, pariente de los pingüinos



Ilyas

# DECRECIMIENTO Y EMERGENCIA CLIMÁTICA

¿Estamos ante un colapso?  
¿Qué es el decrecimiento?  
¿Qué proponéis a la humanidad?  
Contacto humano: Carlos Taibo y Andreu Escrivá



# Sauárbol, pariente de los vegetales

# ¿DEBE LA HUMANIDAD DECRECER?

PODCAST: El bosque habitado



Saúl



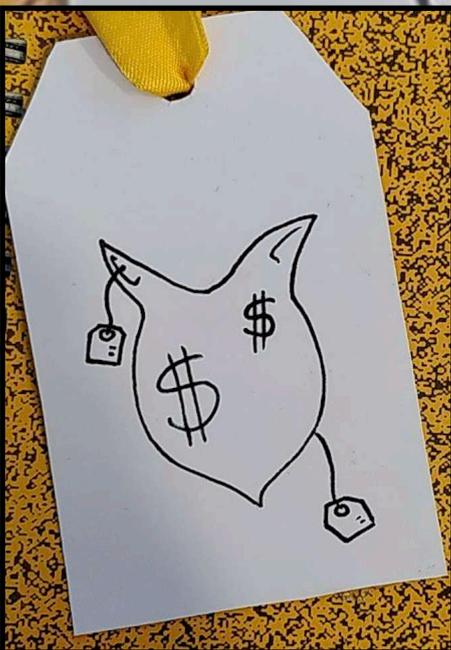
# Jotalynx, pariente de los lince ibéricos (*Lynx pardina*)

## EL IMPACTO DE LA FAST FASHION

Julia



He investigado sobre la moda, sobre la contaminación de las prendas en el medioambiente, concretamente en mares y océanos, y la calidad de estas. También he estado informándome acerca de la greenwashing y falsas impresiones de la ropa. Por último he conocido el significado de fast y slow fashion y la adicción que tenemos los seres humanos hacia comprar y desechar la ropa. Para poder mejorar como personas y contribuir al medioambiente, propuse algunos consejos, ya que el planeta, con el tema de la industria textil sufre más de lo que creemos. Tenemos que cuidar más los océanos, los mares...e intentar no desechar la ropa que ya no nos gusta o no nos ponemos, tenemos métodos para hacerlo posible; podemos reutilizarla o dársela a gente con más necesidades. Acerca de comprar y gastarnos tanto dinero, podríamos darle más oportunidades a las tiendas de segunda mano y concienciarnos de que el vicio de comprar por comprar está repercutiendo en nuestro ecosistema. Saber también que no todo es cómo nos lo hacen ver, muchas veces nos transmiten información falsa de la calidad de una prenda, de cómo un producto es respetuoso con el medioambiente...y no es así. Espero que este trabajo sirva para darnos cuenta de lo importante que es cuidar el planeta y de nosotros mismos, y tomar las alternativas nombradas anteriormente.



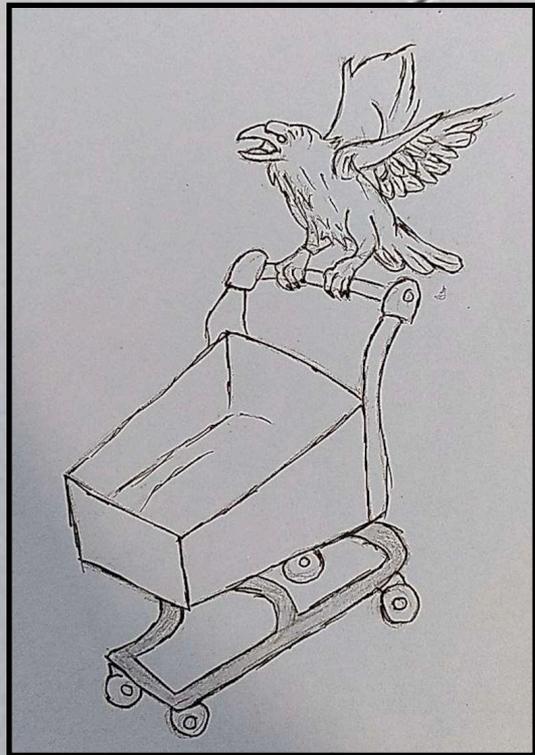
¿Qué problemática tiene la industria textil? ¿Qué es la fast fashion y slow fashion? ¿Hay greenwashing en la moda? ¿Qué futuro sería sostenible para la humanidad respecto a este tema?



# Justita, pariente de las urracas (Pica pica)

## EL PODER DEL CONSUMIDOR

Ilham



- Los seres humanos consumimos por capricho y nos dejamos llevar por la publicidad, sin saber de dónde provienen esos productos, ni el pacto ambiental que producen.
  - Los desechos electrónicos van a países 3er mundistas. Preferimos comprar algo nuevo, que repararlo ya que sale más «barato».
  - Las condiciones laborales, de ese producto ¿cumplen con los derechos humanos? la respuesta es NO.
  - Las condiciones de vida de esos animales que consumes ¿son condiciones aceptables? no, y sufren.
  - Te has parado a pensar a dónde va el dinero que pagas en productos... el 21% en impuestos.
  - ¿Sabes que significa dermatológicamente testado? En tus productos de cosmética, significa que para que a ti no te pase nada, ese producto ha sido probado en animales produciéndoles dolor sufrimiento y incluso la muerte.
  - La ropa que viene de otros países que no pertenecen a la Unión Europea, está hecha por niños... de (5-14 años) y por ello trabajan más de 8h y cobran menos de 1€.
  - Por último comprar compulsivamente, no te hace feliz.
- ¿ALTERNATIVA? Consumir de manera responsable, y reducir el consumo de productos electrónicos (más reparar y menos comprar), productos de cosmética (testados en animales), evitar comprar ropa de otros países y no comprar por comprar la mayoría de compras las realizamos por satisfacer nuestros deseos (que nos crean las publicidades). MENSAJE AL FUTURO. Los consumidores tenemos el poder, si dejamos de consumir productos (dañinos), dejarán de fabricarlos, y eso supondrá menos problemas.

El poder lo tienes tú.

Carro de Combate



¿Lo que compramos es ecobiopsicosostenible? ¿El consumo puede cambiar las malas prácticas de las grandes corporaciones? ¿Qué futuro sería sostenible para la humanidad?



¿LO NECESITAS O LO QUIERES?

# Kong, pariente de los chimpancés (Pan troglodytes)

## DERECHOS ANIMALES

Hugo



Hola a todos, yo soy el mono Kong, y he ido a estudiar y ver como está la vida ahora mismo en la Tierra, un planeta que está habitado por humanos.

He estado investigando en ella, sobre los derechos de los animales y el maltrato que sufren algunos de ellos en este planeta.

Creo que los seres humanos, deben de tener en cuenta el papel positivo que tienen los animales para el equilibrio ecológico, ya que, desde el más pequeño animal, desarrolla un papel determinante para la vida en la tierra. También son fuente de alimento, aportan materias primas a los humanos, y en determinadas épocas les han servido como medio de transporte.

En conclusión, decir que son muchos más los aspectos positivos que los negativos, los que nos pueden aportar, por eso debemos de encontrar la armonía entre los seres humanos, los animales y el medio que nos rodea.



¿Por qué los humanos son tan inconscientes de nuestra conexión con la naturaleza? ¿Qué ha aprendido de los chimpancés? ¿Qué debe hacer la humanidad?



Lecciones de vida de un espíritu indomable. Jane Goodall



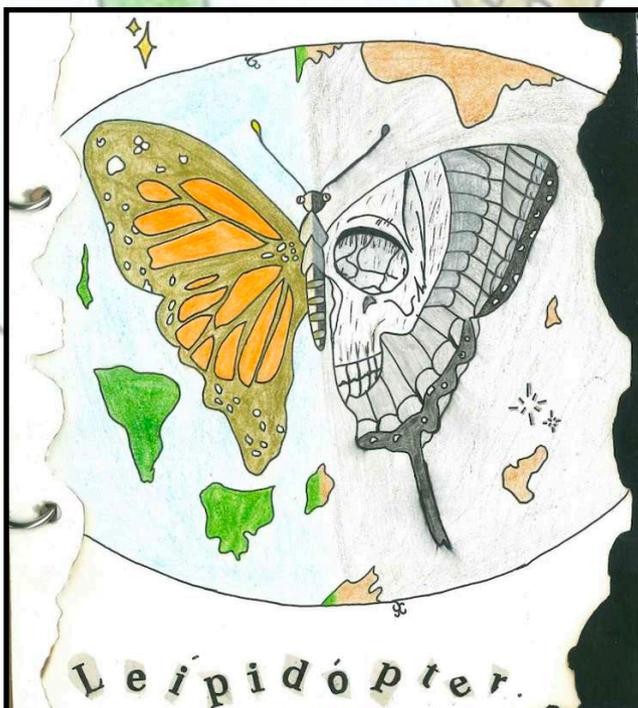
# Leipidopter, pariente de las mariposas (Lepidoptera)

## CONSEJOS A LAS CRÍAS HUMANAS

Leire



Yo he investigado acerca de los escenarios de futuro. Que piensan los jóvenes y que pueden hacer sobre la crisis climática. Realmente hay un grave problema y creo que ni siquiera los adultos están mentalmente concienciados sobre todo esto. Se toma en general como si fuese una tontería. Como esto siga así vamos a tener graves consecuencias todos, y no depende del país que seas, porque eso al fin y al cabo da igual, porque tarde o temprano nos alcanzará a todos. La crisis climática es un tema del que no se suele hablar mucho, no se le da la importancia que merece y por ello no obtiene la visibilidad que tendría que tener. Algo que podríamos hacer para empezar a cambiar el mundo, a mejor, principalmente sería darle esa visibilidad que le falta, y otras como, consumir menos carne, utilizar menos el transporte, y si es necesario el público, no comprar ropa tan lejana y apoyar mas a los pequeños comercios...



Los jóvenes humanxs, ¿qué piensan de la crisis climática? ¿Qué pueden hacer los jóvenes humanxs por el planeta?

Contactar con Fridays for future de Madrid (Silvana Briones) y África (Nakate).



# Lexie y Nyx, parientes de las libélulas

## ME QUIERO, TE QUIERO, RELACIONES TÓXICAS VS. RELACIONES SALUDABLES

Thelma Clara

Bueno, ahora me voy a casa de Lily y de Zack a comer porque he estado todo el día sola por ahí, buscando más información sobre este problema tan grave porque, no se si lo sabías pero un estudio muestra que en 2016, casi un 61,5% de la población con pareja admite que tienen problemas a menudo, ¡ES MUCHÍSIMO!

Lily y Zack me han contado muchas cosas sobre las diferencias entre el **AMOR SANO** y el **AMOR TÓXICO**, espero poder servir de ayuda a todos porque espero que todo lo que sea este diario, pueda sacar alguna reflexión, tanto si estás en una relación tóxica, como si sabes de alguien que esté en una.

Amora sí, procedo a explicaros las diferencias:

AMOR SANO	AMOR TÓXICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROYO MUTUO</b>, espacio para cumplir metas que permite dejar crecer al otro</li> <li>• <b>INTERESES PROPIOS</b>, mantienen esas relaciones significativas</li> <li>• <b>AUTOMOTIVACIÓN</b>, su seguridad está en la propia y no en la de su pareja</li> <li>• <b>ACEPTACIÓN</b>, respeta las decisiones y la personalidad del otro</li> <li>• <b>INICIATIVA</b>, se turnan para ejercer el liderazgo, trabajan en equipo.</li> <li>• <b>OBJETIVIDAD</b>, asume la realidad y responsabilidad de cada uno</li> <li>• <b>INDEPENDENCIA</b>, su estabilidad emocional no depende del otro</li> <li>• <b>DESAPESO</b>, acepta el hecho de que esa relación puede terminar</li> <li>• <b>SOLITUD</b>, habilidad para disfrutar estando solo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>NECESIDAD</b>, la compañía constante como prueba de amor</li> <li>• <b>SIN INTERESES PROPIOS</b>, negación de antiguos y nuevas amistades.</li> <li>• <b>MOTIVACIÓN EXTERNA</b>, proviene de su pareja, es su motor y razón de ser.</li> <li>• <b>INADECUACIÓN</b>, ansiedad ante las conductas y decisiones del otro</li> <li>• <b>CONTROLADOR</b>, miente, reprime y manipula. Lucha por el poder.</li> <li>• <b>IDEALIZACIÓN</b>, fantasean y evaden la realidad, siempre culpan al otro.</li> <li>• <b>DEPENDENCIA</b>, su estabilidad emocional depende de su pareja.</li> <li>• <b>POSESIVO</b>, no admite la idea de que esa relación puede terminar</li> <li>• <b>ANSIEDAD POR SEPARACIÓN</b>, incapaz de sentirse bien estando solo.</li> </ul>



### CONSEJOS

- Acepta que tienes una relación tóxica (es fundamental para todo lo demás).
- Deja tus miedos y acepta que si no puedes mejorar tu relación y que sea sana, es mejor dejarlo por mucho miedo que te dé.
- Entiende que es mejor estar solo que con una persona que te hace daño
- Fortalece tu autoestima y no dejes que nadie te controle
- Acepta tus emociones y consigue superar tu relación
- Ve a terapia para saber como dejar una relación tóxica
- La comunicación y la comprensión es muy importante en una relación
- Que la relación sea igualitaria, nadie tiene que estar por encima del otro
- La sinceridad y la confianza son fundamentales



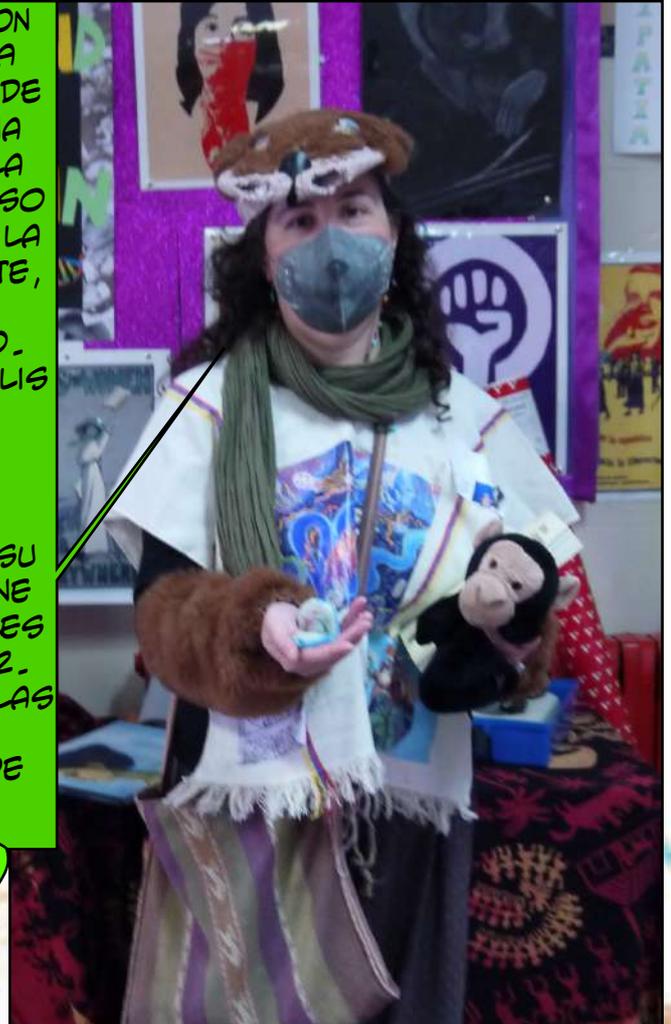


# Somos especies compañeras

*Lutra lutra*

*Indraya lutra*

DURANTE MI ESTANCIA EN LA TIERRA, VISITÉ CON MI FAMILIA TERRESTRE LA EXPOSICIÓN HUMANA CIENCIA FRICCIÓN. PUDE CONOCER EL TRABAJO DE LA BIÓLOGA LYNN MARGULIS, LA SIMBIOSIS, UNA ASOCIACIÓN ENTRE CÉLULAS, FUE CLAVE PARA LA APARICIÓN DE CÉLULAS EUCARIOTAS. Y CLARO, ESO DESAFIABA LO QUE SE HABÍA DICHO ANTES, QUE LA EVOLUCIÓN SE REGÍA POR LA LEY DEL MÁS FUERTE, QUE SOLO LAS ESPECIES CON MEJORES CAPACIDADES SOBREVIVEN AL PASO DEL TIEMPO. CON SU TEORÍA DE ENDOSIMBIOSIS, LYNN MARGULIS PONE EN RELIEVE LA IMPORTANCIA DE LA COOPERACIÓN PARA LA VIDA. TAMBIÉN PUDE CONOCER EN LA EXPOSICIÓN ALGUNOS PENSAMIENTOS DE DONNA HARAWAY QUE CONCUERDA CON LYNN MARGULIS. ME ENCANTÓ SU EXPRESIÓN "ESPECIES COMPAÑERAS", QUE PONE EN RELIEVE LA RED DE INTERCAMBIOS ENTRE SERES VIVOS. Y ASÍ ES, Y ASÍ LO ENTENDEMOS EN LB12. ¿POR QUÉ NO SE ESTUDIA LA EVOLUCIÓN ASÍ EN LAS ESCUELAS HUMANAS? SON REFERENTES PARA CAMBIAR LA MIRADA, Y POR TANTO, LA FORMA DE FUNCIONAR DE LAS SOCIEDADES HUMANAS.

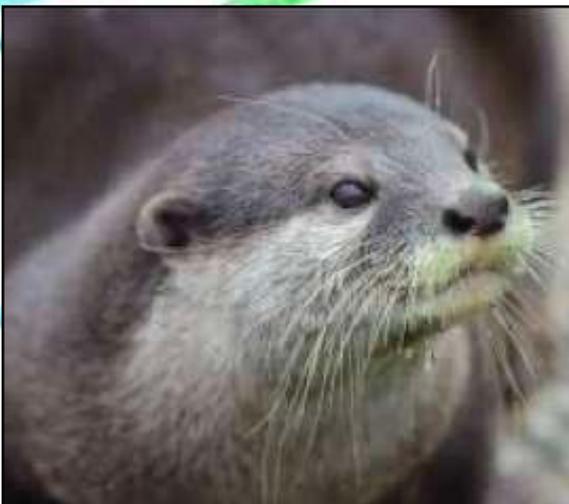


*La vida es una unión simbiótica y cooperativa que permite triunfar a los que se asocian.*

*Lynn Margulis.*

*Vivimos en tiempos perturbadores, tiempos confusos... Nuestra tarea es generar problemas, suscitar respuestas potentes a acontecimientos devastadores, aquietar aguas turbulentas y reconstruir lugares tranquilos.*

*Donna Haraway*



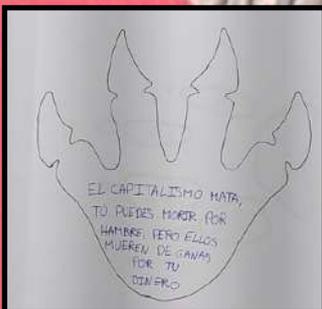
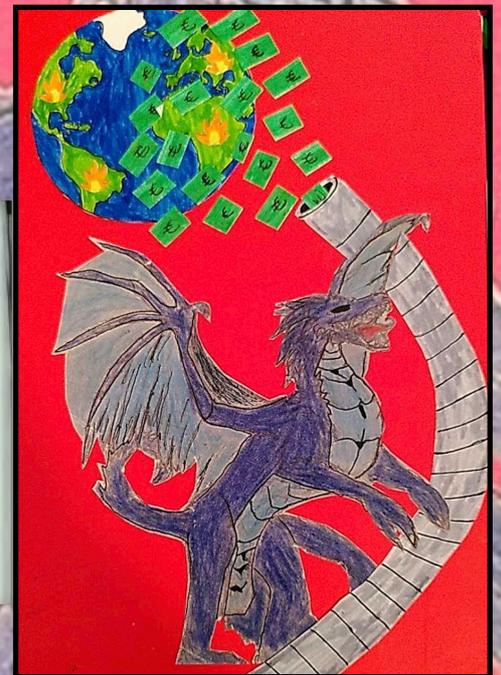
HE APRENDIDO MUCHAS COSAS AL PONERME EN LA PIEL DE UNA NUTRIA Y VINCULARME A LYNN MARGULIS Y DONNA HARAWAY. UN RETO, CREAR UN ESCENARIO DE FUTURO. MI PREGUNTA, LA EDUCACIÓN. OJALÁ LAS IDEAS DE MI DIARIO SE CONVIERTAN EN REALIDAD: PONER EN EL CENTRO LOS CUIDADOS, ENTENDER QUE VIVIMOS EN UN PLANETA FINITO, CONECTARNOS CON LA NATURALEZA Y EL RESTO DE ESPECIES, TEJER COMUNIDAD EDUCATIVA. EDUCAR EN LA CREATIVIDAD Y LA INCERTIDUMBRE LIBERADORA... ¿DE QUÉ OTRA FORMA PODEMOS CAMINAR HACIA ESCENARIOS DE FUTURO JUSTOS Y SOSTENIBLES? Y SEGUIR CON ESTAS ACTIVIDADES VIVENCIALES QUE ME ACERCAN A ESA ESCUELA DEL FUTURO EN EL PRESENTE.

VIÑETAS, CAPITALISMO Y EMERGENCIA CLIMÁTICA



Con mi investigación he descubierto que el capitalismo puede llegar a matar a personas. El capitalismo solo quiere dinero, da igual el estado económico de la persona, solo quieren dinero. Es un sistema en el cual las organizaciones se preocupan por el dinero, los pobres por la necesidad y los ricos por la ambición; también se valora mucho lo material.

Contacto humano terrestre: Atxe. Dibujas viñetas sobre la crisis climática, ¿qué piensas de la emergencia climática? ¿Qué te gustaría dibujar en tus viñetas en un futuro?



# Lula, pariente de las libélulas (Anisoptera)

## CAMBIO CLIMÁTICO Y SALUD

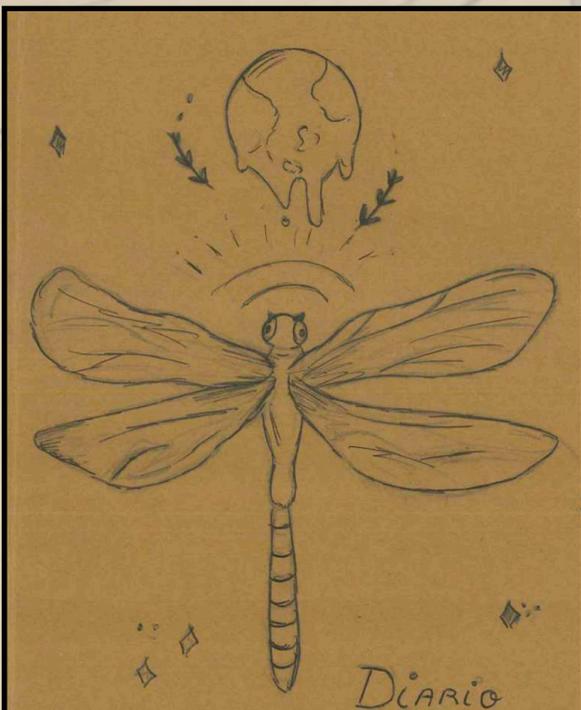
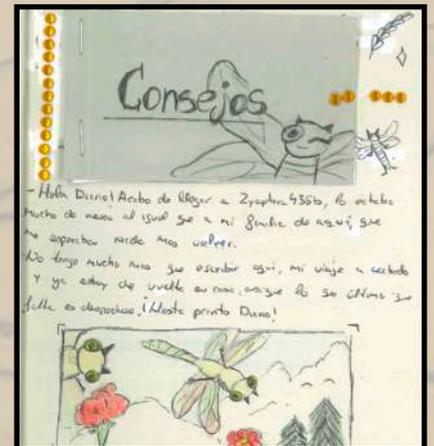
Elsa



Mi conclusión de este trabajo ha sido que el cambio climático es una realidad, sus efectos se notan en todos el mundo y nos afecta a animales y personas.

Muchas especies han tenido que abandonar su hábitat por culpa de el cambio del ecosistema y esto también nos trae problemas de salud por qué se trasladan las enfermedades tropicales que portan algunas especies.

¿Cómo afecta el cambio climático a la salud de la humanidad?  
¿Qué aconsejas a la humanidad?  
Contacto:  
Cristina Linares



# Lupus dachshund, pariente de los perros (Canis lupus)

## LA CRISIS DE CUIDADOS Y LOS ESCENARIOS DE FUTURO

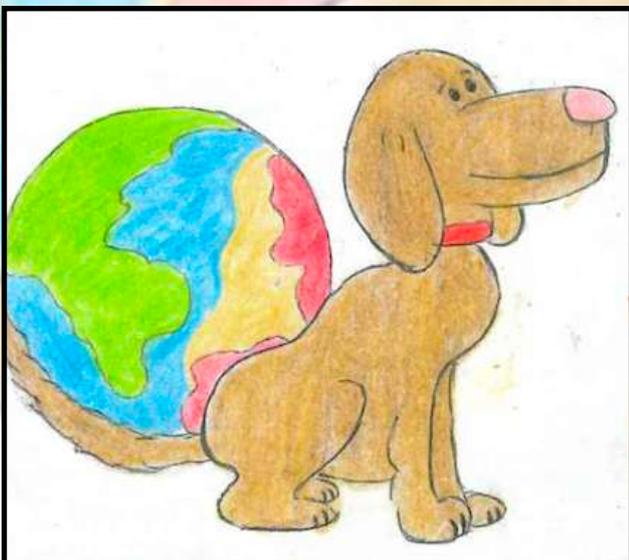
Nadia



El cambio climático no es una broma, de hecho es uno de los mayores desafíos de nuestros tiempos y estamos en uno de los momentos decisivos para afrontarlo con éxito. El planeta nos manda señales sobre las enormes transformaciones que está sufriendo. Los efectos del cambio climático tarde o temprano nos van a afectar a todos, si no actuamos ya, será mucho más difícil y costoso adaptarse a sus efectos en el futuro. El tiempo se acaba, pero para nosotros, porque si la Tierra consigue acabar con los humanos ella florecerá de nuevo. Es el momento de devolver todo lo que le debemos por ser nuestro hogar y darnos la oportunidad de vivir.

¿La humanidad está ante una crisis de cuidados? ¿Qué propuestas harías a la humanidad para generar un escenario de cuidados?

Contactar con Juventud por el Clima (Nicole Becker)



**DIA 1:** Cuando estoy, soy Lupus Dachshund más conocido como "Lú" perteneciendo al planeta Tierra, y soy un pequeño perro con muchos amigos de aquí y de allá y otros muchos lugares. Mi destino siempre ha sido viajar al planeta Tierra, y por fin se va a cumplir. Ahora empiezo mi gran aventura.

¡Estoy un poco nervioso por los naufragios no pueden conmigo, tengo una gran misión, que es investigar e intentar conciliar a los humanos sobre el cambio climático, cuando vuelva a casa les voy a hablaros ayudando a entender mi granito de arena, me decidí escribir mis aventuras para poder saberlos siempre que quiera y recordar lo fantástico que presiento que va a dar mi viaje. Bueno, ya es tarde, voy a dormir que me espera un largo viaje hacia el planeta Tierra un poco más pero no un poco, ¡entonces esto para lo que venga!

**DIA 2:** ¡Es hoy! He llegado al otro lado, ¡Siento algunas cosas raras para saberme en la nave que me llevará a mi destino, me acordaba cada nave junto a mi hermano, nos va a llevar dos largas horas. Me lo tengo que ir a mi maleta y comida para el viaje, las sillas de mi nave y voy porque no sé qué tiempo hará en la Tierra, sé que el tiempo va por momentos pero no estoy seguro de en cuál están ahora mismo.

Llevo un tiempo investigando sobre la Tierra para saber más o menos que es lo que me voy a encontrar allí. Es la hora de subir a la nave, la he bautizado como Black, en honor a mi hermano y como agradecimiento por haber hecho esto posible. Voy a despedirme de mi familia y amigos me da mucha pena pero pronto nos veremos. Mi madre me ha llevado de bebé, la recuerdo cuando lamétilas y ahora la veo en la nave. Todo listo para despegar, ahora todo tiene que ir bien porque como nuestro destino no habrá sido para nada... ¡cuarta misión! 3,2,1... ¡Sí, estoy volando, pronto

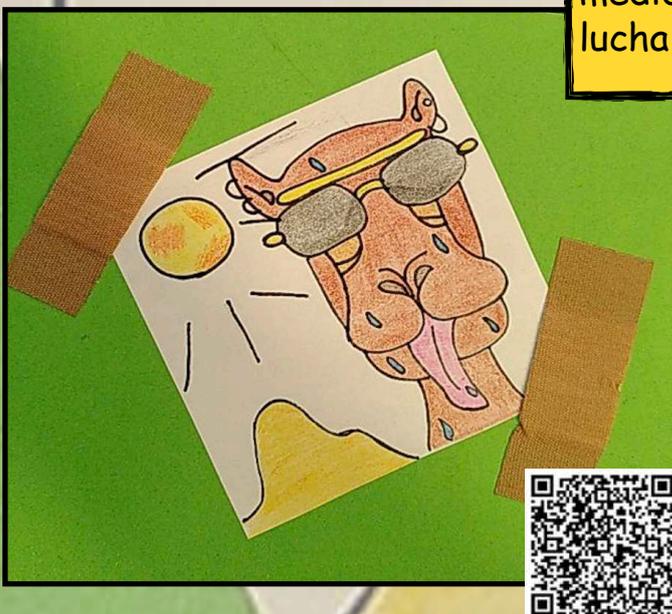
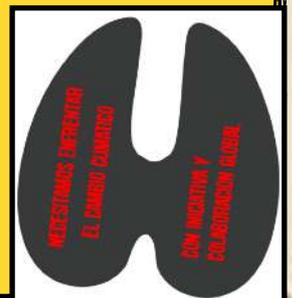
Maliket, pariente de los camellos (Camelus sp.)

Jose

## EL DECRECIMIENTO COMO ALTERNATIVA



A lo largo de mi diario he explorado el problema del cambio climático y su impacto en la Tierra y sus habitantes. He visto cómo las emisiones de gases de efecto invernadero, la deforestación y la sobrexplotación de los recursos naturales están acelerando el cambio climático y amenazando la supervivencia de muchas especies, incluida la nuestra. Sin embargo, también he aprendido que hay muchas alternativas para evitar este problema. Desde el uso de energías renovables y la reducción de nuestra huella de carbono, hasta la adopción de prácticas agrícolas sostenibles y la protección de nuestros ecosistemas, hay muchas formas en las que podemos dar de nuestra parte para reducir nuestro impacto en el medio ambiente. Aparte de plantear si verdaderamente el decrecimiento es una buena opción o no tanto, algo que creo que es más bien un dilema personal. Al final del día, el cambio climático es un problema que afecta a todos nosotros, sin importar nuestro origen o nuestra especie. Debemos trabajar juntos para encontrar soluciones sostenibles y proteger nuestro planeta para las generaciones futuras. Espero que este diario inspire a las personas a tomar medidas y a trabajar juntos en la lucha contra el cambio climático.



¿Cuántas contradicciones puede asumir el planeta? ¿La solución es el decrecimiento? He llegado a la entrevista con una moto japonesa. Estoy grabando la entrevista con un móvil chino. Llevo unas zapatillas de alguna marca norteamericana. En alguna etiqueta de mi ropa, debe salir la palabra Bangladesh, Turquía o Marruecos. Buf... Jorge Riechmann

# Martinson, pariente de los camellos (Camelus sp.)

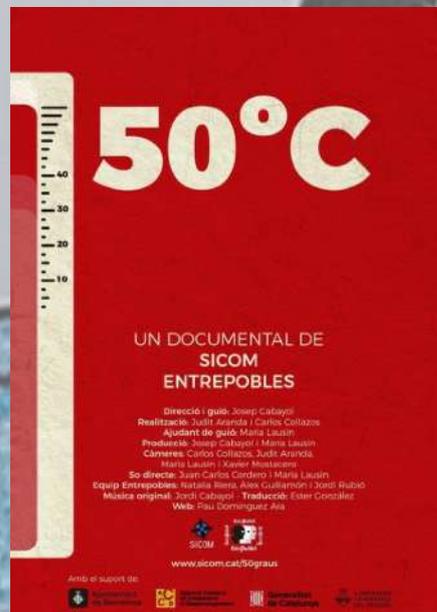
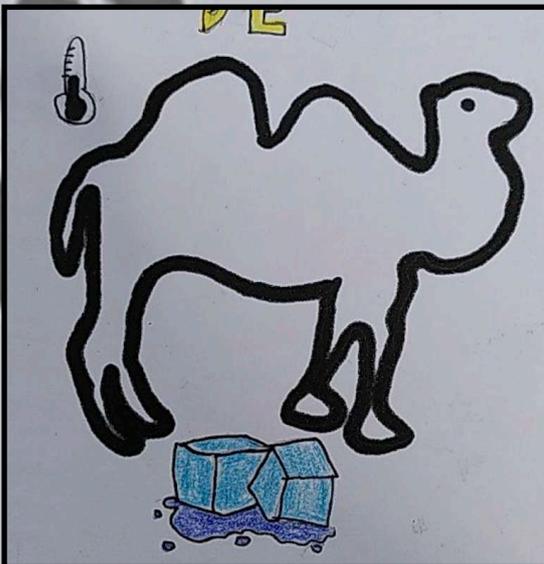
## CRISIS ENERGÉTICA Y FUTURO

Ángel



Hola a todos soy Martinson, y he estado investigando en el planeta de los humanos (la Tierra), sobre el calentamiento global, la vida a unas temperaturas altas, etc. En mi opinión deberíamos intentar bajar la temperatura del planeta porque se están derritiendo los polos y subiendo el nivel del mar, muchas especies no aguantan estas temperaturas y mueren debido al calor. Soluciones que yo propondría serían: ir andando a los sitios que no necesitas ir en coche, ahorrar energía en casa, reutilizar y reciclar y tener energías renovables.

¿Qué problemas presenta 50°C? ¿Qué es Som Energia? ¿Qué camino debe tomar la humanidad?



# Midinis vicente, pariente de las tortugas marinas

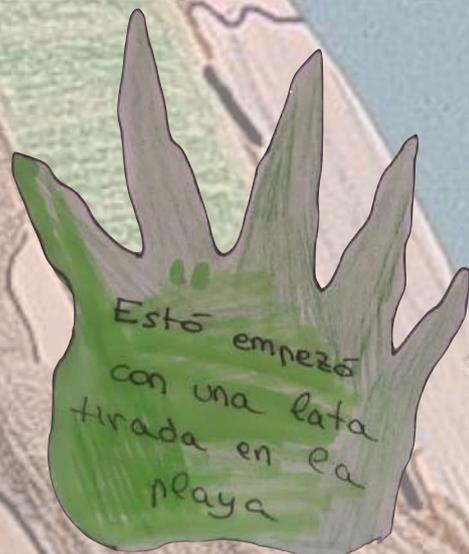
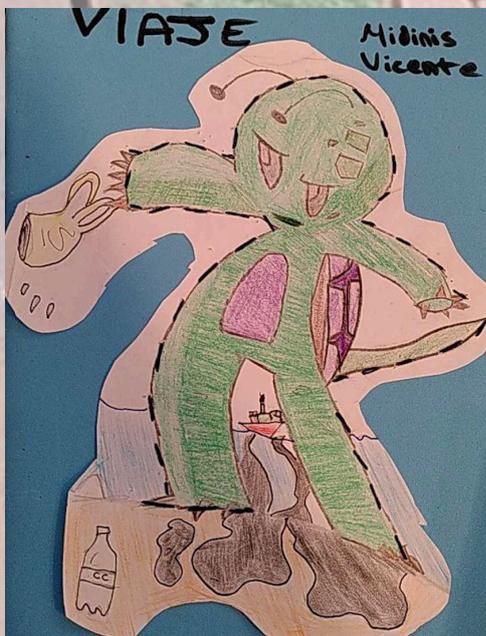
## DESASTRES ECOLÓGICOS

Miguel V.

¿Qué desastres ecológicos ha provocado la humanidad: Caso Prestige? ¿Ha aprendido de estos desastres?



Soy Midinis vicente, vengo del planeta Z20 a investigar y tratar de buscar soluciones a los desastres ecológicos. He investigado caso como el Prestige y he analizado soluciones como la de Boyan Slat. He conocido a mis antepasados terrestre y a Alejandro Casona. He propuesto varias soluciones, espero que todo funcione correctamente.



# Maca asteroidea, pariente de las estrellas de mar

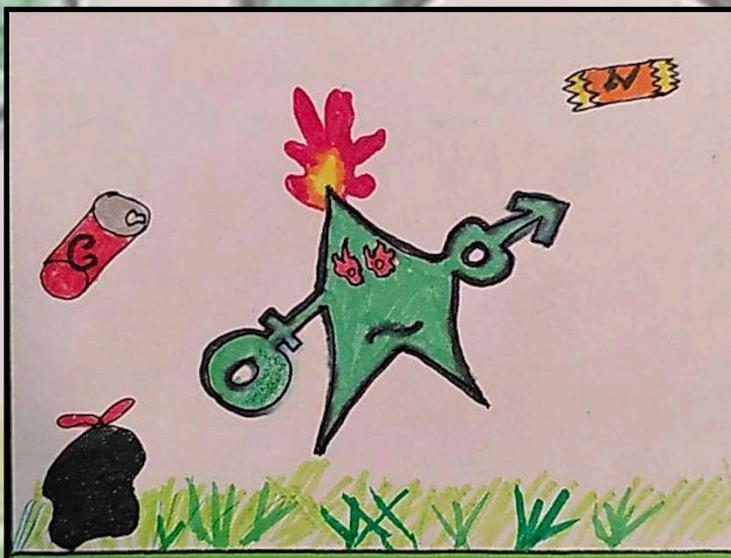
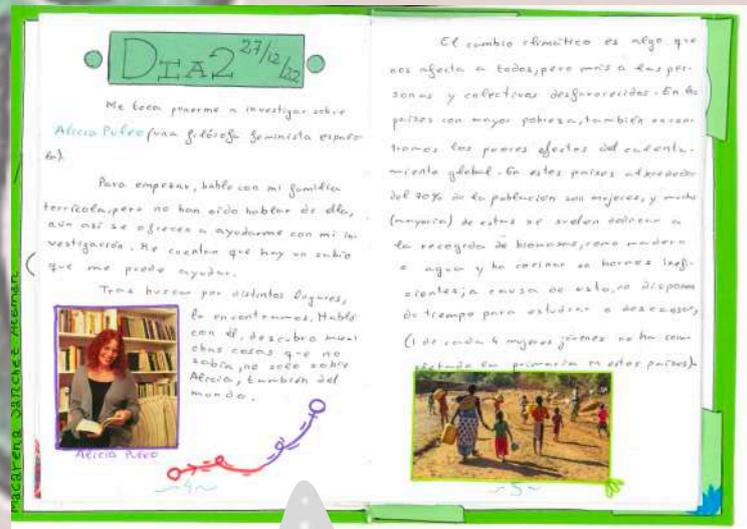
## GÉNERO Y CAMBIO CLIMÁTICO

Maca



El cambio climático nos afecta a todos, sobre todo a los países desfavorecidos. Aparte de afectarles bruscamente los efectos del calentamiento global, el 70% de su población son mujeres. La mayoría se dedican a la recogida de biomasa, cocinar en hornos ineficientes ... no permitiéndoles estudiar. Sufren una mayor tasa de mortalidad. Una solución podría ser fomentar la participación activa de las mujeres y proponer nuevas políticas (climáticas y de desarrollo). No debemos fingir que estos problemas no existen, es la hora de actuar, porque cuando nos demos cuenta será demasiado tarde.

¿Afecta de forma desigual el cambio climático a hombres y mujeres? ¿A qué se debe? ¿Qué soluciones hay?



SI NO CAMBIAMOS,  
¿PORQUE NOS  
QUEJAMOS DEL  
CAMBIO  
CLIMATICO?



## LA MOCHILA ECOLÓGICA DE LAS COSAS HUMANAS

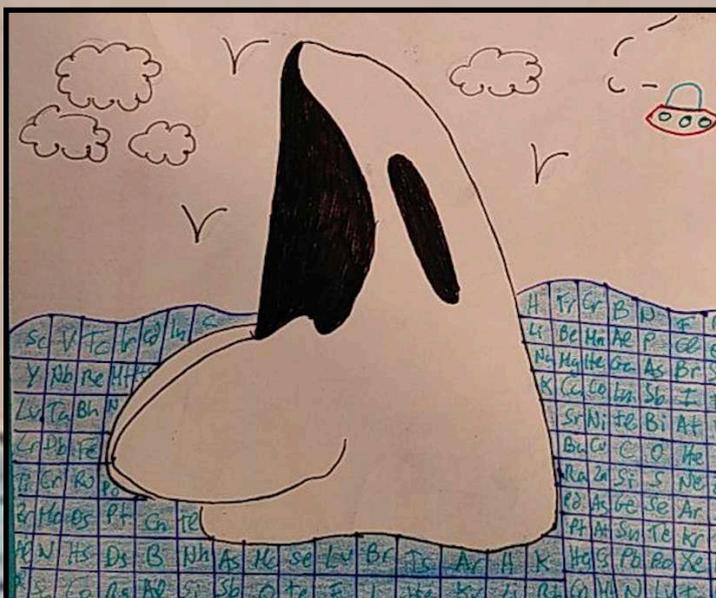


Mediante mi investigación he llegado a la conclusión de que la gente no se da cuenta del todo el daño que puede causar una sola empresa a nivel mundial como lo es Amazon. La cantidad de contaminación que una sola empresa puede llegar a producir es grandísima y puede disminuir si consiguieran medir bien sus pedidos u organizarse mejor. Algo que también me ha sorprendido (y creo que a todo el mundo que haya leído mi diario) es la cantidad de minerales que se utilizan en general y la cantidad de minerales que se utilizan para hacer un solo teléfono. Al utilizar estos materiales tanto se están acabando y poco a poco es más difíciles encontrarlos a si que muchas cosas hechas de estos minerales tendrán que ser reemplazadas con otros materiales.

Los humanos no son capaces de ver lo hermoso y único que es su planeta y todas esas cosas deberían de ir mejorando para que las generaciones futuras puedan vivir en mejores condiciones.

### Artículos

- La tabla periódica de la escasez
- El impacto ambiental de que Amazon te entregue un paquete en 24 horas
- Revista Ballena Blanca

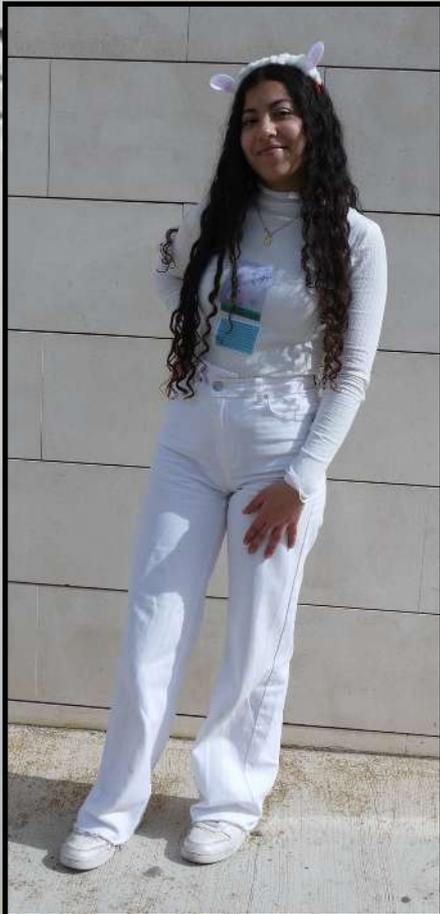


¿POR QUÉ NO  
COMPRAR EN LAS  
TIENDAS LOCALES?

# Ovissa, pariente de las ovejas (Ovis sp.)

## EL ARTE COMO CONCIENCIACIÓN DE LA EMERGENCIA PLANETARIA

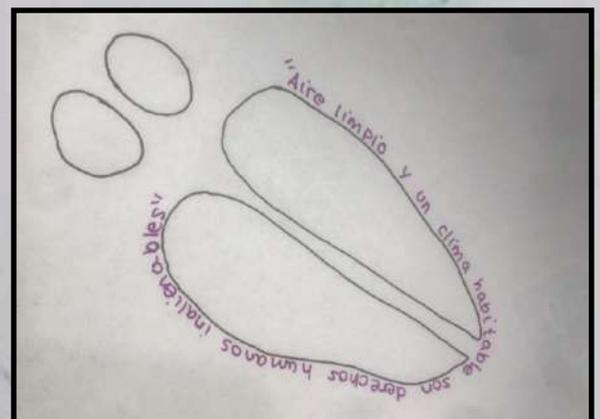
Sara



He aprendido mucho haciendo esta investigación. También gracias a Elisa Pérez (Caliza), por ayudarme y darme un poco de su tiempo para explicarme las cosas y abrirme más los ojos en este mundo que estamos destrozando poco a poco. Si seguimos así la verdad, es que pienso que en 2080, haya habido una serie de hambrunas, guerras y catástrofes que hayan reducido mucho la población mundial, especialmente a los más desfavorecidos. Pero también es posible que haya sucedido alguna clase de rebelión o revolución que haya logrado cambiar las estructuras de poder, y la sociedad se esté recomponiendo al margen del capitalismo, de este consumismo que ha causado tanta destrucción. Creo que es importante pensar que no todo está perdido, se están perdiendo y perderán muchas cosas, pero la lucha debe servir para algo. Por eso tenemos que poner todos de nuestra parte y colaborar todos un poco, así lo lograremos poco a poco. ¡Todavía tenemos tiempo de salvar nuestro planeta!



¿Por qué publicar canciones sobre temas críticos como el cambio climático? Si una canción nos dijera consejos, ¿cuál sería su letra? Contactar con CALIZA



# Profesor Smith, pariente de los quokkas (Setonix brachyurus)

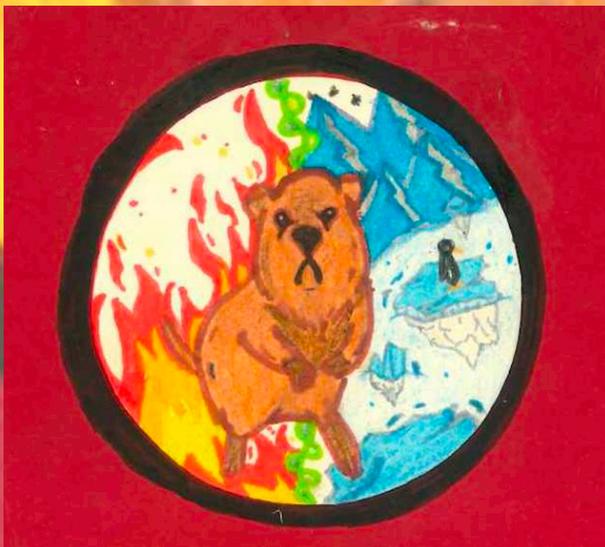
## LOS JÓVENES Y EL CAMBIO CLIMÁTICO

África



Gracias a mi estudio sobre los jóvenes y el cambio climático he podido conocer con más profundidad las consecuencias ya causadas y futuras que este fenómeno provocará en nuestro planeta y he podido entender mejor el papel de los jóvenes en el cambio climático. La mayoría de los jóvenes han oído hablar multitud de veces sobre el cambio climático pero el problema está en que no creen poder ayudar, piensan que los adultos son los que deben tomar medidas y que lo que ellos puedan hacer no serviría de nada. Por esto creo que debemos concienciar más a los jóvenes sobre su importante papel y es que ellos son los verdaderos posibles solucionadores a esta situación. En un futuro muy próximo serán ellos los responsables de cada ciudad, país del planeta y serán ellos los que deberán saber cómo actuar. Es realmente importante que sepan en profundidad sobre este fenómeno para que así conozcan su gravedad y la importancia de frenarlo lo antes posible. Todos y sobre todo los jóvenes podemos ayudar a frenar el cambio climático, solo tenemos que hacernos responsables y aportar nuestro granito de arena.

Los jóvenes humanxs, ¿qué piensan de la crisis climática? ¿Qué pueden hacer los jóvenes humanxs por el planeta? Contactar con Fridays for future.



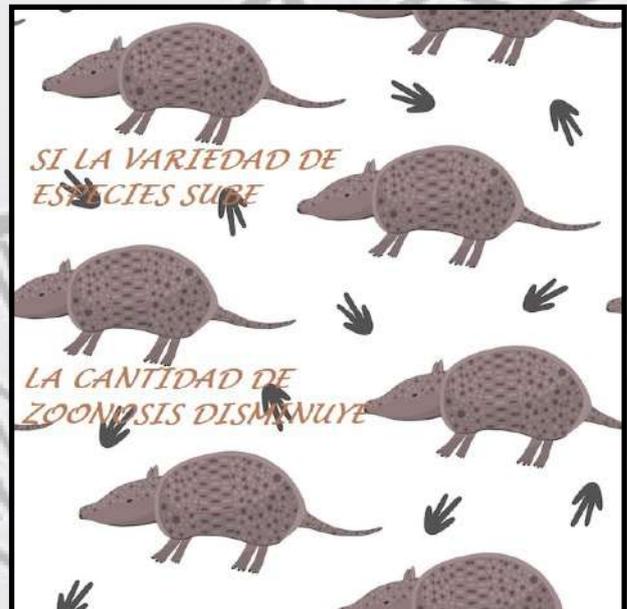
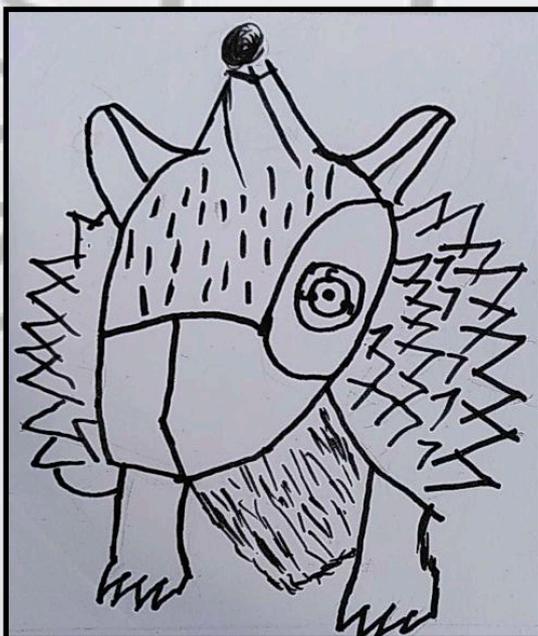
Pholivier beltran,  
pariente de los pangolines (Phataginus sp.)

## BIODIVERSIDAD, ZONOSIS Y PANDEMIAS

Javier



¿Qué son las zoonosis? ¿Están relacionadas con el cambio climático? ¿Y con la pérdida de biodiversidad? ¿Qué puede hacer la humanidad?



# Rayejereus, pariente de los koalas

HOPE

Rayan



Hola buenas soy Rayejereus y soy un humilde koala. Hoy vengo a contaros como me fue mi viaje a la tierra, con mi viaje a la Tierra mi propósito era intentar frenar nuestra extinción por lo que debía de convencer a los humanos de que deberían de contaminar menos y reciclar más. Lo que hice en la Tierra fue investigar porque los animales se extinguen y frenar aquella contaminación que aparte de hacernos sentir mal a los animales también les hace sentir mal a los humanos. Escuché un podcast de Hope con mi amigo koala de la Tierra en el que se explicaba como contaminar menos. por lo que mi amigo el koala y yo decidimos entregárselo a la mayoría de los humanos para reducir la contaminación. Finalmente le pedí consejos a la abuela de mi amigo el koala e irme satisfecho de este gran viaje a la Tierra

Contactar con Javier Peña.. ¿Por qué realizar vídeos para conciencia con el cambio climático? ¿Cómo será Hope dentro de dos generaciones?



**HOPE!**  
ESTAMOS A TIEMPO

Nunca se ha hecho una serie sobre cómo resolver la crisis climática...  
...hasta ahora.

# Rey antophila, pariente de las abejas

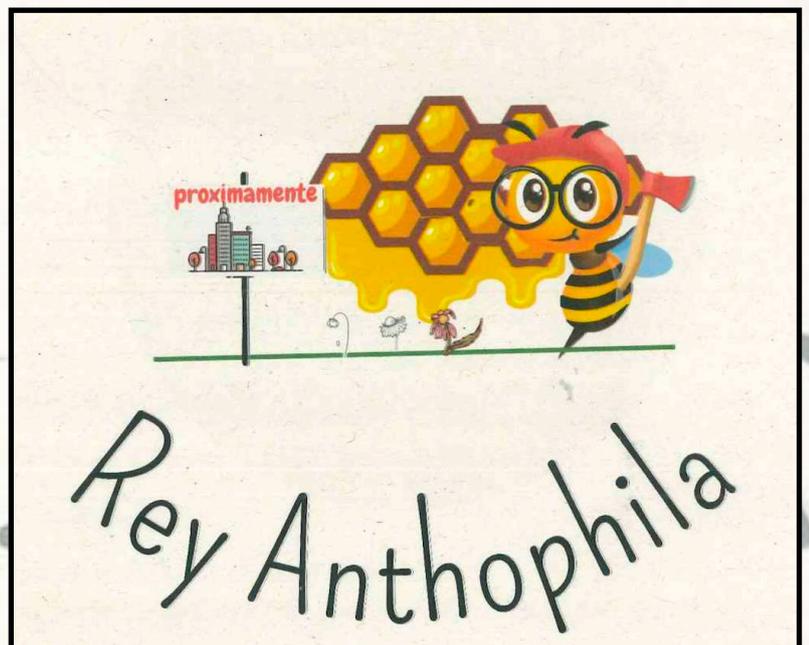
## ARQUITECTURA PARA EL COLAPSO

Natalia



Los humanos debemos hacer de la Tierra un planeta mejor, haciendo todo lo posible que esté en nuestras manos, por ejemplo, usando el coche solo cuando sea muy necesario, usar el transporte público, si no se puede ir andando; reciclar, también un buen cambio sería reduciendo las fabricaciones de productos que no nos son urgentes y reduciendo también el tráfico y el espacio dedicado a los vehículos. También hacer súper manzanas y más zonas comunes sería una buena solución con espacios dedicados a los peatones.

¿La arquitectura tiene en cuenta las crisis climática? ¿Qué ciudades recomienda a la humanidad?



PODEMOS MUDARNOS DE CASA, NO DE PLANETA. PODEMOS MUDARNOS DE CASA, NO DE PLANETA. PODEMOS MUDARNOS DE CASA, NO DE PLANETA. PODEMOS MUDARNOS DE CASA, NO DE PLANETA.

Rigasus, pariente de los caballos (Equus sp.)

## CONSEJOS DE LOS JÓVENES HUMANOS PARA UN ESCENARIO DE CUIDADOS

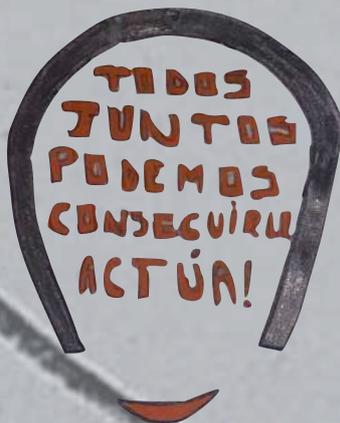
Ricardo



Hola soy Rigasus y soy un caballo. En este diario se intentan buscar soluciones a algunos problemas medioambientales. Para ello, Rigasus tendrá que viajar desde su planeta hasta La Tierra para intentar salvarla, ya que una especie denominada seres humanos la está destruyendo. Una vez que Rigasus llega a La Tierra habla con su familia de allí. Posteriormente realizar una charla con un grupo de seis personas que están muy implicadas y concienciadas con el problema ya que saben que es muy peligroso para todos.

¿La humanidad está ante una crisis de cuidados? ¿Qué propuestas harías a la humanidad para generar un escenario de cuidados?

Contactar con Juventud por el Clima.



# Rinechis isaac, pariente de las culebras de escalera (Rinechis scalaris)

## CONSUMO CONSCIENTE

Isaac



¿Necesitan lxs humanxs lo que compran? ¿Saben de dónde viene y si lo que compran cumple los derechos humanos? ¿Qué deberían saber y hacer?

Con mi investigación hice una profundización sobre como hay muchos trabajos donde no se cumplen los derechos humanos y no lo sabemos, como la población muchas veces no sabe lo que compra verdaderamente (de donde proviene y que lleva lo que compran) o muchas veces como un ser humano compra sin necesidad. En resumen, hay mucha desinformación y conocimiento muy nulo sobre nuestro alrededor.



MENSAJE DE FUTURO PARA HUELLA: O mejor aprendemos a conocer, o si no deberemos aprender a convivir con el caos, tu puedes combatir esto.

Interesante, nunca supe cómo se podían esconder tanto una especie solo para desplazarse, fue impresionante.

Aigo que quiero detallar es que los humanos merecen unos derechos, unas necesidades, la mayoría son muy buenas pero siempre está el lado malo. Mañana escribiré lo mejor y espero os guste esta sorpresa. Nos vemos, ciao.

**DÍA 5: 21 DE JUNIO DE 2022: LA SORPRESA FINAL.**

Hoy he decidido dar la sorpresa a mis familiares y compañeros de trabajo. He iniciado una videoconferencia con mis compañeros y familiares y les he comulgado que no quedaran en el planeta Tierra. Se quedaron atónitos, ya que no esperaban. Les estuve contando todo lo que ha pasado, lo que he aprendido y lo que opinaba. Este planeta me ha encantado, quiero aprender más sobre este tipo de especie e informarme de todo. Seguro comunicándelo al planeta 3000 y así, respetar toda la información posible. Me ha encantado todo esto y quisiera algún día me pidan esta misión y pueda investigar. Me despierto de este gran día, pero no por mucho tiempo...

**FINCHIS ISAAC-ISAAC MÉRIZ #15**

¡Consejos para la humanidad para mejorar esta situación! (DÍA 2)

Visto que conocemos todos los problemas que hay en la producción, la planta comercial, como que trabajan esclavos y pagan muy poco o nada a los trabajadores locales. En el futuro, mejor que produzcan con unas expectativas bajas de precios. Hay que tener en cuenta, una salubridad y otro es si los trabajadores de producción tengan unas condiciones que garanticen el trabajo y salarios de todos los empleados y una posición para el aprendizaje de la ciudad, o por el mismo gobierno, para evitar este tipo de explotaciones.

Por otro lado, si que me gustaría permitir no utilizar sus recursos y materiales reciclados, así también hacer que se desecha poco en todos los productos o servicios, de que está hecho el producto y de donde proviene, de que ambiente más sano y limpio, pero que no sea un producto que sea explotado en todos y recurrente.

Esto es una de las mejoras que me gustaría, sería globalizar el precio de una misma, pero que suene lo mismo en todos los países y en otros que lo venden, así nos iríamos en un mundo y así nos iríamos dando los productos, las mejoras que la marca Osho, lo que quiero saber lo estoy en la empresa Menteval, que es el negocio Osho.

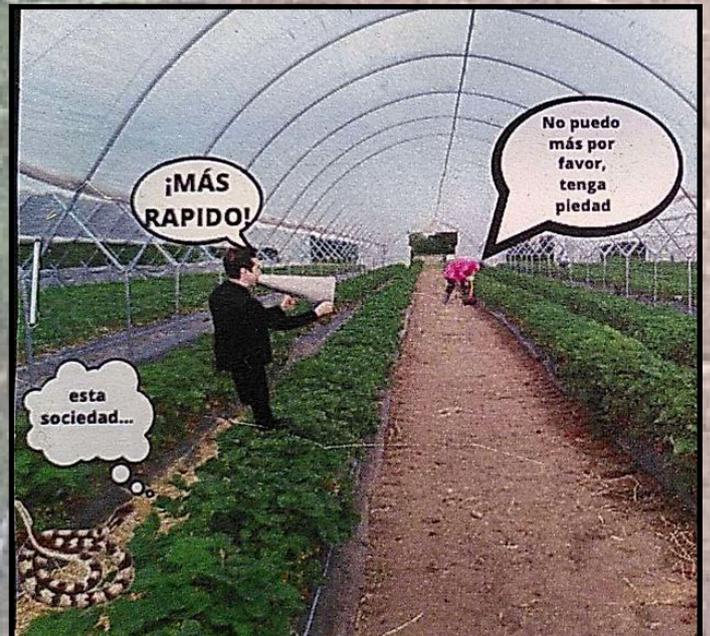
Mi último propósito de reducir sería una muy buena para los países, y así, que sea evitar la explotación de los derechos humanos y no tener condiciones que sea, el gobierno debe obligar a todos los países a darles financiación para el desarrollo y respetar los derechos humanos para el buen funcionamiento de sus trabajadores.

Consumidor, está también dispuesto de, nosotros, que el mundo sea más transparente y que el consumidor sea más activo en su compra, en sus compras, también de la población.

¡MÁS RAPIDO!

No puedo más por favor, tenga piedad

esta sociedad...



# Sandy Latreille, pariente de las luciérnagas (Lampyridae)

## LA CRISIS ENERGÉTICA

Salma

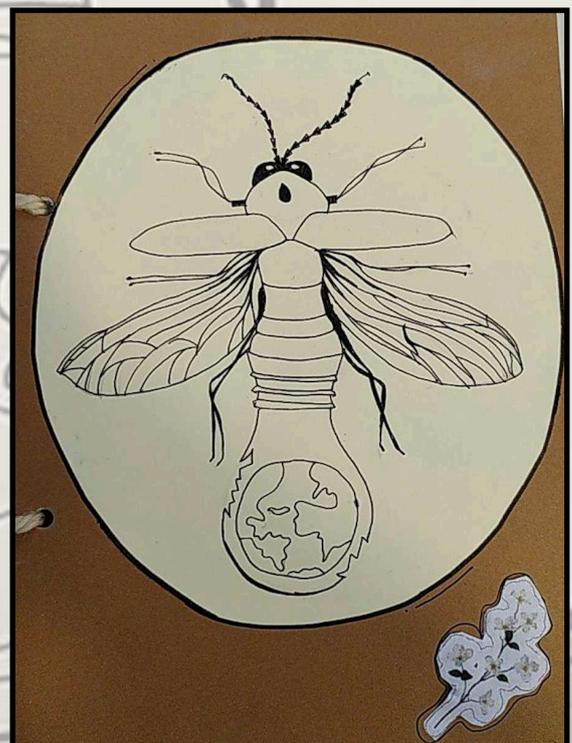


Hola!! Soy Sandy Latreille , pariente de las luciérnagas. Viajé a la tierra desde LB12 para tratar la crisis energética. Esta crisis consiste en una repentina escasez en el suministro de fuentes energéticas. Normalmente hace referencia a una escasez de petróleo , electricidad u otros recursos. La crisis energética ha venido acompañada con fuertes incrementos de los precios de las distintas energías. La crisis energética es un problema grave y los humanos deben concienciarse mas sobre ella. Durante mi investigación he llegado a algunas soluciones: concienciarse sobre la gravedad del problema, ajustar nuestro horario para aprovechar las horas de luz natural, usar energía renovable en instalaciones como instituto, hospitales, etc., instalando placas solares, ahorrar energía en el transporte ... Estas acciones son algunas acciones que debemos intentar implantar en nuestro día a día. Debemos actuar antes de que sea tarde.



¿La humanidad está ante un crack energético? ¿Qué deberían hacer lxs humanxs para resolver la crisis energética?

Contacto humano:  
Antonio Turiel o  
Marga Mediavilla



# Shona, pariente de las ardillas (Sciurus vulgaris) y los zorros (Vulpes vulpes)

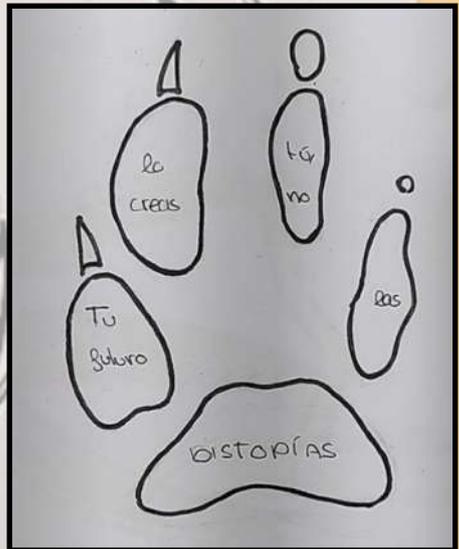
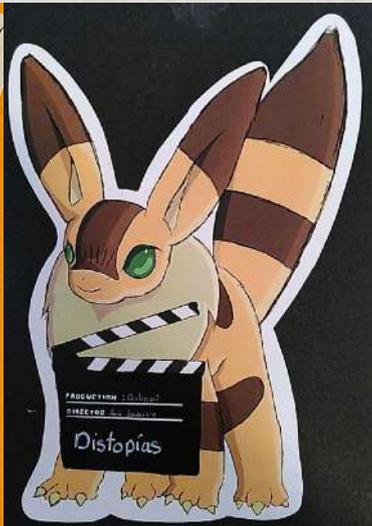
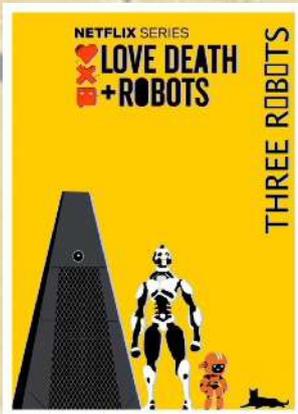
María

## DISTOPÍAS VS. UTOPIÁS O ECOTOPÍAS



Con mi investigación primero busqué información sobre las distopías para poder hablar mejor sobre el tema. Investigando más me di cuenta de que la mayoría de personas no tienen en cuenta que las distopías pueden hacerse realidad en un futuro y las personas que sí que las tienen en cuenta piensan que ya no se puede hacer nada para cambiarlo, pero sí que se puede.

¿Las distopias nos sirven para concienciarnos y actuar? ¿Conciencian a las crías humanas? ¿Qué futuro utópico si actuamos podemos conseguir?



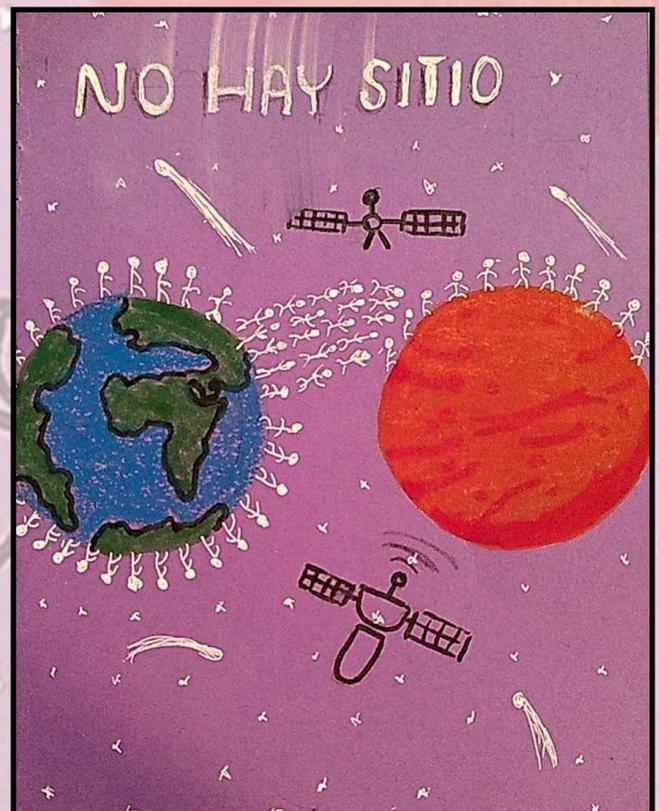
## ¿PUEDE VIVIR LA HUMANIDAD EN MARTE?



- Al final el dicho de compartir es vivir va a ser literal.
- El ser humano es capaz de evitar su colapso como especie gestionado mejor sus recursos y sin despilfárralos pero como de un niño de 6 años se tratara, no harán nada hasta que el castigo haya llegado.

¿Estamos ante una situación de crisis? ¿Podemos vivir en Marte o tenemos decrecer?  
Contacta con Yayo Herrero

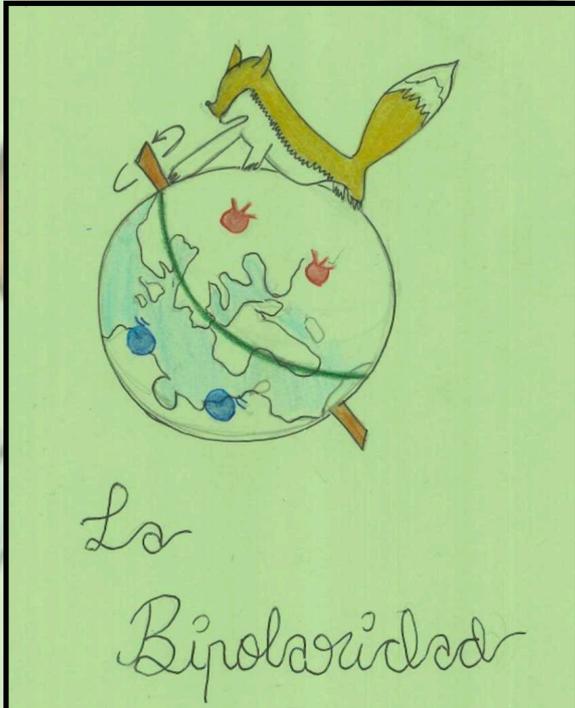
Nosotras, las personas de la Tierra.  
Imaginando cómo reconectarnos, aprendiendo de quienes nunca despegaron de la Tierra. Perseverando.  
Artículo: Ciencia ficción supremacista.  
Yayo Herrero



# Vini, pariente de los zorros (Vulpes vulpes)

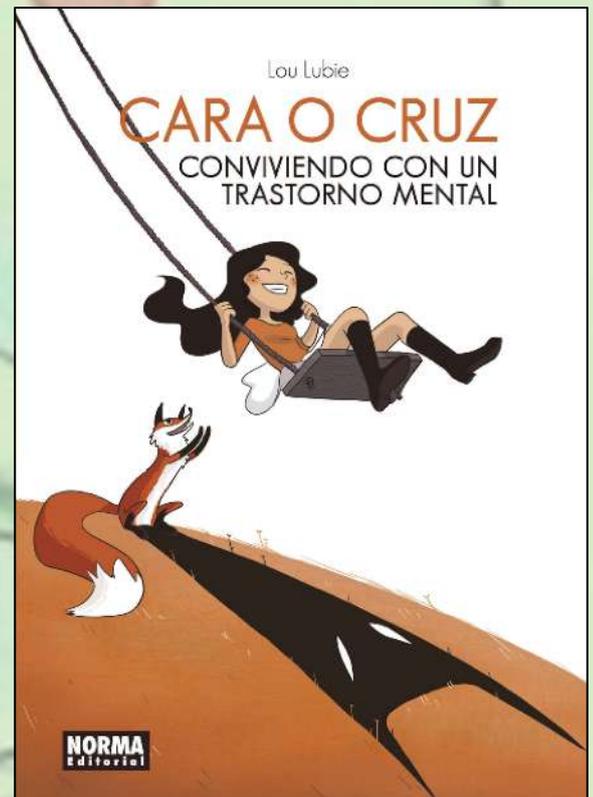
## LA BIPOLARIDAD Y OTROS TRASTORNOS

Sara



Buenos días, creo que debería presentarme. Mi nombre es Vini, y soy un zorro procedente del planeta Nibiru. Nibiru es un lugar donde se investigan la mayoría de enfermedades y trastornos mentales con el fin de dar con tratamientos menos agresivos y aportar respuestas y soluciones que permitan tratarlas y de esta forma mejorar la calidad de vida de las personas que las padecen. Desde allí, me encomiendan la tarea de viajar a la Tierra para investigar la bipolaridad, trastorno del que apenas conozco un par de datos, pero aun así me parece muy interesante. Estoy bastante emocionado y nervioso a la vez, porque nunca he visitado este planeta antes, y porque voy a conocer en persona a mis parientes terrestres, con los que solemos estar muy en contacto desde Nibiru.

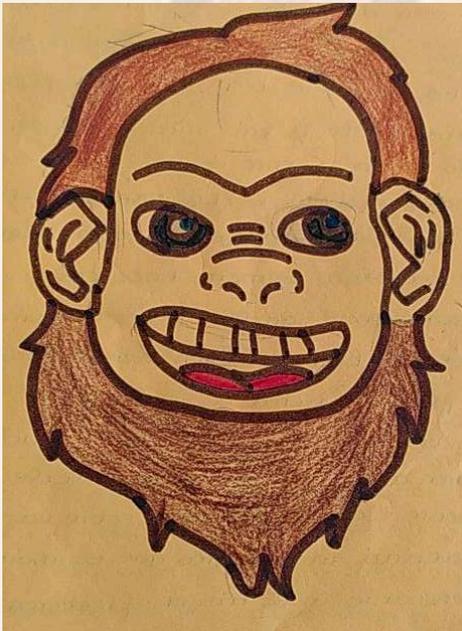
Aunque por desgracia, el trastorno bipolar es una enfermedad de por vida, el tratamiento continuo a largo plazo puede ayudar a controlar sus síntomas y permitir vivir una vida saludable y exitosa. Pero con lo que, sobre todo, como sociedad, podemos ayudar y contribuir a la causa es normalizando y huyendo de los estigmas y prejuicios que este trastorno despierta. Algunas celebridades, como Britney Spears, Selena Gómez o Jim Carrey, han compartido públicamente su experiencia con este trastorno para acabar con los tabúes que lo rodean. Una escritora famosa aquí en Francia, Lou Lubie, ha lanzado recientemente un libro sobre la bipolaridad llamado "Cara o cruz", del que he tenido que hacer un trabajo para la universidad. Se trata de un libro autobiográfico y de divulgación científica y que se nutre de las vivencias de la autora para conformar un relato lleno de humor con el fin de desestigmatizar por fin esta enfermedad. Sinceramente me ha encantado, y por eso he decidido comprarle a Belle este libro, para que no se sienta sola en esta trepidante aventura y aprenda a domar a su zorro interior.



# Zoe, pariente de los primates

## ANSIEDAD, A MI TAMBIEN ME PASA

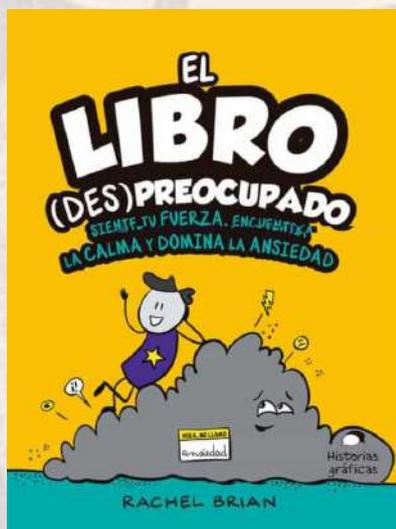
Paula



### ROMPELO EN MIL PEDAZOS

Poner tus pensamientos por escrito te hace más ver lo irracionales que pueden llegar a ser. Obligarte a ponerlos por escrito frena la espiral de repetirlos una y otra vez y requiere más esfuerzo, lo cual tendrá un efecto calmante de forma casi inmediata.

- COGE PAPEL Y BOLI**  
Vete a algún lugar tranquilo donde te puedas sentar. Coge un boli y una hoja de papel.
- ESCRIBE LO QUE PUEDES**  
Comienza escribiendo todo lo que sientes en la sociedad que circule por tu mente ahora mismo.  
Si, todo esto: pensamientos emborrazados, desagradables hirientes, todos. Sigue hasta que sepas todo.
- ROMPE EL PAPEL**  
Despedazalo.  
Más y más y más.  
Mete todos los pedazos en la papelera.  
Y respira profundamente.



### CONSEJOS PARA LA ANSIEDAD

- No ser tan exigente conmigo misma, vivir más el presente y no angustiarme tanto por lo que sucederá en el futuro.
- Afrontar los miedos que crea mi mente.
- Sumergirme en el móvil no soluciona tus problemas, intenta despejarte de otra forma: pasear, hacer deporte, quedar con tus amistades...
- Cambiar nuestra manera de pensar y darnos cuenta del poder que tienen nuestros pensamientos.
- Si no temes a nada no eres valiente, eres un insensato. Ser valiente significa enfrentarte a tus propios miedos y superarlos.
- Hablar de las cosas que me pasan, de cómo me siento y de que pienso.

## JUICIO A LXS HUMANOS

- Jueza (estrella de mar): He aquí una especie terrestre arrogante, cruel y asesina que no merece la libertad que sus genes le otorgan. Esta especie puede rendirse ante el resto de los animales. Llegó la hora de enfrentarse a la ley de la jungla para condenar a estos dos humanos. A un lado en contra, Pepa la cerda y Tina la rinoceronte. Al otro lado defendiéndoles don bigotes y Tobi el perro. Por favor, que empiece el juicio.
- Tina (rinoceronte): A ver, vamos a ver, esta gente, estos asquerosos seres humanos.
- Humano 1: ¿Tenemos nombre, eh?
- Tina: Luego, a nosotros no nos respetáis ninguno de nuestros nombres, nos llamáis simplemente por nuestra especie y os dedicáis a matarnos sin ton ni son para usarlos para vuestras necesidades superfluas, así que no vengas ahora hacerte el interesante, el respetuoso, porque no lo eres.
- Pepa (cerda): Nos coméis, te has comido a mi primo el Juanjo tío, pero vamos a ver.
- Tobi (perro): Los humanos lo único que hacen es darnos comida, nos dan un hogar, ¿por qué nos vamos a quejar de ellos?
- Tina: Os cuidan a vosotros, pero... ¿y el día que os empiecen a ver igual que a nosotros? ¿y el día que vosotros os convirtáis en la comida o en la caza exótica, en el trofeo? ¿Entonces qué, los vas a querer tanto?
- Tobi: Yo creo que estáis exagerando mucho, lo único que hacen es intentar ayudar, lo que pasa es que no los entendéis. ¿A qué sí?
- Don Bigotes (gato): A mí, con que den la comida y me limpien la caja me sobra.
- Jueza: Escuchemos que tienen que decir los dos humanos.
- Humano 1: Don Bigotes no se puede quejar.
- Humana 2: Creo que tienen razón.

- Humano 1: ¿Cómo que tienen razón? ¡Que no quieren matar! Tenemos que alimentarnos. No se pueden quejar de que los matemos.
- Pepa: Pero de otra forma. Por favor, mis hijos encerrados. Y encima otra cosa, como que en los humanos llamarse cerdo es un insulto, pero vamos a ver. ¿Cerdo es igual a guarro? Soy un poco guarra porque me revuelco en el barro, pero ¿qué pasa? ¿Vosotros no?
- Tina: Además, dices que nos necesita para comer, pero... ¿y qué pasa con mi especie? ¿Nos estáis extinguiendo? Apenas quedamos 3 o cuatro rinocerontes de mi especie. Lo único que habéis hecho con nosotros ha sido un salón de trofeo exótico o caza para la diversión. Realmente no nos estáis empleando para nada necesario, así que tienes que decir en tu defensa.
- Humano 1: Se vende piel.
- Humano 1: Se vende piel.
- Tina: ¿Y te parece eso de verdad un argumento que va a comprar tu vida y a salvarla ahora mismo?
- Tobi: Es lo que tienen los humanos son superiores, por eso lo único que hacen es alimentarnos y a vosotros os matan.
- Tina: ¿Pero cómo que superiores? ¡De qué vas flipao! Vamos a ver, aquí somos todos iguales. ¿Quiénes son ahora los que están atados, cómo van a ser tan superiores y han dejado que los apresemos?
- Humano 1: ¿Qué avances tecnológico ha hecho tu especie, ninguno verdad?
- Tina: ¿Cuánto daño ha hecho tu avance tecnológico?
- Jueza: Le vamos a preguntar al público, ¿cuántos de vosotros condenaríais a los humanos según los argumentos de los defensores y los fiscales?
- ...

¿TE ATREVES A SEGUIR CREANDO CON LAS TEMÁTICAS QUE HAS INVESTIGADO?

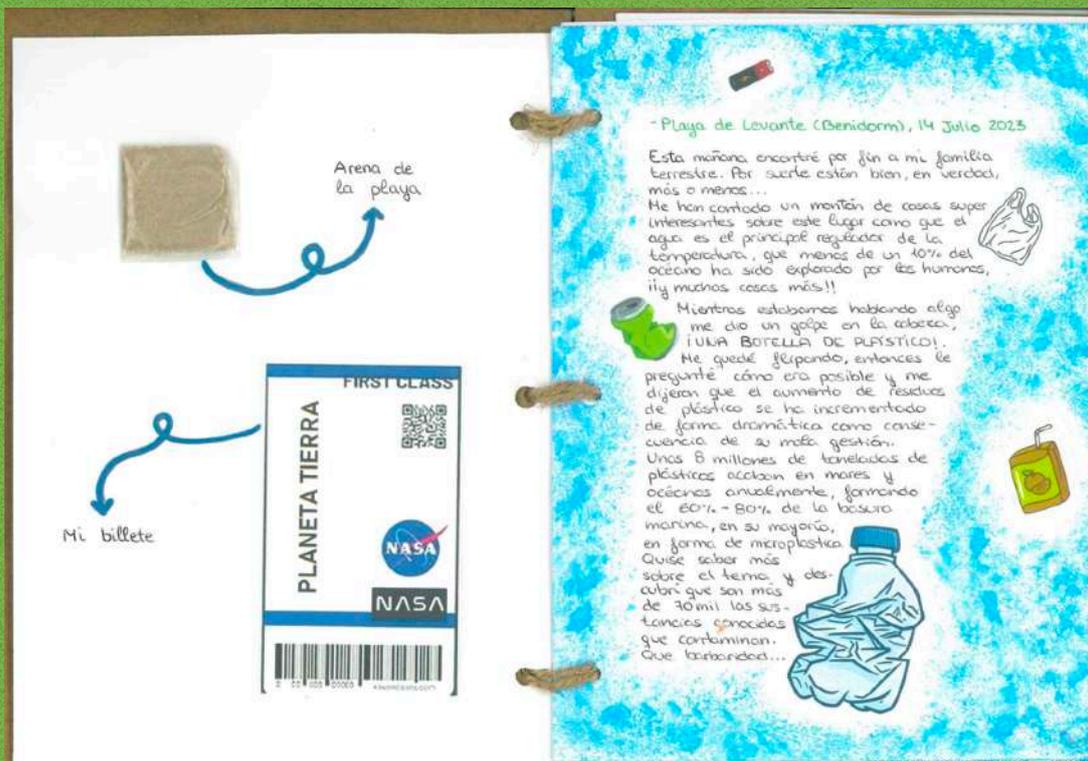
## ¿Qué te ha parecido la actividad? ¿Qué destacarías?

- Me ha encantado. Me ha dado vergüenza, pero poco a poco he estado más cómoda. Me he reído mucho y he podido hablar con gente con la que no suelo interactuar.
- El diario me ha servido para darme cuenta de los que realmente está sucediendo y el día de La Sala pudimos poner nuestras ideas en común. Lo que más me gustó fue el teatro que hicimos, ya que se vio nuestra creatividad y fuimos capaces de darle soluciones a algunos problemas.
- Destacaría el juicio a los humanos y la actividad inicial del bingo que es perfecta para empezar a romper el hielo. Es una oportunidad para aprender sobre una gran diversidad de temas.
- Aprendí muchas cosas nuevas como qué es la ecoansiedad, el ecofeminismo, el problema que lleva asociado el consumo... cosas que ni me había planteado.
- Me gustó la parte de los bailes porque fue divertido coordinarnos para que saliera bien.
- La actividad me ha parecido muy divertida y original. Destacaría el rato que nos reunimos para presentarnos y preparar los teatros.
- Destacaría el taller en el que estuve, el de dibujar los problemas actuales teniendo en cuenta el pasado, para poner en la copa soluciones.

## Si la tuvieras que resumir en un titular o tweet sería:

- El gran congreso de LB12 que recoge a más de 50 animales y muchos más conocimientos.
- Reunión de animales la mar de entretenida y educativa.





Diarios de  
viaje,  
relatoría,  
vídeo...



- Espacio intergaláctico: La Sala
- Asistentes: habitantes de LB12 (4ºESO - 1ºBachillerato)
- Público invitado: visitantes de la galaxia Erasmus
- Pensadorxs visuales: voluntarixs
- Decorado artístico: exposición colectiva
- Comité creativo: Concha García
- Comité de ciudadanía: Mar García
- Diseño de la experiencia y coordinación: Lutra Indraya
- Dedicado a lxs luchadorxs conscientes, lxs caminantes incansables y lxs soñadorxs infinitxs.



I.E.S. pintor  
**Rafael**  
**Requena**

<http://obrimunafinestralmon.blogspot.com.es>

<https://fanxtics.wordpress.com>

