

# I què puc fer jo?

## Com contribuir com a membre de la UV a un model de vida més sostenible

Vivim en un moment de profunda crisi ecosocial, causada per un model de creixement injust i insostenible. El canvi climàtic, les desigualtats i la violència són algunes de les seues conseqüències més visibles.

Necessitem transitar cap a models de vida, de societat i de consum diferents. Només així podrem complir amb els compromisos de l'Agenda 2030 i els Objectius de Desenvolupament Sostenible.

Com a estudiant, treballador/a o visitant de la Universitat de València (UV) pots contribuir a este canvi.

Per això, la Universitat et convida a mobilitzar-te; a consumir d'altra manera; a formar-te i investigar sobre sostenibilitat; i a cuidar i cuidar-te.

Per fer-ho, tens al teu abast espais, xarxes, programes, convocatòries, fonts d'informació i molts més recursos. El Vicerectorat de Sostenibilitat, Cooperació i Vida Saludable i la Càtedra de Cooperació i Desenvolupament Sostenible et conviden a conèixer-los.

**Pots contribuir a crear una societat més sostenible i justa des de la nostra Universitat de València!**



## Mobilitza't per transformar

Els problemes que tenim són col·lectius, i les solucions també han de ser-ho.  
Organitza't per a reivindicar canvis i construir alternatives des de la Universitat!

Per a això, en la UV pots:

- ▶ **Formar-te** en una visió crítica i participar d'accions en la Universitat amb el programa de **Voluntariat en sostenibilitat**.
- ▶ **Proposar** individualment o en grup projectes per a contribuir a la sostenibilitat als campus, en la **Convocatòria per a projectes que impulsen models de vida i consum més sostenibles en la UV**.



- ▶ **Participar** en altres convocatòries proposant projectes relacionats amb la sostenibilitat, com les **ajudes per a la participació del Servei d'Informació i Dinamització** o el programa **Motivem**.
- ▶ **Reivindicar** i proposar canvis en matèria de sostenibilitat en la UV **participant de la vida estudiantil**, como ara en els ADR, els sindicats d'estudiants i altres col·lectius.



## Consumeix (d'altra manera)

**Cada decisió de compra (o no comprar) és una oportunitat** per impulsar un model més just i sostenible. **No dones suport a empreses irresponsables** i que vulneren els drets humans i considera criteris socials i ambientals quan consumisques!

Per a això, en la UV pots:

- ▶ **Comprar productes alimentaris** i d'altre tipus en els mercats agroecològics i de proximitat dels campus de Blasco Ibáñez i de Burjassot.
- ▶ **Demandar en línia** i recollir la teua **cistella de productes ecològics** en Tarongers (la Cistella Responsable).



- ▶ Comprar productes de **comerç just** en La Tenda de la UV.
- ▶ Seguir les suggeriments de la **Guia de Comerç Just i Consum Responsable de la UV**, sobre com comprar i on comprar de manera més responsable en la teua població.
- ▶ **Demandar productes frescos, de temporada, locals i de comerç just** a les cafeteries de la UV.



## Crea coneixement per a la sostenibilitat

**El coneixement és fonamental per transformar** les relacions desiguals de poder i el model insostenible en el qual vivim. Crea i comparteix coneixement transformador per **fomentar un model més just i sostenible!**

Per a això, en la UV pots:

- ▶ **Portar a terme** accions d'investigació i transferència en matèria de sostenibilitat. Per ajudar-te, pots consultar el **registre de persones investigadores de la UV que treballen en els diferents ODS.**
- ▶ Per fer transferència, pots també consultar el **llistat de càtedres institucionals que treballen en sostenibilitat.**



- ▶ **Formar-te** en sostenibilitat amb una visió crítica i orientada a l'acció. Pots cursar **l'oferta formativa en sostenibilitat que s'ofereix a tota la UV.**
- ▶ **Fer els teus TFM, TFM o Tesi doctorals** en temes de sostenibilitat (o, si eres professor/a, proposar al teu alumnat fer-ho) i presentar-los als **Premis de TFG, TFM i tesi doctoral orientats a la transformació social mitjançant el compliment dels ODS.**



## Cuida i Cuida('t)

**Som éssers interdependents i eco-dependents:** cuidar de nosaltres, cuidar dels demés i cuidar de l'entorn són aspectes fonamentals i profundament relacionats. Abandona la competència i **posa en el centre la cooperació i la cura!**

Per a això, a la UV pots:

▶ **Practicar esport** de manera col·lectiva i cooperativa. Per exemple, pots **participar de UVSostenibilitat Runners**.



▶ **Cuidar més de la teua salut** en el teu **entorn laboral de la UV**. Pots fer-ho de manera col·lectiva i guiada participant de **l'Escola de Salut en el Treball**.



▶ **Desplaçar-te** cuidant de tu i del teu entorn. Per fer-ho més i millor, pots participar de **UVSostenibilitat Cicloturisme**.



▶ **Cuidar de la teua salut** i menjar d'una manera més local, ecològica i sostenible seguint les **guies d'alimentació de la UV**, així com altres **guies de vida saludable de la UV**.

