

Memòria d'activitats de l'associació ECOSUMA 2015

1. Descripció de les activitats i serveis desenvolupats

Tot seguit es detallen les activitats que ha realitzat l'associació durant l'any.

Custòdia agrícola a la ciutat de Lleida

Manteniment i gestió tècnica de les 15 hectàrees de terrenys abandonats rehabilitades i recuperades a l'agricultura durant l'any anterior.

Durant l'any 2015 es consoliden les hectàrees recuperades durant el 2014 i es realitza el seguiment de les activitats agrícoles per tal d'assegurar-ne la seva adequació amb la conservació ambiental i paisatgística del territori de l'entorn de Lleida.

Formació del Pla Anual de Transferència Tecnològica del Departament d'Agricultura de la Generalitat de Catalunya (PATT)

Amb el compromís de realitzar activitats de formació vers una agricultura cada cop més sostenible i respectuosa amb el medi ambient, els agricultors i els consumidors, es col·labora amb Departament D'agricultura de la Generalitat de Catalunya per tal de fer difusió i transferència tecnològica d'elements rellevants per al sector agrícola en totes les seves vessants.

Jornada tècnica "La reproducció de microorganismes"

Agricultura regenerativa, 29 de maig de 2015

La fertilitat del sòl i la nutrició vegetal són els pilars de tota producció agrícola. Els microorganismes del sòl són un factor clau per a la correcta nutrició de les plantes i representen un element vital per a la reducció dels bloqueigs i l'augment de la disponibilitat dels diferents nutrients i minerals, representant un estalvi en tractaments per carències i dèficits en els cultius.

Projecte d'investigació Salut i hort

En aquest projecte proposem dur a terme una investigació per a estudiar l'efecte de cultivar un hort sobre la salut física i psicològica en població general, a partir d'un estudi observacional que inclourà 20 persones que voluntàriament iniciaran el seu propi hort. En el moment d'inici de l'estudi i al cap de 6 i 12 mesos es realitzaran un conjunt de mesures (analítiques de sang i proves psicomètriques) amb l'objectiu d'avaluar els possibles efectes de cultivar un hort sobre la salut física i benestar emocional. Donat que no es disposa d'informació prèvia sobre estudis similar en població general, aquest estudi té el caràcter d'estudi pilot. Esperem que els resultats obtinguts permetin avaluar si es detecten diferències suficientment rellevants en els

paràmetres avaluats i, d'aquesta forma, considerar oportunament l'ampliació de la mida de la mostra per a avaluar-ne la significació estadística.

Durant el segon any (2015) es recluten nous participants per cobrir les baixes dels inicials i es continua amb l'elaboració dels tests i els anàlisis.

Jornada sobre mobilitat sostenible a la ciutat de Lleida

Repensar els nostres hàbits de mobilitat i avaluar els efectes positius dels canvis que hi podem introduir és la clau per avançar cap a un model col·lectiu de mobilitat més sostenible.

Per aquest motiu plantejarem una jornada sobre la mobilitat sostenible, i com el fet de canviar la nostra manera de desplaçar-nos ens ajuda a augmentar els nostres nivells d'activitat física, contribuir a millorar la qualitat de l'aire que respirem a les ciutats i ajudar a prevenir els accidents de trànsit. Així mateix és molt important valorar a nivell provincial el futur de la mobilitat interurbana i intraurbana.

Cicle de xerrades i tallers sobre medi ambient, ecologia i sostenibilitat urbana

Objectiu del cicle de xerrades

EcoSUMA vol arribar a la ciutadania de les Terres de Lleida i apropar-los els valors d'ecologia, el respecte al medi ambient, la producció ecològica i la convivència saludable en els pobles i ciutats. Per aquest motiu hem cregut important organitzar aquest cicle per informar, conscienciar i motivar a tota la ciutadania en el marc de la sostenibilitat.

Programació

Des d'EcoSUMA plantejarem un cicle de conferències, jornades didàctiques i tallers pràctics que versaran sobre **3 temàtiques** diferenciades:

- i) **El fenomen modern de l'horticultura urbana i periurbana** i la seva repercussió en la millora ambiental de les ciutats i del qualitat de vida de les persones que hi habiten.
- ii) **L'horticultura terapèutica**, o com utilitzar l'horticultura, les plantes i el seu cultiu per ajudar en el desenvolupament dels individus. El contacte amb la terra, les plantes i les dinàmiques vitals de l'hort tenen múltiples efectes que aporten beneficis en la millora de l'estat general de salut.
- iii) **La custòdia del territori**, que permet la recuperació del paisatge agrícola, que és tan important per les terres de Lleida.

El fenomen modern de l'horticultura urbana i periurbana

Jornada de divulgació d'hortos periurbans i urbans: **14 de març de 2015** Es realitzarà una jornada lúdica i formativa on s'ensenyaran les principals tècniques a l'hora de realitzar un hort així com per instal·lar un hort en un balcó o terrassa. Es realitzarà un taller demostratiu sobre com construir-te la teva pròpia taula de cultiu.

Taller pràctic: Com faig un hort ecològic?

Iniciació a l'hort 1: **28 de març de 2015** – Taller pràctic sobre com iniciar-se en la construcció del propi hort ecològic i quins són els primers passos a realitzar.

Iniciació a l'hort 2: **11 d'abril de 2015** - Continuació del taller pràctic 1 sobre com iniciar-se en la creació del propi hort ecològic.

Jornada per a la prevenció i tractament del mal d'esquena a l'hort: 18 abril de 2015

Formació teòrico-pràctica sobre com evitar el mal d'esquena en la utilització de l'hort. Es comptarà amb especialistes sobre el tema que realitzaran una màsterclass.

Jornada de demostració sobre horticultura terapèutica 4 d'abril de 2015

Jornada de demostració sobre les dinàmiques pròpies de l'horticultura terapèutica enfocada a professionals del sector de la geriatria, la salut mental i el personal sanitari en general.

L'Horticultura Terapèutica és un procés que integra múltiples beneficis a nivell físic, psicològic, cognitiu i social.

Molts beneficis físics estan relacionats amb l'exposició regular a la llum solar, la qual cosa afavoreix la síntesi de vitamina D, regula els cicles de son i d'apetit, estimula la circulació sanguínia i afavoreix la transpiració. També s'estimula la mobilitat i la psicomotricitat, així com es treballen cadenes musculars concretes i es desenvolupa força i elasticitat en músculs i articulacions.

La generació d'il·lusió i l'estimulació de la responsabilitat, la disminució de l'estrès i l'ansietat i el desenvolupament de l'autoestima, la satisfacció i la confiança en un mateix són alguns dels beneficis psicològics que aporta l'Horticultura Terapèutica als seus practicants.

Els beneficis a nivell cognitiu són l'estimulació de la memòria, l'augment de la capacitat de concentració i atenció, així com l'estimulació de l'aprenentatge significatiu i l'aplicació pràctica de nous coneixements.

A nivell social alguns dels beneficis que aporta l'horticultura terapèutica són l'augment de la participació i interacció social, la millora de la cohesió de grup i l'estímul de patrons saludables en les relacions.

Es mostraran les eines i condicions adaptades necessàries per portar a terme aquesta activitat, així com els requeriments específics per a cada tipus de condició.

Jornada sobre la custòdia del territori Abril 2015

Aquesta jornada pretén impulsar la custòdia agrícola del territori mitjançant els acords de custòdia entre propietaris i agricultors.

L'acord de custòdia es porta a la pràctica quan un pagès/a, el propietari d'un terreny, i EcoSUMA com a entitat custodiadora, estableixen un acord de col·laboració per assolir un objectiu comú, la recuperació del paisatge agrícola.

El propietari cedeix els seu terrenys a través de EcoSUMA per tal que el pagès el pugui tornar a cultivar. Tan el pagès com el propietari, entra a formar part d'una xarxa que els aporta tota una sèrie d'avantatges, ja que EcoSUMA forma part de la **Xarxa de Custòdia del Territori**.

La custòdia del territori és necessària i important, donat que fruit del creixement urbà i l'abandonament progressiu de l'activitat agrícola, Lleida poc a poc ha anat perdent el seu paisatge agrícola que tan la caracteritza. Des de l'associació EcoSUMA estem impulsant un projecte que te per objectiu recuperar aquests terrenys, per tal de conservar la biodiversitat que acullen així com el paisatge que han anat generant al llarg dels anys. Sense l'activitat agrària, els hàbitats, la flora i la fauna d'aquests ambients no existirien i per això és tan important la preservació d'aquests valors com el manteniment de la pagesia que en té cura.

2. Quantificació dels resultats obtinguts amb la realització de les activitats

Tot seguit es mostra una taula amb els resultats quantificables de les activitats realitzades per l'associació.

PROJECTE	BENEFICIARIS
Custòdia agrícola	(hectàrees) 15 (agricultors) 2
Formació tècnica PATT	50
Projecte investigació Salut i hort	18
Jornada sobre mobilitat sostenible a la ciutat de Lleida	40
Cicle de xerrades i tallers sobre medi ambient, ecologia i sostenibilitat urbana	300
<i>El fenomen modern de l'horticultura urbana i periurbana</i>	40
<i>Taller pràctic: Com faig un hort ecològic?</i>	120
<i>Jornada per a la prevenció i tractament del mal d'esquena a l'hort: 18 abril de 2015</i>	30
<i>Jornada de demostració sobre horticultura terapèutica</i>	60
<i>Jornada sobre la custòdia del territori</i>	50
TOTAL	408 beneficiaris, 15 hectàrees gestionades

3. Grau de compliment efectiu dels fins estatutària

En la següent taula es detallen els objectius estatutaris d'ECOSUMA i els projectes que es realitzen alineats amb els mateixos i que ajuden a desenvolupar-los i assolir-los.

OBJECTIUS DE L'ASSOCIACIÓ SEGONS ELS ESTATUTS	PROJECTES QUE AJUDEN A L'ASSOLIMENT DELS FINS ESTATUTARIS
L'estudi i defensa del patrimoni natural i ambiental del nostre país, amb una concepció globalitzadora dels problemes que afecten les espècies, els ecosistemes i les relacions de les persones amb el Medi Natural, que inclogui l'ordenació i gestió del territori rural i urbà en la seva dimensió social i econòmica i la implicació de la ciutadania.	<ul style="list-style-type: none"> • Projecte d'investigació Salut i hort • Jornada sobre mobilitat sostenible a la ciutat de Lleida
Organitzar, realitzar i promocionar activitats educatives, formatives i divulgadores dels principis de l'agricultura ecològica i les seves implicacions en un estil de vida respectuós amb l'entorn.	<ul style="list-style-type: none"> • Formació PATT • Cicle de xerrades i tallers sobre medi ambient, ecologia i sostenibilitat urbana • Jornada sobre mobilitat sostenible a la ciutat de Lleida
Promoure i realitzar projectes i activitats que tinguin perspectiva agroecològica, la conservació de la biodiversitat i de desenvolupament sostenible.	<ul style="list-style-type: none"> • Horticultura terapèutica per a la rehabilitació sociolaboral • Cicle de xerrades i tallers sobre medi ambient, ecologia i sostenibilitat urbana
Conreu de la terra segons els principis generals de l'agricultura ecològica i de diferents aspectes que se'n puguin derivar.	<ul style="list-style-type: none"> • Custòdia agrícola
TOTAL	El 100% dels projectes estan vinculats als fins estatutaris d'ECOSUMA

4. Nombre total de beneficiaris o usuaris de les activitats i serveis d'Ecosuma

La següent taula explica els motius dels beneficiaris de cada projecte i la seva quantitat.

PROJECTE	BENEFICIARIS
Custòdia agrícola	S'han gestionat 15 hectàrees rehabilitades de l'entorn immediat de la ciutat de Lleida. Els 2 agricultors participants han pogut retornar a l'agricultura aquestes terres i millorar les seves explotacions agrícoles amb la formació en custòdia agrícola rebuda.
Formació tècnica PATT	La formació està enfocada a tots els públics, però en especial a agricultors professionals i d'oci que vulguin millorar la qualitat de les seves explotacions apropant-se a una agricultura més sostenible i ecològica. En la formació hi han participat 50 persones.
Projecte investigació Salut i hort	Aquest projecte pretén obtenir dades científiques per tal de poder realitzar una investigació més profunda sobre els beneficis de fer un hort per la salut en població general. Els 20 usuaris participants del projecte són persones seleccionades pel fet d'iniciar una activitat d'horticultura d'oci. Alguns d'aquests usuaris es van donar de baixa durant el 2014 i durant el 2015 només hi ha hagut 18 usuaris, en balanç dels nous reclutats i el que s'han donat de baixa.
Jornada sobre mobilitat sostenible a la ciutat de Lleida	Ecosuma té un compromís amb la promoció de la mobilitat urbana i aquesta jornada de reflexió pretén dialogar sobre aquest aspecte a la ciutat de Lleida. Hi van participar un total de 40 persones.
Cicle de xerrades i tallers sobre medi ambient, ecologia i sostenibilitat urbana	Es van realitzar 5 xerrades diferents amb assistències variables i amb un total de 300 participants. L'activitat que va tenir més assistents va ser el taller pràctic d'hort ecològic, seguida de la jornada de divulgació sobre l'horticultura terapèutica. També es va realitzar una jornada de custòdia agrícola amb 50 inscrits i un sobre el mal d'esquena amb una trentena de participants.

5. Mitjans personals de què disposa l'entitat

Durant l'any 2015 ECOSUMA ha comptat amb la participació de 4 voluntaris que han realitzat la majoria de les activitats de l'associació.

Cap dels voluntaris ha rebut cap mena de compensació econòmica per les activitats realitzades com a voluntaris de l'associació en el marc dels projectes desenvolupats, ni tampoc en la realització de les funcions representatives i de gestió general de l'entitat.

També s'ha comptat amb simpatitzants i voluntaris puntuals que han participat en tasques específiques en cada una de les activitats de l'associació.