



UAB Campus
Saludable
i Sostenible

PLA CAMPUS SALUDABLE I SOSTENIBLE 2023-2027

VICERECTORAT DE CAMPUS, SOSTENIBILITAT I TERRITORI

COMISSIÓ DE CAMPUS, SOSTENIBILITAT I AGENDA 2030
BELLATERRA, 28 DE JUNY DE 2023

1. INTRODUCCIÓ.....	1
2. LÍNIES ESTRATÈGIQUES	2
Línia estratègica 1. DESENVOLUPAR HÀBITS SALUDABLES A L'AIRE LLIURE AL CAMPUS DE LA UAB A TRAVÉS DE L'ACTIVITAT FÍSICA	2
Línia estratègica 2. DESENVOLUPAR DINÀMIQUES DE PROMOCIÓ DEL BENESTAR EMOCIONAL.....	3
Línia estratègica 3. POTENCIAR L'ALIMENTACIÓ I EL CONSUM SALUDABLE I SOSTENIBLE AL CAMPUS	4
Línia estratègica 4. CREACIÓ I ADEQUACIÓ D'ESPAIS SALUDABLES I SOSTENIBLES DE DOCÈNCIA, RECERCA I LLEURE A L'INTERIOR I A L'EXTERIOR DELS EDIFICIS5	
Línia estratègica 5. IMPULS D'UNA UNIVERSITAT MÉS RESILIENT ENFRONT AL CANVI CLIMÀTIC.	6
Línia estratègica 6. UNA COMUNITAT UNIVERSITÀRIA MÉS CIRCULAR I RESPONSABLE AMB ELS RECURSOS.	7
Línia estratègica 7. MESURAR, CONÈIXER, COMUNICAR, ACTUAR.	8
Línia estratègica 8. VALORAR LES CONSEQÜÈNCIES DE LES NOSTRES ELECCIONS: PETJADES I EMPREMTES	9
ANNEX. Llistat dels Objectius de Desenvolupament Sostenible	10

1. INTRODUCCIÓ

El nou Pla Campus Saludable i Sostenible pel període 2023-2027 (Campus SiS) s'emmarca en els objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS) de l'agenda 2030 de les Nacions Unides (UN) i reforça la contribució de la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB) al seu assoliment, molt especialment en les àrees de salut i sostenibilitat.

En aquesta nova edició s'introdueix com a eix vertebrador la creació de sinèrgies entre la docència, la recerca i la gestió del campus per tal de desenvolupar projectes innovadors, interdisciplinaris i participatius que reverteixin directament i de forma aplicada en tota la comunitat universitària, així com en l'espai físic de la UAB.

Atès el caràcter divulgatiu del Campus SiS, durant aquest període, a més dels projectes desenvolupats, es proposaran altres accions amb la finalitat de millorar el coneixement i la sensibilització de la comunitat sobre els àmbits de salut i sostenibilitat, alhora que s'incentiva la seva participació en les diferents iniciatives programades.

Les línies estratègiques d'aquest nou pla són el resultat de les diferents accions participatives dutes a terme en aquest període (fòrum estudiantil, focus grups, *living labs*, recull de propostes en diferents esdeveniments), juntament amb la detecció de necessitats de la gestió del campus, així com del balanç dels plans anteriors.

L'actual pla s'estructura en 8 línies estratègiques que tenen en compte alhora els àmbits comunitat (estil de vida actiu, benestar emocional, alimentació saludable i lleure), campus (mobilitat, recursos, residus, energia, aigua, territori i biodiversitat), coneixement (*recerca, docència, comunicació i aprenentatge*).

A partir d'aquestes línies estratègiques es desenvoluparan projectes innovadors amb la intenció que la seva aplicació pràctica al campus pugui concretar-se a través de pilots reals, susceptibles de ser ampliat, escalats o modificats a partir del coneixement, la informació i la participació obtinguda en cadascun d'ells.

2. LÍNIES ESTRATÈGIQUES

Línia estratègica 1. DESENVOLUPAR HÀBITS SALUDABLES A L'AIRE LLIURE AL CAMPUS DE LA UAB A TRAVÉS DE L'ACTIVITAT FÍSICA

ODS de referència: 3, 11, 13 i 15.

Descripció

Aquesta línia té com a objectiu principal millorar la qualitat de vida de la comunitat universitària a través de la implementació d'activitats físiques ideades per a realitzar en l'entorn natural del campus, aprofitant el seu potencial terapèutic. Per altra banda, també es pretenen canviar els comportaments sedentaris per altres hàbits que permetin aconseguir una millora en la salut de les persones. Promoure l'activitat física regular és un gran aliat per al benestar emocional, ja que allibera endorfines i redueix l'estrès.

L'entorn natural del campus, a més de ser una de les seves senyes d'identitat és un actiu pel territori i per les persones que el gaudeixen. Els nous desafiaments ambientals i climàtics obliguen a treballar intensament per adaptar a les noves temperatures i règims pluviomètrics, tant la tipologia de vegetació existent com la seva disposició en l'espai. Aquest esforç d'adaptació es dissenya al mateix temps per tal d'oferir nous serveis d'acollida a les persones usuàries del campus a l'exterior amb espais d'ombra en temps de calor, o de sol, en temps de fred que afavoreixin aquesta activitat esportiva i relacional.

Línia estratègica 2. DESENVOLUPAR DINÀMIQUES DE PROMOCIÓ DEL BENESTAR EMOCIONAL

ODS de referència: 3.

Descripció

Aquesta línia té com a objectiu principal promoure dinàmiques i activitats de benestar emocional al campus per a tota la comunitat universitària. Aquestes accions, sumades a les altres línies estratègiques del campus SiS, busquen educar, informar i proporcionar eines perquè les persones puguin cuidar i millorar el seu benestar així com contribuir a generar espais i entorns saludables.

Es portarà a terme a partir de tallers pràctics que permetin l'adquisició d'autoconeixement i competències de regulació emocional, la creació de Grups de suport i d'ajuda mútua possibilitant la generació de grups de suport emocional entre iguals on les persones puguin compartir les seves experiències, preocupacions i inquietuds oferint un lloc segur per expressar-se. També es duran a terme activitats amb experts en salut mental i benestar que proporcionin a la comunitat universitària coneixements i eines pràctiques per millorar la seva salut emocional.

Per altra banda, s'organitzaran activitats culturals, artístiques i expressives que permetin a la comunitat universitària explorar i expressar les seves emocions de manera saludable i creativa així com fomentar vincles a partir de comunitats d'interessos comuns. Per altra banda, s'impulsaran campanyes de sensibilització per reduir l'estigma i les discriminacions associades als problemes de salut mental seguint el Pla Antiestigma de la UAB.

Línia estratègica 3. POTENCIAR L'ALIMENTACIÓ I EL CONSUM SALUDABLE I SOSTENIBLE AL CAMPUS

ODS de referència: 2, 3, 11 i 12.

Descripció

Aquesta línia té com a objectius, per una banda, afavorir una oferta alimentària al campus el més saludable i sostenible possible, i per altra la prevenció de les addicions, com l'alcohol, les drogues o altres tendències, com les vinculades a la digitalització, entre la nostra comunitat. Es reforçaran i ampliaran les activitats associades a la sensibilització i promoció de nous hàbits com ara xerrades, tallers, dinàmiques de grups o nous espais d'interacció, així com en l'alerta sobre les conseqüències de no adoptar-los.

La promoció d'una alimentació sostenible i saludable es durà a terme a través de diverses accions com la diagnosi de les relacions entre l'oferta i la demanda en els diferents àmbits alimentaris del Campus, tenint en compte el seus impactes ambientals, socials i en la salut. També s'analitzarà el possible malbaratament alimentari i es proposarà un model més saludable, sostenible i socialment més just.

Línia estratègica 4. CREACIÓ I ADEQUACIÓ D'ESPAIS SALUDABLES I SOSTENIBLES DE DOCÈNCIA, RECERCA I LLEURE A L'INTERIOR I A L'EXTERIOR DELS EDIFICIS

ODS de referència: 3, 4, 7, 11 i 15.

Descripció

Aquesta línia té com a objectius principals, per una banda, crear espais interiors més saludables i sostenibles, per l'altre, fomentar la creació d'espais de docència a l'exterior per afavorir experiències innovadores en aquest àmbit.

Pel que fa als espais interiors, es poden adequar els edificis existents a partir d'elements com ara la il·luminació, el mobiliari, la temperatura, els elements verds, la qualitat de l'aire interior o els materials emprats per la seva construcció, entre d'altres. En funció del seu disseny i d'una gestió ambiental acurada els espais de docència, de recerca, de trobada i/o de lleure, l'espai universitari pot ser especialment acollidor i ajudar a crear ambients propicis per l'alumnat, els docents, investigadors i treballadors de la comunitat universitària, tot afavorint l'aprenentatge i la interacció social.

Els criteris d'edificació sostenible, així com el coneixement del comportament ambiental de determinats productes i materials al llarg de la seva vida útil i els efectes que provoquen sobre les persones que els fan servir ha evolucionat amb el temps, però encara queda un recorregut significatiu, per tal de continuar amb la recerca i l'assaig de noves formes de repensar aquests espais interiors per fer-los més saludables i sostenibles.

Pel que fa als espais de docència a la part exterior del campus, aquestes noves adequacions dels espais naturals poden proporcionar a l'alumnat experiències docents innovadores saludables (beneficis de la natura en el benestar, exercici físic, etc.) i sostenibles (estalvi energètic, respecte pel medi natural, etc.). Es tracta de fer un mapeig dels potencials espais, avaluar la seva idoneïtat i realitzar diverses proves pilot per, finalment, instal·lar equipaments i dur a terme les adaptacions logístiques necessàries, alhora que es defineixen recorreguts de natura per completar l'experiència.

Línia estratègica 5. IMPULS D'UNA UNIVERSITAT MÉS RESILIENT ENFRONT AL CANVI CLIMÀTIC.

ODS de referència: 3, 6, 7, 9, 11,13 i 15.

Descripció

L'objectiu principal d'aquesta línia és prendre consciència del que suposa per a la nostra universitat en termes pràctics un nou paradigma climàtic i actuar en conseqüència, tot aportant solucions efectives, tant des de la vessant tècnica, com des de la perspectiva de la participació de la comunitat.

A més de minimitzar les emissions de Gasos d'Efecte Hivernacle, necessitem adaptar el nostre espai i el nostre estil de vida per fer front als desafiaments vinculats al canvi climàtic, com ara la transició energètica, la mobilitat, la disponibilitat d'aigua o la previsible transformació de la natura que ens envolta, entre moltes altres.

Des de la perspectiva de la salut, aquest canvis tan significatius sovint generen sentiments de desànim o ansietat derivades de la incertesa pel futur. Però també presenta reptes en termes físics, a causa de la necessitat d'adaptació de les activitats humanes a unes temperatures cada vegada més extremes, o en termes alimentaris, pels impactes sobre el clima associats a la dieta actual.

Es tracta de desenvolupar projectes que entomin aquests desafiaments, des de la triple perspectiva de la recerca, la gestió i la participació, tot assumint que des de la universitat es poden explorar escenaris i assajar projectes que poden inspirar a d'altres Instituciones públiques i privades que s'enfronten al mateix desafiament global.

Línia estratègica 6. UNA COMUNITAT UNIVERSITÀRIA MÉS CIRCULAR I RESPONSABLE AMB ELS RECURSOS.

ODS de referència: 3, 6, 7,11, 12,15 i 17.

Descripció

L'objectiu d'aquesta línia és potenciar la contribució del campus en la transformació de l'actual model de producció i consum des d'un sistema lineal de produir-consumir-lleçar en un altre més circular en el qual el valor afegit dels productes que es consumeixen es mantingui dintre del sistema el major temps possible.

En aquest sentit, es poden desenvolupar projectes relacionats amb les diferents baules de la cadena de valor circumscrites dintre del Campus UAB. Així, es pot treballar en les decisions de compra pública de productes i serveis, en el desenvolupament de projectes que afavoreixin la reutilització i les estratègies de compartir o, si ens situem al final de la vida d'alguns productes, també es poden plantejar projectes que tanquin el cicle, tot valoritzant fraccions que puguin tornar en forma de nou producte al mateix campus.

Per altra banda, la relació de l'economia circular amb la salut és clara, en tant que impulsa la reducció de productes i materials tòxics, minimitza la generació de residus plàstics o d'altres materials no susceptibles de valoritzar-se, al temps que persegueix la màxima eficiència en l'ús de tots els recursos disponibles.

La contribució de la comunitat en els seus hàbits, les seves eleccions de compra i en els seus comportaments post-consum dintre del campus són bàsiques per tenir èxit en aquesta línia estratègica.

Línia estratègica 7. MESURAR, CONÈIXER, COMUNICAR, ACTUAR.

ODS de referència: 4, 6, 7, 9,11,13,15, 17.

Descripció

L'objectiu d'aquesta línia, a més de les accions habituals de divulgació associades al Campus SiS, és millorar el coneixement real de les variables ambientals i de sostenibilitat del campus, així com fomentar la implicació de la comunitat universitària per l'assoliment dels objectius de sostenibilitat del propi campus, a través de la formació i la comunicació.

La digitalització ofereix nous instruments per conèixer, sistematitzar i gestionar d'una manera més acurada moltes de les variables relacionades amb la sostenibilitat del campus. En aquest sentit, la disponibilitat d'informació precisa i estructurada ajuda a fonamentar millor la presa de decisions de gestió i també d'inversió de la pròpia institució.

De la mateixa manera, la comunicació en base a dades objectives i científiques és un requisit imprescindible per impulsar el canvi de la comunitat universitària. El coneixement aplicat a l'entorn facilita i impulsa la col·laboració en la millora de l'eficiència energètica, l'estalvi d'aigua, la selecció dels residus o la mobilitat sostenible, entre molts altres aspectes.

És per això que s'exploraran diferents alternatives de formació per trobar les fórmules més adequades per arribar als diferents col·lectius (PDI, PAS i alumnat). L'objectiu és assajar la millor estratègia per canviar percepcions i comportaments alineats amb els propòsits comuns. Assumint que per estimular l'acció cal assegurar la comprensió del desafiament i el coneixement de les conseqüències de l'absència d'implicació.

Línia estratègica 8. VALORAR LES CONSEQÜÈNCIES DE LES NOSTRES ELECCIONS: PETJADES I EMPREMES

ODS de referència: 3, 4, 5, 6, 7, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 17

Descripció

L'objectiu d'aquesta línia estratègica és treballar en el coneixement dels impactes de les nostres decisions en l'entorn en el que vivim, considerant tant l'entorn natural com l'humà.

Si en la línia estratègica anterior es persegueix millorar el coneixement macro de l'entorn en el que es desenvolupen les activitats pròpies del campus. El doble sentit d'aquest enunciat ens interpel·la a millorar el coneixement de nosaltres mateixos, tant des de la vessant de l'ecologia humana, com des de la sostenibilitat.

Des de la perspectiva personal, ser conscients dels efectes que les nostres decisions, actes, paraules o silencis provoquen en les persones que treballen, estudien o conviuen amb nosaltres, pot fer-nos canviar la mirada de forma substancial, tot evitant episodis d'aïllament, assetjament, solitud o patiment, pròpies o alienes, entre d'altres situacions a evitar.

De manera anàloga, conèixer els efectes que la nostra forma de viure, desplaçar-nos, vestir o menjar, poden tenir en el planeta pot modificar decisions que ara ens són indiferents. És aquí a on la nostra petjada ambiental, hídrica o de carboni, poden fer-nos conscients de pràctiques de les quals ignorem els veritables perjudicis.

En les dues dimensions, la humana i l'ambiental, valorar l'empremta que cadascú de nosaltres deixa en les persones i en l'entorn en el que vivim és un exercici que només pot fer-nos millorar com a individus i com a comunitat més Saludable i Sostenible.

ANNEX. Llistat dels Objectius de Desenvolupament Sostenible

Els 17 Objectius de Desenvolupament Sostenible recollits a l'Agenda 2030 són els següents:

1. Erradicar la pobresa a tot el món i en totes les seves formes.
2. Posar fi a la fam, assolir la seguretat alimentària i la millora de la nutrició, i promoure l'agricultura sostenible.
3. Garantir una vida sana i promoure el benestar per a totes les persones a totes les edats.
4. Garantir una educació inclusiva, equitativa i de qualitat i promoure oportunitats d'aprenentatge durant tota la vida per a tothom.
5. Aconseguir la igualtat entre els gèneres i apoderar totes les dones i les nenes.
6. Garantir la disponibilitat i una gestió sostenible de l'aigua i el sanejament per a totes les persones.
7. Garantir l'accés a una energia assequible, segura, sostenible i moderna per a totes les persones.
8. Promoure el creixement econòmic sostingut, inclusiu i sostenible, l'ocupació plena i productiva i el treball digne per a totes les persones.
9. Construir infraestructures resilients, promoure la industrialització inclusiva i sostenible i fomentar la innovació.
10. Reduir la desigualtat en i entre els països.
11. Aconseguir que les ciutats i els assentaments humans siguin inclusius, segurs, resilents i sostenibles.
12. Garantir modalitats de consum i producció sostenibles.
13. Adoptar mesures urgents per combatre el canvi climàtic i els seus efectes.
14. Conservar i utilitzar de forma sostenible els oceans, mars i recursos marins per al desenvolupament sostenible.
15. Protegir, restaurar i promoure l'ús sostenible dels ecosistemes terrestres, gestionar els boscos de manera sostenible, combatre la desertificació, aturar i revertir la degradació del sòl i aturar la pèrdua de biodiversitat.
16. Promoure societats pacífiques i inclusives per aconseguir un desenvolupament sostenible, proporcionar accés a la justícia per a totes les persones i desenvolupar institucions eficaces, responsables i inclusives a tots els nivells.
17. Enfortir els mitjans per implementar i revitalitzar l'Aliança Mundial per al Desenvolupament Sostenible.