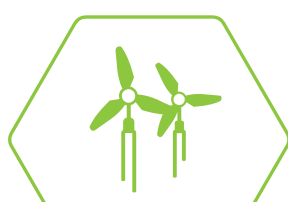




FEEL ayuda a los responsables políticos a comprender el enfoque de ciudad frugal, aplicando la suficiencia de recursos y la cooperación comunitaria para lograr una Europa más verde.



GREEN



**1.62 M
FONDOS UE**

Mar 2023

May 2027

Un Proyecto de cooperación interregional para mejorar políticas de eficiencia energética

Socios del Proyecto

Agencia Local de Clima y Energía del Sur de Bretaña (FR)
Ayuntamiento de Cork (Comhairle Cathrach Chorcaí) (IE)
Municipio de Bistrita (RO)
Municipio de Frederikshavn (DK)
Región de Liguria (IT)
València Clima i Energia(ES)
Agencia de Energía de Mazovia (PL)
Agencia de Energía del Norte de Suecia (SE)
Energy Cities (FR)

Bienvenida al 4º Boletín del Proyecto

FEEL

A medida que el proyecto avanza hacia el cuarto semestre, las buenas prácticas identificadas y destacadas en los últimos dieciocho meses se están evaluando para su inclusión en la Plataforma de Aprendizaje de Políticas (*Policy Learning Platform*) del programa Interreg Europe, con el objetivo de que sean reconocidas y replicadas en otras regiones.

Esta edición del boletín detalla las mejores prácticas desarrolladas en las regiones socias y presentadas en la Plataforma de Aprendizaje de Políticas. También destaca los beneficios de la participación comunitaria en el avance de la transición energética.

Para más información sobre las buenas prácticas presentadas y para contactar con sus responsables, sigue el enlace: [Buenas prácticas | Interreg Europe](#)

- La Agencia Local de Clima y Energía del Sur de Bretaña destacó los inodoros secos como una iniciativa replicable en múltiples regiones para reducir emisiones y contaminación, y como un buen ejemplo de autosuficiencia.
- El Ayuntamiento de Cork identificó la pérdida de técnicas de construcción de baja tecnología, como el techado de junco o la compactación de tierra, y promovió su recuperación a través de la construcción del Kinship Ecolab.
- La Agencia de Energía de Mazovia en Varsovia presentó su iniciativa de vivienda colaborativa para mujeres mayores, que les proporciona beneficios económicos y sociales a través de menores costos de vida y relaciones comunitarias más fuertes.
- La Fundación Valencia Clima y Energía resaltó su Oficina de l'Energia, que empodera a la ciudadanía con asesoramiento energético y formación en reducción del consumo, con un enfoque en la suficiencia.
- Energikontor Norr presentó la Biblioteca de Ocio de Överkalix, que permite a residentes y visitantes tomar prestado equipamiento de actividades al aire libre de forma gratuita, reduciendo así el desperdicio y garantizando un acceso equitativo.
- La Región de Liguria destacó la Ecoaldea Torri Superiore, una aldea abandonada restaurada para ofrecer actividades de ocio con bajo o nulo impacto ambiental, promoviendo la suficiencia y la educación ambiental.
- El Municipio de Frederikshavn expuso su modelo de pastoreo natural con cabras y ganado, así como su propuesta para la creación de una Ciudad del Reciclaje.
- En la visita de estudio al Municipio de Bistrița, se mostró la buena práctica "Ambulancia para Monumentos", aplicada en la Iglesia Evangélica Fortificada de Vermeș, junto con otros proyectos de recuperación del patrimonio cultural.

En los últimos cuatro meses, las visitas de estudio en Lorient (Francia) y Bistrița (Rumanía) han puesto de manifiesto la importancia de contar con una comunidad activa y comprometida para impulsar proyectos locales. La participación comunitaria es un aspecto clave para evaluar las necesidades de la población y garantizar resultados accesibles, duraderos y beneficiosos para la comunidad. La transición energética no se logrará de manera individual. Al empoderar y movilizar a las comunidades, el impacto positivo se amplifica, lo que resulta en una mejora de la biodiversidad, la salud y el bienestar de la ciudadanía. Además, una comunidad inspirada puede fomentar la innovación social y el desarrollo regional.

La Comunidad *Low-Tech* de Lorient apoya acciones que demuestran suficiencia y sobriedad. En junio, la comunidad organizó un *Low-Tech Tour*, recorrido en bicicleta *Low-Tech* por Lorient para experimentar las soluciones de baja tecnología aplicadas en la región, al mismo tiempo que se promovía la movilidad activa.

En Bistrița, comunidades y expertos están construyendo conjuntamente capacidades para reparar y proteger edificios históricos en estado de deterioro, utilizando soluciones simples. Las actividades de participación no solo ayudan a la concienciación de la comunidad local, sino que también contribuyen a la salud y el bienestar, la sostenibilidad, la conservación del patrimonio cultural, la gestión de recursos y la preservación de la biodiversidad.



ALOEN avanza con los inodoros secos en la región

Como parte de los aprendizajes adquiridos a través del Proyecto FEEL, ALOEN descubrió *La Fumainerie*, una organización con sede en Burdeos que trabaja para promover la creación de canales circulares y locales de gestión de residuos orgánicos en el área metropolitana de Burdeos.

¿Qué hace exactamente?

A lo largo de dos años, la asociación estableció una red para recoger y reciclar los excrementos de 30 participantes. Después de instalar un inodoro seco separado en el hogar, La Fumainerie recogía semanalmente las latas de orina y las cajas de heces en una bicicleta de carga, encargándose de su reciclaje con operadores locales especializados. Este experimento finalizó en 2022, y ofreció al municipio un punto de partida sobre el tema.



Inspirado por esta acción, ALOEN quiso involucrarse con el territorio y aprender sobre esta solución alternativa de saneamiento. La Agencia Local de Energía y Clima está particularmente interesada en este tema, ya que los departamentos de las autoridades locales suelen evitar implicarse en estas cuestiones, o trasladan la responsabilidad a otros departamentos. Los departamentos de Agua y Alcantarillado no están involucrados, ya que no hay agua en los inodoros secos, y como los excrementos no se consideran residuos, el Departamento de Residuos tampoco los gestiona. Sin embargo, la iniciativa podría reducir la demanda y los costos del tratamiento de agua, lo que ayudaría a disminuir las emisiones y demostraría el concepto de suficiencia. Además, la práctica contribuye al desarrollo de procesos circulares de gestión de residuos.

Algunas desventajas de los inodoros convencionales, que utilizan agua:

- Los inodoros que utilizan agua representan el 20% del consumo de agua de un hogar.
- Contaminación del agua por patógenos en las heces: 50 kg de materia fecal contaminan 55.000 litros de agua, los cuales deben ser depurados utilizando productos químicos y emitiendo gases de efecto invernadero.

ALOEN organizó dos conferencias en octubre de 2024 para comenzar a visibilizar este tema a nivel local y difundir la información correcta. Además, ALOEN ofreció formación en diciembre de 2024 para ayudar a individuos, empresas y autoridades locales a instalar y mantener inodoros secos.

Revitalización de habilidades de baja tecnología para la construcción: El Ecolab Kinship

El Ecolab Kinship fue desarrollado a través del Proyecto Kinship, un proyecto de arte público a largo plazo ubicado en Tramore Valley Park, financiado por el Fondo de Acción Climática Creativa. El Ayuntamiento de Cork, en colaboración con Lennon Taylor Artists, lidera el proyecto para desarrollar una comunidad capaz de responder a los desafíos ecológicos y climáticos de manera innovadora y creativa.

El Ecolab, inaugurado oficialmente en mayo de 2024, fue construido para resaltar la conexión entre el sector de la construcción y el medio natural. El sector de la construcción, además de ser uno de los más intensivos en el uso de la energía, contribuye también a la generación de residuos y la contaminación después de la vida útil de los materiales, y puede impactar en la calidad del agua, el aire, el suelo y el medio ambiente. Construido con tierra compactada, madera y juncos, todos obtenidos localmente, los materiales utilizados en el Ecolab fueron seleccionados por sus cualidades sostenibles y su capacidad de reutilización.

Tramore Valley Park es un vertedero restaurado transformado en un parque público con espacios para caminar, biodiversidad, actividades al aire libre y colaboración. El método de construcción del Ecolab, que utiliza capas de tierra compactada, es indicativo del vertedero compactado y refuerza el vínculo con su uso anterior. Además, el Ecolab está construido con vistas a un humedal rico en biodiversidad conocido como Carroll's Bog. El uso de juncos para el techo de paja refuerza aún más el vínculo con el vertedero y el cercano humedal.



Vista de Carroll's Bog desde el Ecolab Kinship

La estructura del Ecolab Kinship es completamente reciclable y está disponible para su uso como punto de encuentro para la ciudadanía, clubes comunitarios, talleres y eventos que promuevan la sostenibilidad. Crear espacios comunitarios para la colaboración innovadora y fomentar iniciativas creativas es fundamental para abordar los desafíos medioambientales como el cambio climático, la cultura lineal de "usar y tirar" y los problemas sociales. A través del Proyecto FEEL, el Ayuntamiento de Cork identificó el desarrollo de espacios comunitarios para la creatividad y la innovación, basándose en los aprendizajes obtenidos en el proyecto Hop Hop Hop de Besançon.

Visita de estudio a Bistrița: explorando las buenas prácticas locales frugales

Los edificios históricos son de gran importancia, ya que representan nuestro patrimonio cultural, identidad e individualidad. El Municipio de Bistrița reconoce esto y está apoyando acciones de la Fundación Petrus Italus, una Alianza por el Patrimonio de Bistrița, para mejorar estas comunidades y edificios mediante iniciativas como "Patios Culturales" y "Adopta una puerta histórica".

El 3 de octubre, el consorcio de FEEL tuvo la oportunidad de realizar una visita de estudio a la hermosa Bistrița, visitando la Iglesia Evangélica Fortificada de Vermeș, un edificio degradado pero de gran importancia arquitectónica que está siendo renovado gracias al proyecto "Ambulancia para Monumentos".

El proyecto es llevado a cabo por la Ambulancia para Monumentos de Bistrița - Nasaud y voluntarios de Petrus Italus, y tiene como objetivo salvar la iglesia fortificada de Vermeș del colapso y la degradación. El proyecto incluye intervenciones de emergencia realizadas por personas expertas voluntarias, estudiantes, personas aficionadas y artesanos capacitados, siempre con el apoyo de las comunidades

y autoridades locales. Es un buen ejemplo de intervención sostenible en las comunidades locales, integrando los recursos locales en el proceso, reutilizando materiales de construcción y mejorando la vida cultural de las comunidades locales. Todo esto, mientras se protege la valiosa arquitectura histórica del colapso y la degradación y se ofrece una oportunidad de aprendizaje sobre las habilidades tradicionales de construcción.

Las personas participantes también tuvieron la oportunidad de conocer la región de Transilvania visitando la Asociación Tășuleasa Social, ubicada en un paisaje montañoso en el condado de Bistrița-Năsăud. La asociación está dedicada a la naturaleza y el medio ambiente, promueve el voluntariado y el espíritu de comunidad, y cree que podemos cambiar las mentalidades a través de la educación. Tășuleasa Social se ha hecho conocida por sus actividades de reforestación y por sus proyectos medioambientales, sociales y culturales. "Via Transilvanica" es el último proyecto de la asociación, una iniciativa única, también conocida como "el camino que une". Es una espectacular ruta de senderismo a través de la naturaleza, que comienza en el norte del país y llega al sur, cruzando diez condados de Rumanía, a lo largo de más de 1.400 kilómetros. Es un viaje cultural que conecta las tradiciones e historias de diversas regiones, pero también las comunidades y personas involucradas en la protección del medio ambiente, los pueblos pintorescos, las iglesias antiguas y los monumentos históricos. El turista puede optar por caminar, andar en bicicleta o montar a caballo, realizando una ruta de pocos días o recorriendo toda la ruta. Los participantes en la visita de estudio descubrieron una pequeña parte del camino, lo que les permitió conocer una buena práctica en la que el cuidado del medio ambiente, la cultura y la participación social no pueden separarse.



El Consorcio FEEL se reúne en Bistrița para experimentar sus buenas prácticas (Aquí, en la Asociación Cultural Tășuleasa)

Soluciones basadas en la naturaleza y una visión para una Ciudad de Reciclaje en Frederikshavn

Mantener las áreas ricas en biodiversidad es un objetivo clave para el Municipio de Frederikshavn y su ciudadanía. Para ello, el municipio introdujo una solución basada en la naturaleza de baja tecnología para el mantenimiento de la vegetación. El uso de ganado y cabras tiene un impacto ambiental mucho menor en la región en comparación con la maquinaria pesada para el control de vegetación. Los agricultores de la zona pueden solicitar un pequeño rebaño y beneficiarse de los productos alimenticios generados por los animales. Esta práctica reduce la necesidad de maquinaria pesada en los ecosistemas vulnerables. Además, el



Nuestra socia líder mostrando la estrategia de involucración comunitaria para el Low tech Tour.

rebaño también ofrece fertilización natural, limitando el uso de productos químicos y fomentando un estilo de vida suficiente en la agricultura.

La buena práctica, junto con los aprendizajes adquiridos a través del compromiso con el proyecto FEEL, ha contribuido a las perspectivas de planificación urbana. Esta es una forma de crear un marco en el que la ciudadanía tenga las mejores condiciones para vivir su vida diaria sin necesidad de un uso innecesario de recursos. Derivado de la práctica está el concepto de un área empresarial sostenible de 1000m² llamada la Ciudad de Reciclaje. Inspirado por la estrategia de compromiso comunitario organizada por ALOEN en su Low-Tech Tour, el Municipio de Frederikshavn empleará los mismos principios cerca del área de la ciudad de reciclaje para involucrar a la ciudadanía. En esta línea, se espera incorporar varios principios sostenibles, de baja

tecnología y frugales. Esto incluye, p.ej., la posibilidad de transportarse en bicicleta desde varias aldeas hacia Frederikshavn, en lugar de usar el automóvil, y explorar la posibilidad de comunidades energéticas en las aldeas cercanas al área. El municipio sigue trabajando en la visión de la Ciudad de Reciclaje y en el instrumento político relacionado. La propuesta fue presentada al Consejo Municipal en diciembre de 2024.

Ecoaldea Torri Superiore: Construyendo Suficiencia a través de la Educación Pública

La antigua ecoaldea abandonada, Torri Superiore, ahora está completamente restaurada, es autosuficiente e invita a sus huéspedes a disfrutar de actividades recreativas gestionadas de manera sostenible. La ecoaldea ha sido financiada a través de fondos privados y públicos, así como de proyectos europeos (Erasmus+). Se emplearon pequeñas empresas locales para la renovación con el apoyo de miembros de la Asociación y residentes, y con las generosas contribuciones de grupos de voluntarios, incluyendo la ONG Legambiente y el Servicio Civil Internacional. La ecoaldea, miembro de RIVE (Red de Aldeas Ecológicas de Italia), es un ejemplo perfecto del concepto de "frugalidad y suficiencia", ya que se basa en conceptos alternativos de vivienda y vida, promoviendo un estilo de vida que ahorra recursos y que puede inspirar y motivar a muchas personas.



Vista frontal de la ecoaldea

La ecoaldea promueve el ecoturismo, así como cursos, encuentros, educación ambiental y suficiencia de recursos. También alberga una comunidad residencial que vive de manera sostenible con el menor impacto ambiental posible y de manera completamente autosuficiente (a través de la instalación de paneles solares). La ecoaldea redacta y presenta

proyectos ERASMUS+ para promover y ofrecer cursos de formación centrados en el arte y la cultura, y en la sostenibilidad. Ha impartido módulos sobre el método de formación "CLIPS - Incubadora de Aprendizaje Comunitario para la Sostenibilidad", y lecciones sobre la creación de pequeñas empresas y startups, gracias al proyecto de Economía Verde. Los objetivos de estas actividades están dirigidos a jóvenes de diferentes países europeos. Además, la ecoaldea representa un ejemplo perfecto de turismo sostenible, ya que promueve un concepto de turismo lento.

La ecoaldea ha incrementado el uso de acciones de baja tecnología y suficiencia para ahorrar recursos energéticos: por ejemplo, ha instalado paneles solares, ha utilizado piedra local, cal natural (para revestimientos y pinturas murales) y materiales aislantes naturales (corcho, fibras de coco). Además, ha instalado sistemas de calefacción de baja temperatura tanto en los alojamientos como en algunas viviendas privadas. Los habitantes producen alimentos locales gracias a huertos y jardines inspirados en los principios de la permacultura. De este modo, la ecoaldea es un ecosistema autosuficiente, también desde el punto de vista de la gestión: los habitantes toman sus decisiones basadas en el método de Consenso.

Para la Región de Liguria, la ecoaldea es una buena práctica, ya que ha promovido una restauración sostenible de sus espacios y áreas, promoviendo métodos eficientes y sostenibles para el ahorro de energía. La ecoaldea está gestionada por tres entidades: la Asociación Cultural Torri Superiore, la Cooperativa Social Comunitaria Ture Nirvane, y la comunidad residente.

La Oficina de l'Energia de València: Un Modelo para Impulsar la Transición Energética Local y el Impacto Comunitario

La Oficina de l'Energia de València, establecida en 2019 por la Fundación València Clima y Energía, sirve como un innovador punto de atención integral destinado a avanzar en la transición energética a nivel municipal. Este servicio público gratuito opera a través de cinco áreas clave de acción: explicar las facturas de energía, garantizar el derecho a la energía, promover el ahorro energético, fomentar la adopción de energías renovables y cultivar una cultura de transición energética. Está dirigido a un público diverso, incluyendo grupos vulnerables y personas pioneras.

Las actividades clave incluyen talleres sobre eficiencia energética, ahorro y autoconsumo renovable, así como iniciativas como programas de educación energética en las escuelas y la creación de comunidades energéticas. También están comenzando a desarrollarse actividades enfocadas en la promoción de la suficiencia y la baja tecnología con el apoyo del proyecto FEEL. La Oficina también produce un boletín mensual con consejos de ahorro energético y novedades. Un servicio itinerante amplía su alcance a áreas desatendidas.

La Oficina de l'Energia ha beneficiado significativamente a su comunidad; ha asesorado a más de 44.000 personas y ha realizado más de 500 talleres. El ahorro anual por usuario es de unos 200 € y 150 kWh, con usuarios vulnerables ahorrando hasta 400 €. De manera acumulada, la ciudad ahorra más de 800.000 kWh anuales.

Las instalaciones de paneles solares facilitadas por la Oficina contribuyen con una capacidad de 900 kW, produciendo 1.436.000 kWh/año y reduciendo las emisiones de CO₂ en 220.000 kg/año. El programa #MiCentroEnTransición, que involucra a 20 escuelas, ahorra hasta 12.500 kWh y 3.391 kg de CO₂ por escuela anualmente.

El modelo se ha expandido localmente con oficinas fijas y móviles adicionales y ha despertado el interés de otras ciudades europeas, con el apoyo de financiación de la UE. Las evaluaciones, incluidas las encuestas de satisfacción que puntúan un promedio de 4.8/5, subrayan su éxito y replicabilidad, convirtiéndolo en un referente para las prácticas de transición energética en toda Europa.



Atención a la ciudadanía en la Oficina de l'Energia

El Éxito de la Vivienda Asistida para Mujeres Mayores en Rybnik: Hora de seguir avanzando

Rybnik ha sido la primera ciudad en Polonia en implementar con éxito un modelo de *cohousing* creando viviendas asistidas para mujeres mayores que viven solas. Desde 2022, tres mujeres no relacionadas viven en un apartamento céntrico, obteniendo no solo un nuevo hogar, sino también apoyo en su vida diaria. El proyecto de vivienda asistida ha demostrado abordar los desafíos clave que enfrentan las personas mayores, como el aislamiento social, los altos costes de la vida y la falta de sensación de seguridad.

Las residentes destacan unánimemente que vivir en este modelo les ha permitido recuperar la alegría y el confort. "Estoy feliz aquí, tengo alguien con quien hablar y en quien confiar, y financieramente finalmente puedo respirar", comenta una de las inquilinas. Gracias a los costos de vida compartidos y al apoyo municipal, las mujeres pagan solo 253 PLN (aprox. 61€) al mes, mejorando significativamente su situación financiera. Además, trabajadores sociales y la comunidad local, incluidos los vecinos y los participantes del cercano Centro de Día Senior +, brindan asistencia adicional.

Reconociendo el éxito social y financiero de esta iniciativa, la ciudad planea expandir el programa. En el primer trimestre de 2025, se abrirá una nueva unidad de vivienda asistida en el distrito de Paruszowiec, esta vez para hombres. Dos hombres



Ciudadanas beneficiándose de las amistades construidas a través de la Vivienda compartida en Rybnik

mayores se mudarán a un apartamento adaptado a las necesidades de personas con discapacidad,

ubicado en un edificio rehabilitado. Al igual que en el caso de la vivienda para mujeres, el objetivo aquí no solo será reducir los costos de vida, sino también crear condiciones que fomenten la construcción de relaciones y la mejora de la calidad de vida.

Rybnik demuestra consistentemente que el modelo de *cohousing* representa el futuro del cuidado social en una sociedad envejecida. El proyecto para mujeres mayores ha recibido reconocimiento a nivel nacional, inspirando a otras ciudades a considerar soluciones similares. La apertura de la vivienda para hombres marca otro paso hacia el apoyo integral a las personas mayores.

Ocio Sostenible en Överkalix



La Biblioteca de Ocio de Överkalix (*Fritidsbanken*) está dando un ejemplo de sostenibilidad e inclusión. Al ofrecer acceso gratuito a equipos de segunda mano donados, reduce el impacto ambiental, ahorra dinero a las personas usuarias y asegura que todas las personas puedan disfrutar de un estilo de vida activo.

En 2023, 360 personas tomaron prestados 1.363 artículos, con cifras similares registradas en 2024. Popular entre residentes, visitantes y turistas, especialmente en invierno, la biblioteca reduce significativamente la necesidad de nuevas compras, disminuyendo el impacto ambiental de su fabricación.

"La Biblioteca de Ocio es una situación en la que todas las personas ganan: la gente ahorra dinero y, en particular, da a las niñas y niños la oportunidad de participar en actividades en igualdad de condiciones con familias con más recursos. Al mismo tiempo, ahorramos recursos y es genial ver a

tantas personas disfrutando de un estilo de vida activo", dice Anna-Lena Bjälmsjö, Jefa del mercado laboral e integración del Municipio de Överkalix.

Con artículos donados, un espacio de almacenamiento y un seguimiento básico, la iniciativa opera a un costo mínimo. *Fritidsbanken Överkalix* también ofrece orientación a las regiones que buscan replicar este modelo, demostrando cómo el ingenio y la colaboración pueden fomentar la sostenibilidad y el bienestar comunitario.



Comhairle Cathrach Chorcaí
Cork City Council



MUNICIPIUL
BISTRIȚA



Energikontor
Norr



ÖVERKALIX
KOMMUN



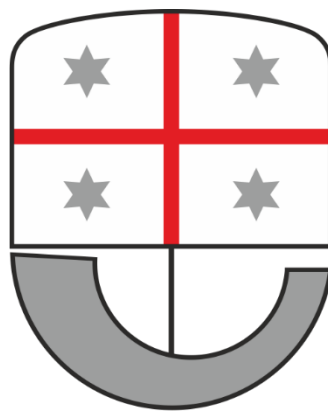
AJUNTAMENT
DE VALÈNCIA



València
Clima i Energia



ENERGYCITIES



REGIONE LIGURIA



MAE

Mazowiecka Agencja
Energetyczna

Contacto:

Socio Líder:

Lisa Croyere - 0033 (0) 297212938

Responsable de comunicaciones:

Patricia Tobin - frugalcitieseu@gmail.com

Secretariado del Proyecto:

Mariagiovanna Laudani



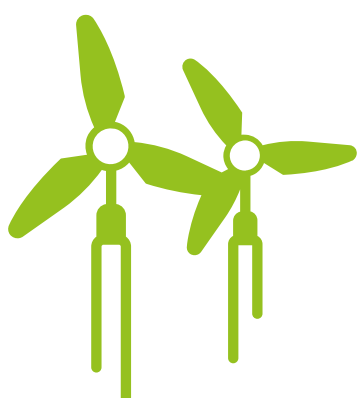
www.interregeurope.eu/feel



[FEEL Project EU \(@FrugalCitiesEu\) / Twitter](https://twitter.com/FrugalCitiesEu)



[FEEL Project EU | Facebook](https://www.facebook.com/FEELProjectEU)



Newsletter #4

**Interreg
Europe**



Co-funded by
the European Union

FEEL