

cities BEYOND GROWTH

CIUDADES MÁS ALLÁ DEL CRECIMIENTO

Manual educativo



Este es un documento conjuntamente realizado por las siguientes organizaciones europeas:

Transnational Institute (Países Bajos)

FUHEM (España)

Commons Network (Países Bajos)

Institut za Političku Ekologiju (Croacia)

Oikos (Bélgica)

NaZemi (República Checa)

Autoría: José Bellver Soroa y Martin Čech

Contribuciones de Rowan Mataram, Elze Vermaas, Sophie Bloemen, Jo Braun, Lana Pukanic y Vedran Horvat.

Declaración sobre el uso de IA: Este manual educativo se elaboró parcialmente con la ayuda de la herramienta de IA Claude, que se utilizó para combinar y estructurar los textos producidos por el equipo del proyecto (propuesta, cuestionarios, esquema del manual y notas de las sesiones). Todo el contenido generado por esta herramienta ha sido revisado, editado y validado por los autores. El autor principal es responsable de la calidad y la exactitud de la información proporciona

Ilustraciones para el logo y el glosario: Julie Sauerwein (www.littlestudio.ink)

Ilustraciones del curso online: Iva Jericevic

Maquetación: Cyan, Proyectos editoriales, S.A.

Edita: FUHEM Ecosocial
C/ O'Donnell 18, 5 izda, 28009 Madrid
Teléfono: (+34) 914310280
ecosocial@fuhem.es
<https://www.fuhem.es/ecosocial/>

ISSN: 979-13-87591-29-8

Depósito Legal: M-19112-2026

Madrid, julio de 2026



Cofinanciado por
la Unión Europea

Esta publicación ha sido realizada con el apoyo financiero de la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.



Licencia Creative Commons 4.0 Reconocimiento – No Comercial – Sin Obra Derivada (by-nc-nd)

Índice

INTRODUCCIÓN	5
Acerca de Cities Beyond Growth	5
A quién va dirigido este manual y cómo utilizarlo	6
Resumen del programa educativo	6
1. EL MARCO CONCEPTUAL DEL POSCRECIMIENTO	9
1.1. ¿Qué entendemos por «ciudades poscrecientistas»?	9
1.2. El marco conceptual del programa	11
1.3. Los seis ejes temáticos.	13
2. EL MÓDULO GENERAL. Curso en línea	17
2.1. Diseño y objetivos del módulo	17
2.2. Alcance, perfil de los participantes y diversidad	18
2.3. Contenidos de las sesiones.	19
2.4. Metodología docente: lo que funcionó y lo que no	23
2.5. Participación, implicación y el aula transnacional.	24
3. COMPETENCIAS ADQUIRIDAS Y APRENDIZAJE ENTRE IGUALES.	25
3.1. Competencias desarrolladas a través del programa.	25
3.2. Aprendizaje entre pares: el valor del aula transnacional.	27
3.3. Aplicabilidad más allá del aula	28
4. LECCIONES APRENDIDAS Y REFLEXIÓN CRÍTICA	31
4.1. Sobre el diseño del programa.	31
4.2. Sobre la pedagogía del poscrecimiento	32
4.3. Sobre la diversidad de los contextos europeos	33
5. LOS MÓDULOS ADAPTADOS A NIVEL LOCAL	35
5.1. Justificación y diseño de los módulos adaptados	35
5.2. Los seis módulos locales	36
5.3. Dinámicas entre múltiples partes interesadas: lecciones compartidas	39

6. RECOMENDACIONES PARA REPRODUCIR EL PROGRAMA	43
Anexo A. Glosario de conceptos clave	45
Anexo B. Bibliografía y recursos por módulo	49

INTRODUCCIÓN

Acerca de Cities Beyond Growth

Las ciudades se encuentran en el centro de la crisis climática y de la crisis ecológica en general, pero también tienen la oportunidad de situarse en el núcleo de sus soluciones. En ellas se concentran las emisiones de carbono, las desigualdades y las decisiones políticas que determinan la vida de millones de personas. Pero las ciudades son también el lugar donde las comunidades se organizan, donde las cooperativas construyen alternativas y donde los gobiernos locales pueden actuar, a menudo con mayor rapidez que los Estados nacionales. Son, en definitiva, el escenario más prometedor para un cambio transformador.

Este manual es el resultado de **Cities Beyond Growth** (Ciudades más allá del crecimiento), un proyecto transnacional financiado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea.¹ El proyecto reunió a seis organizaciones de la sociedad civil de cinco ciudades europeas —el Transnational Institute (TNI) y Commons Network de Ámsterdam (Países Bajos), Oikos de Gante (Bélgica), FUHEM de Madrid (España), NaZemi de Brno (Chequia) y el Institut za političku ekologiju (IPE) de Zagreb (Croacia)— en torno a una convicción compartida: que la transición hacia ciudades sostenibles y resilientes al cambio climático requiere no solo soluciones técnicas, sino un cambio fundamental en nuestra forma de entender la economía, el cuidado y la participación democrática.

El punto de partida del proyecto es que los modelos económicos orientados al crecimiento ya no son sostenibles —ni desde el punto de vista ecológico, ni social, ni político. Cualquier economía que aspire a proporcionar condiciones de vida dignas a las generaciones presentes y futuras debe operar dentro de los límites planetarios. Esto significa ir más allá del crecimiento como lógica organizadora del desarrollo urbano y avanzar hacia una **economía de poscrecimiento** basada en el bienestar, la suficiencia y la autodeterminación democrática.

El proyecto Cities Beyond Growth se centra en la dimensión educativa para fomentar el cambio necesario. Entre 2024 y 2026, el proyecto diseñó, probó y perfeccionó un programa educativo en dos partes —un curso general en línea y un módulo presencial adaptado a cada contexto local— impartido a aproximadamente 1.300 personas a nivel mundial y, posteriormente, en seis ciudades concretas. El objetivo no era solo generar conocimientos, sino diseñar procesos educativos que empoderaran directamente a las comunidades y a los representantes de los gobiernos locales para que se convirtieran en agentes de transiciones inclusivas y democráticas hacia una economía poscrecientista en sus propias ciudades.

¹ El nombre completo del proyecto es «Wellbeing for All: Building Climate Resilient Cities Together», aunque, por motivos promocionales, posteriormente se le cambió el nombre por «Cities Beyond Growth».

A quién va dirigido este manual y cómo utilizarlo

Este manual es un recurso práctico para cualquier persona que desee **comprender, replicar o adaptar el programa educativo *Cities Beyond Growth*** —o inspirarse en él para diseñar el suyo propio. Está dirigido a:

- **Educadores y formadores** de organizaciones de la sociedad civil, universidades y entornos de educación no formal que deseen impartir formación sobre las ciudades poscrecientistas
- **Activistas y organizadores comunitarios** que buscan un marco estructurado para movilizarse en torno a cuestiones como la vivienda, la alimentación, la energía, la movilidad, la tecnología, la democracia y los cuidados
- **ONG y redes** que deseen replicar este tipo de experiencia de aprendizaje transnacional y con múltiples partes interesadas en sus propios contextos

No es necesario ser un experto en economía del poscrecimiento para utilizar este manual. Está diseñado para ser accesible a un público amplio con distintos niveles de conocimientos previos, y para servir tanto de **documento de referencia** como de **guía práctica**.

El manual puede leerse de principio a fin o consultarse por secciones, según sus necesidades. La Parte I presenta el marco conceptual del programa. La Parte II describe en detalle el módulo general en línea: su diseño, contenido y metodología. Las Partes III y IV reflexionan sobre las habilidades desarrolladas a través del programa y las lecciones aprendidas. La Parte V presenta los seis módulos adaptados localmente, cada uno diseñado para una ciudad y un contexto específico de las partes interesadas. El manual concluye con recomendaciones concretas para su replicación (Parte VI), así como un glosario de conceptos clave (Anexo A) y un enlace a la bibliografía y los recursos por módulo (Anexo B).

Resumen del programa educativo

El programa educativo *Cities Beyond Growth* se estructuró en dos módulos complementarios, diseñados para llevar a los participantes de la comprensión conceptual a la acción local.

El **módulo general** se impartió como un curso en línea accesible para hasta 1.000 partes interesadas de toda Europa. Estructurado en torno a seis sesiones temáticas —Democracia y cuidados; Energía; Vivienda; Alimentación; Movilidad; Tecnología—, proporcionó un marco conceptual común para comprender las transiciones urbanas poscrecientistas, exploró ejemplos inspiradores de alternativas de toda Europa y fomentó el diálogo transfronterizo entre participantes con diversos orígenes y funciones. El curso se impartió en inglés (con interpretación simultánea al español y al checo) y contó con el apoyo de materiales preparatorios multilingües en español, checo, neerlandés y otros idiomas.

Los módulos locales/personalizados (por cada organización) fueron diseñados e implementados por cada una de las seis organizaciones asociadas. Estas cinco sesiones presenciales locales profundizaron en los retos y oportunidades específicos de cada ciudad, y un curso en línea se centró en la transición energética, reuniendo en todos los casos a grupos reducidos de entre 20 y 30 partes interesadas locales —representantes de la comunidad, funcionarios públicos, activistas y emprendedores/as sociales— para trabajar en estrategias de poscrecimiento relevantes para su contexto.

En conjunto, los dos módulos ofrecieron una **experiencia de aprendizaje con múltiples partes interesadas** que reunió deliberadamente a personas de diferentes sectores y procedencias: ONG y organizaciones comunitarias, funcionarios de la administración local, académicos/as, activistas, cooperativas y comunidades marginadas. Esta mezcla no fue casual: refleja la convicción fundamental de *Cities Beyond Growth* de que las transiciones poscrecentistas solo pueden tener éxito si se construyen de forma democrática, con la participación activa de quienes se ven más afectados por las desigualdades actuales. Las páginas siguientes recogen lo que se impartió, cómo se impartió y lo que se aprendió, para que otros puedan aprovechar esta experiencia y llevarla más allá.

1 EL MARCO CONCEPTUAL DEL POSCRECIMIENTO

1.1. ¿Qué entendemos por «ciudades poscrecientistas»?

Vivimos en economías articuladas en torno a un objetivo principal y primordial: el crecimiento. Durante décadas, los gobiernos de todo el mundo han considerado la expansión del PIB como su principal indicador de éxito, su promesa política fundamental y la lógica organizativa de las políticas públicas. Y, sin embargo, es imposible ignorar las consecuencias que esto ha tenido: una crisis climática que se acelera, una desigualdad cada vez mayor, la infravaloración sistemática de los cuidados y la vida comunitaria, y una brecha cada vez mayor entre la denominada «salud de las economías» y la experiencia real de las personas que viven en ellas. Sin embargo, el indicador del PIB nunca se diseñó como una medida del progreso social. Lo que refleja el PIB es el valor monetario de todos los bienes y servicios producidos en la economía. Esto no tiene en cuenta otras actividades esenciales para la vida, como el trabajo de cuidados no remunerado o el correcto funcionamiento de los ecosistemas. En cambio, incluye actividades que no son necesariamente positivas para las sociedades, lo que conduce a la contradictoria situación en la que el PIB aumenta cuando se producen vertidos de petróleo, deforestación e inundaciones, o cuando las fábricas despiden a trabajadores y los accionistas se embolsan los beneficios.

Detrás de estos fallos se esconde una **crisis ecosocial**: la convergencia de colapsos ecológicos, sociales y políticos que tienen su origen en el capitalismo. No se trata de una acumulación fortuita de problemas aislados. Las mismas estructuras, instituciones y relaciones de poder que impulsan la expansión constante de los flujos de materia y energía —transgrediendo los límites planetarios— exacerban al mismo tiempo las desigualdades en materia de ingresos, género y etnia. Quienes menos han contribuido a la concentración de los beneficios son quienes más sufren sus consecuencias. Ya se han traspasado siete de los nueve límites planetarios identificados por los científicos,² y el 10 % de los europeos con mayores ingresos genera más emisiones de gases de efecto invernadero que el 50 % más pobre en su conjunto.³ No se trata de fallos técnicos susceptibles de soluciones técnicas. Son tendencias estructurales de una economía dependiente del crecimiento.

El poscrecimiento es una respuesta a esta convergencia. Como afirma Katherine Trebeck, cofundadora de la Wellbeing Economy Alliance, la cuestión clave es cómo hacer que la economía sea «un facilitador del tipo de vida que la gente quiere llevar» —y del tipo de planeta que queremos dejar a las generaciones futuras—. Esto implica un cambio de rumbo: alejarse de la expansión infinita de la producción material y orientarse hacia el bienestar sostenido de las personas y del planeta. Según reveló un importante

2 PBScience (2025). *Planetary Health Check 2025*, Potsdam Institute for Climate Impact Research (PIK), Potsdam, Alemania.

3 Oxfam, «EU's richest 10% emit as much planet-heating emissions as half the EU's poorest population», comunicado de prensa, 20 de noviembre de 2023, disponible en: <https://www.oxfam.org/en/press-releases/eus-richest-10-emit-much-planet-heating-emissions-half-eus-poorest-population>

estudio reciente, esta idea cuenta con un apoyo público significativo.⁴ Significa decidir deliberadamente qué actividades económicas deben expandirse (cooperativas de energías renovables, sistemas alimentarios comunitarios, servicios públicos, cuidados) y cuáles deben reducirse (combustibles fósiles, especulación inmobiliaria, agricultura industrial, publicidad). Fundamentalmente, insiste en que esta transición debe ser justa: las épocas anteriores de transformación económica han concentrado repetidamente los costes en quienes ya se encontraban en situación de mayor desventaja debido al sistema existente, y el «poscrecimiento» se niega a repetir ese patrón.

Varios marcos conceptuales relacionados abordan el mismo terreno y se han utilizado a lo largo del curso. **El decrecimiento** se centra explícitamente en reducir los sectores más perjudiciales de la economía, al tiempo que invierte en lo que es vital para la vida humana, argumentando que los países de altos ingresos deben reducir su consumo global de energía y materiales como condición previa para la justicia, tanto dentro de las fronteras nacionales como más allá de ellas.⁵ **La economía del bienestar** sitúa el bienestar humano y ecológico en el centro de la medición y las políticas económicas, yendo más allá del PIB y preguntándose, en su lugar, si las necesidades de las personas se satisfacen dentro de los límites planetarios.⁶ **La economía del donut** le da a esto una forma espacial y visual, representando en un mapa hasta qué punto una ciudad o un país satisface simultáneamente las necesidades sociales de sus residentes —el anillo interior— y se mantiene dentro de los límites planetarios —el anillo exterior.⁷ **La economía de estado estacionario**, arraigada en la tradición de la economía ecológica, sostiene que la economía debe estabilizar su flujo de energía y materiales dentro de los límites regenerativos y asimilativos de los ecosistemas, logrando un desarrollo cualitativo sin expansión cuantitativa.⁸ No se trata de escuelas rivales, sino de perspectivas complementarias —un punto que subraya el hecho de que destacados académicos/as asociados a cada una de estas tradiciones sean coautores de una revisión histórica del campo del poscrecimiento.⁹ Los distintos socios del proyecto *Cities Beyond Growth* recurrieron a diferentes combinaciones en función de su contexto. Lo que comparten es la convicción de que el crecimiento no es sinónimo de progreso social, y de que diseñar explícitamente economías en torno al florecimiento humano y ecológico es tanto necesario como factible.

¿Por qué las ciudades? Las ciudades no son escenarios neutros en los que se desarrolla la economía del crecimiento, sino que se encuentran entre sus principales motores: son lugares de acumulación de capital global, donde se genera, se apropia y se concentra la riqueza, y donde se mantiene la infraestructura política y jurídica de la economía global.¹⁰ Las 1.000 ciudades más grandes del mundo representan

4 Krpan, D., Basso, F., Hickel, J. E., Kallis, G. (2025) Assessing public support for degrowth: survey-based experimental and predictive studies. *The Lancet Planetary Health*. Volume 0, Issue 0, 101326. [https://www.thelancet.com/journals/lanplh/article/PIIS2542-5196\(25\)00204-9/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanplh/article/PIIS2542-5196(25)00204-9/fulltext)

5 Hickel, J. (2020). *Less is More: How Degrowth Will Save the World*. Penguin Rand House. For a systematic introduction to the field of degrowth, see also: Nelson, A. (ed.) (2026). *Routledge Handbook of Degrowth*. Routledge, and Schmelzer, M., Vetter, A. & Vansintjan, A. (2022). *The Future is Degrowth: A Guide to a World Beyond Capitalism*. Verso.

6 Jackson, T. (2016). *Prosperity without Growth*. Routledge, 2ª ed.; Trebeck, K. & Williams, J. (2019). *The Economics of Arrival*. Policy Press.

7 Raworth, K. (2017). *Doughnut Economics: Seven Ways to Think Like a 21st-Century Economist*. Chelsea Green Publishing.

8 Dietz, R. & O'Neill, D.W. (2013). *Enough Is Enough: Building a Sustainable Economy in a World of Finite Resources*. Routledge; Para el marco teórico fundamental, véase también: Daly, H.E. & Farley, J. (2011). *Ecological Economics: Principles and Applications*. Island Press (2nd ed.).

9 Kallis, G., Hickel, J., O'Neill, D.W., Jackson, T., Victor, P.A., Raworth, K., Schor, J.B. & Steinberger, J.K. (2025). Post-growth: the science of wellbeing within planetary boundaries. *The Lancet Planetary Health*. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(24\)00310-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(24)00310-3)

10 Savini, F., Ferreira, A. & von Schönfeld, K.C. (2022). *Post-Growth Planning: Cities Beyond the Market Economy*. Routledge.

más del 60 % del PIB mundial.¹¹ También concentran los daños: las ciudades son responsables de aproximadamente el 70 % de las emisiones globales de CO₂, y en ellas se experimentan de forma más densa y tangible las externalidades del capitalismo impulsado por el crecimiento —contaminación, desigualdad, segregación espacial, exceso de trabajo y los impactos amplificados de fenómenos climáticos extremos, como olas de calor e inundaciones.¹² Al mismo tiempo, las ciudades ofrecen algo insustituible: la proximidad. Las personas viven cerca unas de otras, cerca de las instituciones locales y cerca de la toma de decisiones políticas. Esto las convierte en un terreno excepcionalmente fértil para la experimentación poscrecientista —para cooperativas de vivienda, comunidades energéticas, huertos comunitarios, sistemas de movilidad compartida, presupuestos participativos y muchas otras prácticas que pueden hacer tangible una lógica económica alternativa en la vida cotidiana.

1.2. El marco conceptual del programa

El curso *Cities Beyond Growth* se diseñó en torno a un marco conceptual en capas, en lugar de a una única teoría. Cuatro perspectivas analíticas interconectadas atravesaron el programa en su conjunto y proporcionaron el vocabulario común a lo largo de sus seis sesiones temáticas.

Las tres líneas de fractura del capitalismo: la naturaleza, el cuidado y la democracia

Para enmarcar la naturaleza sistémica del desafío, la sesión inaugural se basó en la obra de la filósofa política Nancy Fraser, quien sostiene que el sistema capitalista no se limita a operar dentro de la sociedad, sino que devora activamente las condiciones que hacen posible la vida social.¹³ Explota el medio ambiente natural como un recurso gratuito y un vertedero de residuos, sin reponerlo. Se beneficia del trabajo remunerado, pero también del trabajo no remunerado —principalmente el trabajo de cuidados—, realizado históricamente de forma desproporcionada por mujeres y que reproduce la fuerza de trabajo: alimentar a las personas, criar a los niños, sostener las comunidades. Depende de las instituciones públicas y los sistemas jurídicos, al tiempo que busca socavarlos mediante el cabildeo, la evasión fiscal y la captura regulatoria. No se trata de fallos fortuitos, sino de tendencias estructurales inherentes al funcionamiento de las economías dependientes del crecimiento.

Lo que hace que este enfoque resulte especialmente relevante para el curso es la descripción que hace Fraser de la «**pobreza de tiempo**»: el agotamiento crónico provocado por una economía que exige cada vez más a los trabajadores, al tiempo que recorta la financiación de la infraestructura social que antes amortiguaba la vida cotidiana. La crisis social se manifiesta, en sus propias palabras, como un sistema que agota las energías necesarias para cuidar de las familias, mantener los hogares, sostener las comunidades, cultivar las amistades, construir redes políticas y forjar solidaridades. No se trata meramente de un problema de calidad de vida. Es una barrera estructural para los bienes comunes, para una participación democrática, y para cualquier transición poscrecientista: las cooperativas energéticas requieren tiempo de voluntariado; los presupuestos participativos requieren compromiso cívico; los huertos

¹¹ <https://www.oxfordeconomics.com/global-cities-index/>

¹² Seto, K.C., Churkina, G., Hsu, A., et al. (2022). Chapter 8: Urban Systems and Other Settlements. en: IPCC, *Climate Change 2022: Mitigation of Climate Change*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781009157926.010>

¹³ Fraser, N. (2023). *Cannibal Capitalism: How our System is Devouring Democracy, Care, and the Planet and What We Can Do About It*. Verso.

comunitarios requieren mantenimiento colectivo. Una sociedad en la que las personas están agotadas por el exceso de trabajo y la precariedad económica es una sociedad en la que los bienes comunes no pueden prosperar.

Este marco también ayudó a poner de manifiesto las conexiones entre sesiones que, de otro modo, podrían parecer problemas sectoriales aislados. La crisis de la vivienda, la crisis del sistema alimentario, la crisis de la pobreza energética, el déficit democrático... todas ellas son manifestaciones relacionadas de la misma dinámica subyacente: la subordinación de las necesidades humanas y la integridad ecológica a la lógica de la acumulación de capital.

Más allá de los marcos institucionales centrados en el mercado

Teniendo en cuenta que los bienes y servicios pueden organizarse principalmente a través de tres instituciones —el **Estado** (prestación pública, rendición de cuentas democrática, redistribución), el **mercado** (competencia, señales de precios, propiedad privada) y los **bienes comunes** (autoorganización colectiva, gobernanza compartida, propiedad comunitaria)—, las ciudades capitalistas contemporáneas están fuertemente sesgadas hacia el mercado, y el Estado suele actuar más como facilitador de la acumulación privada que como garante del bienestar público. Los bienes comunes —históricamente reprimidos mediante procesos de cercamiento, marginados legalmente, pero persistentemente presentes— representan el tercer sector institucional que las ciudades poscrecientistas deberían cultivar activamente, ya sea a través de la organización comunitaria autónoma, mediante políticas que reorienten la acción estatal hacia el bienestar social, o mediante una combinación de ambas.

Los bienes comunes son procesos autogestionados y liderados por la comunidad para gobernar los recursos y las relaciones. La “comunalización” (*commoning*) —la práctica continua del uso colectivo, la gobernanza y la construcción de comunidad— ofrece una forma postcapitalista de organización que se aleja del pensamiento lineal y el individualismo, para orientarse hacia los ecosistemas y las relaciones. Los seis ejemplos sectoriales del curso —cooperativas de vivienda, comunidades energéticas, consejos de política alimentaria, presupuestos participativos, bienes comunes digitales y asociaciones ciclistas— pueden entenderse, cada uno de ellos, como experimentos para reconstruir ese equilibrio institucional y para demostrar que las necesidades básicas pueden satisfacerse mediante formas de gobernanza que prioricen el valor de uso sobre el valor de cambio.

Lo importante es que las ciudades se alejen de la suposición por defecto de que los mercados satisfarán las necesidades básicas de manera eficiente y equitativa —una suposición que la evidencia refuta sistemáticamente— y se orienten hacia un diseño institucional deliberado que se base en los tres modos. Esto significa no solo cultivar los bienes comunes desde abajo, sino también reorientar la acción del Estado: redirigir la inversión pública, la regulación y la contratación pública, alejándolas de la facilitación del mercado y orientándolas hacia el apoyo activo a la provisión colectiva y pública. Un elemento central de este reequilibrio es la práctica de **la desmercantilización**: sacar las necesidades básicas de la lógica de mercado y garantizar su provisión a través de instituciones públicas o colectivas. La desmercantilización contrarresta la expansión continua de la forma mercantil —la conversión de entidades que antes eran gratuitas o sin ánimo de lucro (cuidados, agua, energía, vivienda, datos) en mercancías de mercado—. Cuando el único objetivo de la provisión es el beneficio, la calidad disminuye, el acceso se vuelve desigual y se explota a las personas trabajadoras. En las ciudades, la desmercantilización puede estar impulsada por numerosos actores —cooperativas, comunidades,

ayuntamientos, organizaciones sin ánimo de lucro— y la acción estatal, cuando se reorienta hacia el bienestar social, es uno de sus facilitadores más poderosos. Ya está ocurriendo en los seis ámbitos analizados en el curso y constituye una de las expresiones prácticas más directas del pensamiento poscrecientista en la vida urbana.

Metabolismo urbano

A lo largo de la mayoría de las sesiones se abordó el concepto de **metabolismo urbano**: la idea de que las ciudades funcionan como sistemas integrados en flujos de energía, alimentos, agua, materiales y residuos que se extienden mucho más allá de los límites de la ciudad. Si se considera a las ciudades como organismos vivos, su metabolismo implica intercambios biofísicos con la naturaleza —principalmente con las zonas rurales, que proporcionan materiales y energía esenciales y absorben sus residuos. Estos flujos no son meramente técnicos: son políticos. Quién los controla, cómo se gestionan, quién se beneficia y quién asume los costes —incluso en el Sur Global— son cuestiones de poder tanto como de planeamiento. Un enfoque poscrecientista del metabolismo urbano no solo se pregunta cómo hacer que estos flujos sean más eficientes, sino también cómo hacerlos más justos, más locales, más democráticos y más ajustados a los límites ecológicos.

Suficiencia

Estrechamente relacionado con ello está el principio de **suficiencia**: la idea de que el objetivo de las políticas no es maximizar la producción y el consumo, sino garantizar *lo suficiente*: suficiente energía para mantenerse caliente, suficiente comida para alimentarse bien, suficiente vivienda para vivir con dignidad, suficiente tiempo para cuidarnos unos a otros. La sesión sobre energía estableció aquí una distinción clave: la eficiencia energética se centra en reducir la demanda individual, mientras que la suficiencia energética se centra en la reducción de la demanda a nivel de todo el sistema, preguntándose si el volumen total de energía que requiere la economía es compatible con los límites planetarios. Esta distinción se aplica a todos los sectores: una perspectiva de suficiencia plantea la pregunta previa de cuánto es suficiente y para quién.

La suficiencia no significa austeridad ni privación. Para la mayoría de la población de las ciudades europeas, una economía de la suficiencia significaría más —más seguridad, más tiempo, más conexión— y no menos. Son los estratos superiores de consumo los que deben reducirse. En este sentido, una **definición técnica** de una intervención en clave de poscrecimiento es aquella que ralentiza, reduce y reconstituye los flujos materiales de la urbanización; una **definición política** se centra en las políticas anticapitalistas o poscapitalistas necesarias para alcanzar ese objetivo. Ambas dimensiones son necesarias, y el curso abordó deliberadamente ambas a lo largo de todo el programa.

1.3. Los seis ejes temáticos

Una de las decisiones pedagógicas centrales del curso *Cities Beyond Growth* fue organizar su contenido en torno a seis necesidades humanas básicas y/o sectores críticos —democracia y cuidados, energía, vivienda, alimentación, movilidad y tecnología— en lugar de basarse en una teoría económica abstracta. Esta estructura sectorial fue deliberada y resultó eficaz en la práctica por varias razones.

En primer lugar, proporcionó a los participantes —independientemente de su trayectoria o ámbito de trabajo principal— un punto de partida a través de un ámbito que ya conocían y que les interesaba, antes de invitarlos a ver sus conexiones con los demás. Un activista que trabajaba en cooperativas de vivienda podía reconocer cómo el movimiento de los bienes comunes energéticos se enfrentaba a retos análogos y había desarrollado soluciones similares. Un funcionario responsable de la adquisición de alimentos podía ver la relevancia de los mecanismos de democracia participativa desarrollados en el contexto de la movilidad urbana. El curso fomentó el pensamiento sistémico de forma gradual, partiendo de lo concreto y familiar en lugar de lo abstracto y general. En segundo lugar, el enfoque sectorial evitó la autoselección que a menudo limita la formación sobre el poscrecimiento: en lugar de atraer únicamente a participantes que ya se identificaran con la etiqueta, atrajo a personas a través de su preocupación específica —vivienda, alimentación, movilidad, derechos digitales— y amplió esa preocupación a un marco más amplio.

A lo largo de las sesiones surgieron varios **patrones transversales** que ponen de manifiesto la coherencia de la agenda urbana poscrecientista en su conjunto:

- **Los límites del tecnosolucionismo**

Varias sesiones coincidieron en criticar aquellas soluciones que persiguen la eficiencia y la sustitución tecnológica sin cuestionar la magnitud subyacente de la demanda. La sesión sobre energía fue la que lo dejó más claro: la expansión mundial de las energías renovables ha servido, en gran medida, para alimentar un consumo energético cada vez mayor, en lugar de sustituir a los combustibles fósiles, ya que la búsqueda de beneficios inherente a los mercados energéticos privados elimina el incentivo para reducir la demanda. La misma lógica —la de construir más (viviendas, carreteras, etc.) sin abordar la distribución del acceso y la gobernanza del suministro— fue cuestionado en las sesiones sobre vivienda y movilidad. El poscrecimiento no es antitecnológico, pero insiste en que el diseño, la propiedad y la gobernanza de la tecnología importan tanto como la propia tecnología.

- **Interacción productiva entre los enfoques de abajo arriba y de arriba abajo**

En todas las sesiones, los ejemplos más transformadores fueron aquellos en los que las iniciativas de base y los marcos políticos propicios se habían desarrollado conjuntamente, haciéndose mutuamente posibles. Por ejemplo, las cooperativas sociales italianas surgieron de la organización comunitaria y posteriormente fueron reconocidas legalmente y respaldadas por el Estado. La tradición centenaria de vivienda social de Viena se originó en un período de política municipal radical y se ha mantenido gracias al diseño institucional. El acuerdo de poscrecimiento de Girona conecta formalmente a la sociedad civil, el mundo académico y el ayuntamiento en torno a una agenda compartida. Ni la experimentación de abajo arriba ni la reforma de arriba abajo son suficientes por sí solas: la ciudad poscrecientista requiere ambas, trabajando en una relación deliberada y sostenida.

- **Las cooperativas como elemento fundamental**

En todas las sesiones —comunidades energéticas (p. ej., REScoop, Carbon Coop), cooperativas de vivienda (p. ej., Miethäuser Syndikat, La Borda), cooperativas alimentarias (p. ej., La Osa, La Louve), cooperativas de movilidad (p. ej., Som Mobilitat), cooperativas digitales y otras— las cooperativas se perfilaron como una forma institucional fundamental de la ciudad poscrecientista. Son estructuralmente democráticas (p. ej., un miembro, un voto), dan prioridad al valor de uso frente al valor de cambio, reinvierten

los excedentes en la comunidad en lugar de extraerlos, y desarrollan la capacidad colectiva y la resiliencia. Tal y como argumentó Chris Vrettos, de REScoop, durante el curso —basándose en investigaciones sobre la capacidad transformadora de las comunidades energéticas de toda Europa en materia de decrecimiento—, hay cinco elementos que hacen que cualquier iniciativa esté genuinamente alineada con el poscrecimiento: la educación; el desarrollo de competencias; la transformación de los flujos de recursos hacia la suficiencia; la gobernanza democrática; y la creación de redes estratégicas para el cambio sistémico —un marco que resonó en los seis ámbitos.

- **La redistribución del tiempo como horizonte transformador**

A lo largo de las sesiones, la cuestión del tiempo surgió no solo como una barrera, sino como uno de los principios rectores más recurrentes del curso: que una ciudad poscrecientista requiere, ante todo, personas con tiempo. Tiempo para organizar cooperativas energéticas y sindicatos de inquilinos, para cocinar y participar en la gobernanza alimentaria comunitaria, para asistir a consultas sobre ciclismo, para cuidar de los demás, para participar en la vida democrática. La redistribución del tiempo de trabajo —reducir las horas que exige la economía y devolverlas a las personas, las comunidades y los bienes comunes— se presentó como una de las palancas políticas más directas de las que disponen las ciudades. La prueba de la semana laboral de cuatro días en Valencia (España), que redujo el estrés, mejoró la salud, aumentó el tiempo dedicado al cuidado de las personas y a la vida cívica, y benefició sobre todo a los niños, no se presentó como un experimento marginal, sino como una prueba de que esta redistribución ya está en marcha y es políticamente factible. Una ciudad poscrecientista no puede ser construida por personas agotadas, pero, más aún, solo puede construirse cuando las personas tienen el tiempo y la energía para construirla juntas.

La tabla siguiente resume los seis ejes temáticos del programa y las organizaciones asociadas responsables de cada sesión:

Tema	Socio
Democracia y cuidados	Oikos
Energía	TNI
Vivienda	NaZemi
Alimentación	FUHEM
Movilidad urbana	IPE
Tecnología democrática	Commons Network

En conjunto, estos seis ámbitos no agotan la agenda del poscrecimiento, pero abarcan los flujos fundamentales y de gran importancia material de la economía urbana, así como las dimensiones de la vida cotidiana más directamente condicionadas por la organización económica. Además, están profundamente interconectados: una ciudad que descarboniza su sistema energético pero deja la alimentación, la vivienda y la movilidad a merced de la lógica de mercado no ha transformado su metabolismo; una ciudad que introduce la democracia participativa pero mantiene intacta la forma mercantil de sus servicios básicos no ha transformado su política. La ambición del urbanismo poscrecientista es sistémica, y la estructura de este programa educativo se diseñó para que ese carácter sistémico se percibiera y se comprendiera, ámbito por ámbito. Asimismo, se seleccionaron ejemplos prefigurativos sectoriales de poscrecimiento para las secciones ascendentes y descendentes de cada seminario web con el fin de

expresar valores y principios clave del poscrecimiento, como la necesidad de la acción colectiva o el principio de la extracción restringida o limitada de beneficios.

El poscrecimiento, tal y como subrayó Federico Savini en la introducción del curso (sesión 0), no es un proyecto minoritario: es una política de «más para muchos» y una política de «menos para unos pocos». El curso se diseñó con ese espíritu, y este manual recoge los resultados obtenidos.

2

EL MÓDULO GENERAL

Curso en línea

2.1. Diseño y objetivos del módulo

El módulo general del programa educativo del proyecto se diseñó como un curso en línea de seis semanas, titulado «*Cities Beyond Growth*», y estuvo abierto a participantes de toda Europa y más allá. Su objetivo principal era proporcionar un vocabulario conceptual compartido para comprender las transiciones urbanas poscrecientistas, presentar ejemplos inspiradores de alternativas procedentes de diferentes ciudades europeas (aunque no solo de ellas) y fomentar un diálogo transfronterizo sostenido entre personas con diversos antecedentes y funciones profesionales.

El curso fue coordinado conjuntamente por las seis organizaciones asociadas al proyecto y se impartió en Moodle, una plataforma de aprendizaje electrónico de código abierto que sirvió como columna vertebral digital del programa. Cada semana, una organización asociada diferente asumía el liderazgo: diseñaba el contenido, seleccionaba e informaba a los ponentes, moderaba el seminario web en directo y moderaba el foro de Moodle en los días previos y posteriores a la sesión. Esta estructura rotativa permitió a los participantes conocer la cultura de trabajo y los conocimientos locales de seis organizaciones de la sociedad civil diferentes y garantizó que ninguna perspectiva institucional dominara el marco general del curso; no obstante, todas las aportaciones de cada organización fueron sometidas a revisión por pares.

CARE + DEMOCRACY

URBAN MOBILITY

DIGITAL

HOUSING

ENERGY

FOOD

cities BEYOND GROWTH

**Cities Beyond Growth:
A Free Six-Week Online Course**

How can we design thriving cities that prioritise wellbeing and prosperity for all over economic growth for a few?

Every Wednesday from 8th October – 12th November | 3:30 – 5:00 PM CET

Commons Network, tni, fuhem, iie INSTITUTE FOR POLITICAL ECOLOGY, Oikos, NAZEMI

Las sesiones en directo se celebraban semanalmente a través de Zoom, con una duración aproximada de noventa minutos, e iban seguidas de salas de debate multilingües en las que los participantes podían continuar el debate en grupos más reducidos en su idioma preferido. Todas las sesiones contaban con interpretación simultánea al español y al checo. Los materiales de la plataforma Moodle —lecturas principales, recursos adicionales, vídeos y podcasts— estaban disponibles en varios idiomas, principalmente inglés, español, checo y neerlandés, lo que reflejaba la diversidad lingüística del grupo de participantes.

Una de las decisiones de diseño más trascendentales fue la elección de una **estructura sectorial**: en lugar de organizar el curso en torno a una teoría económica abstracta o al concepto de «poscrecimiento» como tal, cada sesión se centró en una necesidad o un sector fundamental: democracia y cuidados, energía, vivienda, alimentación, movilidad urbana y tecnología democrática. Este enfoque evitó la auto-selección que a menudo limita la educación sobre el poscrecimiento, en la que los eventos atraen principalmente a quienes ya se identifican con esa etiqueta. Al acceder a través de un ámbito específico —la vivienda para un sindicato de inquilinos, la alimentación para un profesional de la agricultura urbana, la energía para un miembro de una cooperativa comunitaria—, los participantes se encontraron con el marco más amplio a través de algo que ya tenía sentido para ellos. Desde nuestro punto de vista, la estructura sectorial funcionó bien precisamente porque evitó una introducción excesivamente abstracta y permitió que las conexiones sistémicas surgieran de forma orgánica a lo largo de las semanas.

2.2. Alcance, perfil de los participantes y diversidad

El curso atrajo a más de 1.700 participantes inscritos procedentes de más de 100 países. Esta magnitud fue notable para un programa educativo impulsado por la sociedad civil y reflejó tanto el creciente interés por las ideas del poscrecimiento como la capacidad de organización de las seis organizaciones asociadas y sus redes.

Los participantes procedían de una amplia variedad de ámbitos profesionales y cívicos: personal de ONG, académicos/as, funcionarios de la administración local, organizadores comunitarios, miembros de cooperativas, activistas, educadores y defensores de políticas. Esta diversidad profesional se cultivó deliberadamente a través de la estrategia de divulgación de cada organización asociada, y configuró el carácter de los debates de una forma que los entornos puramente académicos o puramente activistas rara vez logran. Un funcionario público y un organizador de inquilinos que abordan la misma cuestión sobre la desmercantilización de la vivienda aportan a la conversación diferentes limitaciones, diferentes conocimientos, diferentes contextos geográficos y diferentes intereses en juego, y el curso se enriqueció al contar con ambos en la sala.

Los participantes procedían principalmente de numerosos países europeos (al menos el 70 % de los participantes), con una notable representación de España, Chequia, los Países Bajos y Bélgica, pero también incluían una importante representación de participantes tanto de América del Sur como de América del Norte (alrededor del 4 % en cada caso), así como de otras partes del mundo, como quedó patente en los debates que se basaron en ejemplos de Indonesia, México, Grecia y Australia. Esta dispersión geográfica requirió una adaptación deliberada: la plataforma Moodle ofrecía materiales en varios idiomas para cada sesión, y las salas de trabajo en grupo posteriores a los seminarios web se organizaron por idiomas —inglés, español, checo, francés, alemán y neerlandés— para garantizar que los participantes menos familiarizados con el inglés pudieran participar plenamente. Se proporcionó interpretación simultánea durante todos los seminarios web.

Los conocimientos previos sobre los conceptos del «poscrecimiento» variaban considerablemente entre los participantes, tal y como pudimos comprobar mediante cuestionarios realizados antes del curso. Mientras que algunos llegaban con un profundo conocimiento de los marcos teóricos, otros se acercaban a ellos por primera vez, lo que dificultaba enormemente ajustar la profundidad del contenido a todos los niveles de forma simultánea. Esta heterogeneidad se abordó mediante un enfoque deliberadamente por niveles en los materiales: lecturas básicas accesibles para los principiantes, junto con recursos adicionales para quienes deseaban profundizar, que abarcaban diferentes formatos —artículos, vídeos, podcasts— y varios idiomas. Además, se publicó un glosario con términos clave en la plataforma Moodle del curso para establecer una comprensión común del vocabulario entre todos los participantes. El objetivo era ofrecer **múltiples puntos de acceso** para que los participantes pudieran participar en función de su propia formación e interés, en lugar de quedarse atrás o no encontrar un desafío suficiente.

2.3. Contenidos de las sesiones

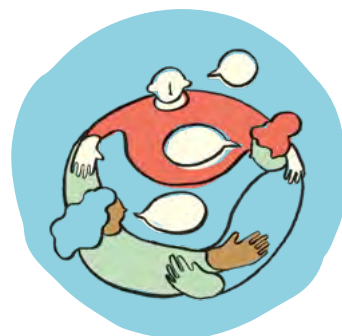
Sesión 0: Introducción al poscrecimiento urbano

Antes de que comenzaran las seis sesiones temáticas, se invitó a los participantes a asistir a una sesión introductoria diseñada para sentar las bases conceptuales del curso. A diferencia de los seminarios web semanales, la Sesión 0 se impartió íntegramente a través de un vídeo pregrabado y un glosario alojado en Moodle, lo que permitió a los participantes llegar a la primera sesión en directo con una base común de conocimientos.

El elemento central fue un breve vídeo estructurado en torno a entrevistas con tres académicos/as cuyo trabajo sustenta la agenda urbana del poscrecimiento. Katherine Trebeck, cofundadora de la Wellbeing Economy Alliance, presentó el argumento central a favor de reorientar las economías hacia el florecimiento humano en lugar de hacia la expansión material. Federico Savini, profesor asociado de Planificación Medioambiental en la Universidad de Ámsterdam y fundador de la Post-Growth Cities Coalition, explicó por qué las ciudades no son escenarios neutrales para la economía del crecimiento, sino que se encuentran entre sus principales motores —y por qué son también los lugares más prometedores para la transformación—. Imogen Hamilton-Jones, investigadora de políticas en LSE Cities, ofreció una perspectiva crítica sobre el PIB como medida del progreso y sobre la proximidad y la densidad cívica que convierten a las ciudades en un terreno especialmente fértil para la experimentación poscrecientista. En conjunto, las tres entrevistas abordaron dos cuestiones fundamentales que el resto del curso exploraría en profundidad por sectores: ¿qué significa el poscrecimiento y por qué es importante a escala urbana? Un glosario complementario presentó los conceptos clave —crisis ecosocial, suficiencia, desmercantilización, bienes comunes...— que se repetirían a lo largo de las seis sesiones (Anexo I).

Sesión 1: Democracia y cuidado

La sesión inaugural, organizada por **Oikos**, marcó la pauta conceptual de todo el curso. En ella se presentó la relación estructural entre el capitalismo y las crisis de la naturaleza, el cuidado y la democracia, estableciendo así el hilo conductor que se mantendría a lo largo de todas las sesiones posteriores. Dos ponentes invitados profundizaron en aspectos e específicos de este marco. La profesora Vera Zamagni,



de la Universidad de Bolonia, presentó el modelo italiano de cooperativas sociales como ejemplo de cuidado organizado colectivamente, incluso a través de la forma legalmente reconocida en la que los beneficiarios participan en la gobernanza. Éric Piolle, alcalde de Grenoble, describió la infraestructura de democracia participativa de la ciudad: un sistema de seis mecanismos que incluye presupuestos participativos, derecho de la ciudadanía a plantear preguntas, consejos ciudadanos independientes, casas de vecinos y un proceso de visión a largo plazo (Grenoble 2040). La sesión también presentó la prueba de la semana laboral de cuatro días en Valencia (España) como una herramienta política para abordar la falta de tiempo y crear espacio para el cuidado y la vida cívica.

El debate posterior exploró la tensión entre la iniciativa ciudadana y la responsabilidad institucional —cuánto se puede exigir a los voluntarios y qué debe garantizar el Estado—, así como la forma en que las ciudades progresistas pueden colaborar con gobiernos nacionales menos alineados, una cuestión que tuvo especial resonancia entre los participantes de países con administraciones nacionales rígidas.

Sesión 2: Energía

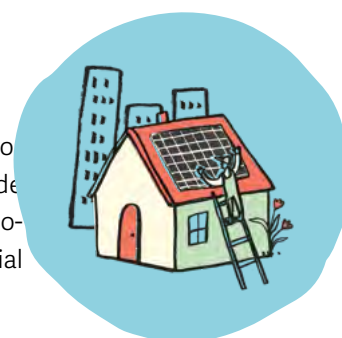
Organizada por el **Transnational Institute**, la sesión sobre energía situó el curso en el marco del debate global sobre la transición energética, al tiempo que cuestionaba su enfoque dominante. La sesión se inició argumentando que la expansión de las energías renovables ha servido en gran medida para alimentar un consumo cada vez mayor, en lugar de sustituir a los combustibles fósiles, ya que los mercados energéticos, impulsados por el lucro, eliminan el incentivo para reducir la demanda —una crítica que aplicaba directamente la lógica de la suficiencia introducida en la sesión anterior. A continuación, dos profesionales fundamentaron el argumento con ejemplos concretos. Ellie Radcliffe, de Carbon Coop, describió su trabajo en Mánchester, donde la colaboración entre los actores municipales y los miembros de la comunidad ha buscado democratizar las transiciones energéticas y mejorar la eficiencia energética de los hogares. Chris Vrettos, de REScoop, presentó el movimiento cooperativo energético europeo, argumentando que las comunidades energéticas —a través de su gobernanza democrática, su orientación hacia la suficiencia y la creación de redes estratégicas— constituyen auténticos vehículos para la transformación poscrecientista.



El debate posterior abordó una cuestión que se mantuvo presente a lo largo de todo el curso: ¿la prioridad es ampliar la producción de energía renovable o reducir la demanda energética en su conjunto? Los participantes procedentes de contextos con una infraestructura de red deficiente o con pobreza energética extrema aportaron perspectivas importantes sobre la desigualdad global de los argumentos a favor de la suficiencia, que dan por sentado un acceso adecuado como punto de partida. Esto dio lugar a un debate más amplio sobre la equidad en las transiciones energéticas y las complejidades de garantizar el acceso a la energía al tiempo que se reduce la demanda.

Sesión 3: Vivienda

La sesión sobre vivienda, organizada por **NaZemi**, abordó uno de los temas con mayor carga política del curso: la crisis mundial de la vivienda y la creencia generalizada de que la solución pasa por construir más. Petr Kodenko Kubala, del Instituto de Sociología de la Academia Checa de Ciencias, presentó una crítica medioambiental y social



del enfoque dominante, argumentando que la crisis de la vivienda es, fundamentalmente, una crisis de mercantilización y financiarización, y no de oferta. Dos ponentes invitados expusieron vías alternativas. Steph Collins, de CATU (el sindicato irlandés de inquilinos), describió el trabajo de organización de base de los inquilinos como un medio para generar poder político entre las personas más afectadas por la precariedad de la vivienda. Gerlinde Gutheil-Knopp-Kirchwald, de la Federación Austriaca de Asociaciones de Vivienda sin Ánimo de Lucro, presentó un modelo institucional centenario que gestiona un millón de viviendas y reinvierte los excedentes en su misión en lugar de distribuirlos entre los accionistas: un ejemplo práctico de desmercantilización a gran escala.

La sesión tuvo una gran resonancia entre los participantes de diferentes contextos nacionales, lo que reflejó una experiencia compartida de que la vivienda se está volviendo cada vez más inasequible e inaccesible. El hilo conductor más destacado del debate fue el coste y la dificultad de alquilar en contextos con una regulación débil, y cómo una mayor propiedad pública y unos marcos normativos más sólidos podrían abordar esta situación —una preocupación que resultó ser ampliamente compartida, en lugar de divisiva. Las diferencias sociodemográficas entre los participantes —quienes alquilan en el mercado privado, quienes viven en viviendas subvencionadas, quienes se mueven en mercados inmobiliarios postsocialistas— determinaron los ángulos específicos desde los que cada uno abordó el tema, pero la dinámica general fue de reconocimiento colectivo de un problema sistémico. La estrategia pedagógica más eficaz resultó ser la de aportar ejemplos históricos y contemporáneos concretos —la Viena Roja, el Miethäuser Syndikat en Alemania, las cooperativas de vivienda en Suiza— en lugar de basarse únicamente en argumentos estructurales.

En las salas de trabajo en grupo surgió una observación especialmente llamativa: el mismo sistema genera al mismo tiempo personas sin hogar y un enorme parque de viviendas vacías —una contradicción que puso de manifiesto la naturaleza estructural de la crisis para muchos participantes.

Sesión 4: Alimentación

La sesión sobre alimentación, organizada por **FUHEM**, ofreció una visión sistémica del modelo alimentario agroindustrial y sus impactos ecosociales, situando la agroecología como el marco alternativo organizativo. Dos ponentes invitados complementaron esta exposición con varios ejemplos. Andrea Calori exploró el papel de las políticas alimentarias municipales, basándose en las lecciones aprendidas de las ciudades del Pacto de Milán sobre Política Alimentaria Urbana y en la base empírica más amplia sobre la gobernanza alimentaria urbana integrada. Nerea Morán trazó un panorama de las alternativas comunitarias a lo largo de la cadena agroalimentaria —desde huertos urbanos y comedores escolares hasta bancos de alimentos solidarios, redes de recolección de residuos agrícolas y cooperativas de consumo—, basándose principalmente en ejemplos de ciudades españolas y relacionándolos con patrones europeos más amplios.



La participación de los asistentes fue muy alta a lo largo de toda la sesión, con un animado debate y más preguntas de las que se pudieron abordar en el tiempo disponible (algo que, sin embargo, también ocurrió en otras sesiones). El debate que más resonó versó sobre cómo ampliar las iniciativas de base: a los participantes no les preocupaba tanto la cuestión de si existen alternativas —la sesión dejó claro que sí, y en abundancia—, sino qué combinación de organización ciudadana y política municipal se requiere para pasar de iniciativas aisladas a un sistema alimentario transformado. En cualquier caso, la idea clave

que se llevaron los participantes fue que en sus ciudades ya están en marcha muchas iniciativas alimentarias poscrecientistas, pero que siguen sin tener suficiente visibilidad y sin estar lo suficientemente conectadas entre sí.

Sesión 5: Movilidad urbana

Organizada por el **IPE**, la sesión sobre movilidad presentó tres casos a diferentes escalas y con distintos puntos de partida, todos ellos ilustrativos de cómo las ciudades pueden transformar sus sistemas de transporte redistribuyendo el espacio viario y desviando la atención política de los coches particulares. Herbert Tiemens describió la transformación de Utrecht a lo largo de 25 años: un proceso gradual y acumulativo de inversión en infraestructuras ciclistas, el desvío del tráfico de coches hacia las circunvalaciones exteriores y la construcción de nuevas urbanizaciones residenciales concebidas desde el principio con un mínimo de plazas de aparcamiento, que culmina en la visión de una «ciudad de 10 minutos» para 2040. Tena Šarić Rukavina, del Sindikat biciklista de Zagreb, mostró cómo la defensa sostenida por parte de la sociedad civil —que combina el trabajo técnico en materia de políticas, la movilización pública, las campañas electorales y la participación en los procesos oficiales de planificación— puede cambiar la voluntad política y la práctica institucional incluso en ciudades que parten de condiciones desfavorables. Sergi Cot Cantalosella, de Girona, presentó el pionero acuerdo sobre poscrecimiento de la ciudad con la Universidad de Girona, mientras que Research & Degrowth y Dark Matter Labs describieron cómo los procesos participativos en torno a la nueva zona de bajas emisiones de la ciudad habían convertido la resistencia potencial en una amplia aceptación pública de la reforma.

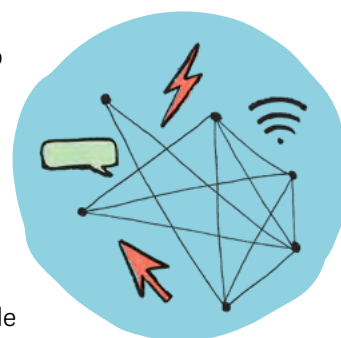


La sesión reforzó una lección transversal: la analogía entre la vivienda y la movilidad se cumple a la perfección. Construir más carriles para coches no resuelve la congestión, del mismo modo que construir más viviendas no resuelve la crisis de la vivienda. Ambas requieren una redistribución orientada a la suficiencia, más que una expansión de la oferta.

En las salas de trabajo se generó un rico debate sobre la seguridad subjetiva —el hecho de que las calles resulten más seguras para ciclistas y peatones depende tanto de la densidad social y la presencia de la comunidad como de la infraestructura— y sobre el hallazgo contraintuitivo de que los barrios con poco tráfico suelen infundir temor antes de su implantación y son bien acogidos después de ella.

Sesión 6: Tecnología democrática

La sesión final abordó una dimensión de la transición en clave de poscrecimiento que a menudo pasa desapercibida: la infraestructura digital que sustenta la economía contemporánea. Su anfitrión, **Commons Network**, presentó el concepto de «bienes comunes digitales» y el argumento de que la tecnología no es neutral: su diseño, propiedad y estructura de gobernanza pueden apoyar o socavar las prácticas económicas democráticas y orientadas a la suficiencia. Sujith Nair, cocreador del Protocolo Beckn, presentó un caso de infraestructura digital abierta e interoperable diseñada desde el principio para el bien público, en lugar de para el monopolio de una plataforma. Esta interoperabilidad se presentó como una forma de contrarrestar la



lógica extractivista de las plataformas dominantes, en las que los efectos de red concentran el valor y el poder. Anna Julià Verdaguer, de Som Mobilitat, describió una cooperativa tecnológica en Cataluña que combina la gobernanza democrática con servicios prácticos de movilidad, demostrando que la economía comunitaria y la innovación digital no están reñidas.

La sesión sirvió como un eficaz marco de clausura para el curso: incorporó la dimensión digital al debate sobre el poscrecimiento y vinculó explícitamente la gobernanza tecnológica con los demás ámbitos tratados en las semanas anteriores. La forma cooperativa se presentó aquí, al igual que en todas las sesiones, como el vehículo institucional central —aplicado en este caso a las plataformas digitales y los sistemas de datos de los que todos esos sectores dependen cada vez más.

2.4. Metodología docente: lo que funcionó y lo que no

A lo largo de las seis sesiones se estableció un formato metodológico coherente (con pequeños ajustes durante el curso): una conferencia o presentación introductoria a cargo de la organización socia anfitriona, seguida de dos o tres ponentes invitados que presentaban ejemplos de enfoque ascendente y descendente; a continuación, una ronda de preguntas y respuestas moderada a partir de las preguntas de los participantes enviadas a través del chat; y, para cerrar, salas de debate multilingües para el intercambio entre pares. Esta estructura resultó eficaz para combinar los fundamentos conceptuales con ejemplos concretos, y para dar cabida a las opiniones de los participantes sin sacrificar la profundidad del contenido. En las seis sesiones, la moderación corrió a cargo de la misma persona —Shaun Matsheza, de TNI—, una continuidad que resultó esencial para conectar los temas semanales y dotar al curso en su conjunto de un hilo conductor coherente.

Varias **prácticas concretas** resultaron especialmente eficaces en todas las sesiones:

- Informar con antelación a los ponentes externos —con una estructura clara de la sesión, un orden de intervención compartido y una definición explícita de su papel dentro del curso en su conjunto— fue, de forma sistemática, una de las inversiones organizativas más valiosas, lo que se tradujo directamente en la calidad y la coherencia de las sesiones.
- Subir resúmenes explicativos concisos junto con los materiales en Moodle, en lugar de limitarse a depositar lecturas, aumentó significativamente la accesibilidad del contenido preparatorio.
- El uso de salas de trabajo en grupo con preguntas abiertas —en lugar de temas de debate preestablecidos o tareas estructuradas— permitió que los debates se centraran en las inquietudes que planteaban los participantes, en lugar de en las que anticipaban los organizadores, lo cual resultó especialmente valioso para sacar a la luz las diferencias sociopolíticas entre los participantes que los formatos más estructurados tendían a disimular.
- Las herramientas de emojis y reacciones en tiempo real durante las presentaciones proporcionaron a los moderadores información inmediata sobre qué puntos tenían más repercusión y cuáles generaban confusión, lo que permitió realizar ajustes al instante.

También se compartieron varios **retos** comunes a todas las sesiones:

- En el aspecto técnico, fusionar las diapositivas de presentación de los moderadores y los ponentes en una única presentación creó dificultades de coordinación innecesarias; mantener presentaciones separadas es una mejora sencilla que merece la pena aplicar de forma sistemática.

- Además, una de las sesiones contó con ponentes invitados que expusieron oralmente sin apoyo visual, lo que resultó complicado para los participantes, sobre todo teniendo en cuenta que ambos ponentes hablaban en una segunda lengua. Las diapositivas proporcionan un andamiaje cognitivo que resulta especialmente importante en entornos multilingües, y garantizar que todos los ponentes utilicen materiales visuales es una mejora sencilla con un impacto significativo en la accesibilidad.

2.5. Participación, implicación y el aula transnacional

Una de las características más destacadas del curso fue la amplitud y la calidad de la implicación de los participantes. Más de 1.000 personas siguieron el programa; los seminarios web en directo contaron con una participación activa en el chat y en las rondas de preguntas y respuestas durante toda su duración; y los foros de Moodle generaron un debate continuo entre sesiones, incluyendo hilos iniciados por los participantes y aportaciones de personas que no pudieron asistir a las sesiones en directo.

Los temas que generaron una participación más sostenida variaron de una sesión a otra, pero se agruparon en torno a unos pocos temas recurrentes. En las sesiones sobre energía y alimentación, la cuestión central fue la escalabilidad: los participantes no se mostraron escépticos ante las alternativas presentadas, pero insistieron mucho en lo que se necesitaría para pasar de experimentos a escala comunitaria a una transformación a nivel de ciudad o nacional. En la sesión sobre vivienda, el debate sobre la propiedad fue un tema importante, precisamente porque puso de manifiesto supuestos que el marco del curso cuestionaba en lugar de reforzar. En la sesión sobre movilidad, predominó la cuestión de la voluntad política: la evidencia de que el cambio es posible incluso en condiciones desfavorables hizo que los participantes quisieran comprender qué había cambiado para que esto sucediera.

Las salas de trabajo multilingües generaron de forma sistemática observaciones que no surgieron en los debates plenarios. Los grupos de trabajo de la sesión sobre alimentación desarrollaron el tema de conectar las iniciativas de base con políticos afines —una cuestión relacional y estratégica que las presentaciones formales no habían abordado. Los grupos de trabajo de la sesión sobre energía plantearon el reto de organizarse en comunidades profundamente divididas o conservadoras, así como la dificultad de los enfoques democráticos en contextos con baja confianza cívica. Los grupos de trabajo sobre vivienda volvieron a abordar la contradicción estructural entre la falta de hogar y las viviendas vacías. Los grupos de trabajo sobre movilidad exploraron la seguridad subjetiva, la contaminación lumínica y el proceso de habituación mediante el cual los barrios con poco tráfico pasan de ser temidos a ser bien acogidos.

Estas conversaciones ilustran algo que resulta difícil de replicar en entornos educativos de un único contexto o sector: el aula transnacional genera un tipo de conocimiento comparativo que los participantes no pueden producir por sí mismos. Un participante de Grecia que aprendía sobre las cooperativas energéticas en Bélgica, un participante de Indonesia que compartía prácticas comunitarias de almacenamiento de cereales en el foro sobre alimentación, un participante de Croacia que se inspiraba en el modelo de vivienda de Viena: estos intercambios fueron algunos de los elementos más valorados del curso. El curso no se limitó a impartir contenidos sobre el poscrecimiento, sino que puso en práctica una versión a pequeña escala de la red de solidaridad transnacional que las ciudades del poscrecimiento necesitarán construir.

3

COMPETENCIAS ADQUIRIDAS Y APRENDIZAJE ENTRE IGUALES

3.1. Competencias desarrolladas a través del programa

Los programas educativos sobre el poscrecimiento se enfrentan a un reto particular: los conocimientos que pretenden transmitir no son principalmente técnicos o procedimentales, sino transformadores. Exigen a los participantes que cuestionen supuestos que quizá hayan mantenido durante años, que vean conexiones entre problemas que habían entendido como independientes y que reconozcan alternativas que quizá hayan descartado por considerarlas marginales o demasiado utópicas, por muy necesarias que sean para la transformación requerida. Las competencias desarrolladas a través de *Cities Beyond Growth* eran de este tipo cualitativo: no se trataba tanto de dominar un conjunto de contenidos como de adquirir marcos de referencia, confianza y conexiones que cambian la forma en que los participantes se relacionan con sus entornos profesionales y cívicos.

A lo largo de las seis sesiones surgieron cuatro dimensiones de aprendizaje que se solapaban entre sí.

Competencias conceptuales: interpretar la ciudad desde una perspectiva poscrecentista

El cambio más fundamental que el curso pretendía generar era de carácter analítico: la capacidad de entender los problemas urbanos —la inaccesibilidad de la vivienda, la pobreza energética, la inseguridad alimentaria, las calles dominadas por el coche, la falta de participación democrática, los monopolios de las plataformas— no como fallos políticos aislados, sino como expresiones relacionadas de un modelo económico dependiente del crecimiento. Al finalizar el curso, los participantes habían adquirido un vocabulario común —desmercantilización, bienes comunes, suficiencia, metabolismo urbano, gobernanza democrática, crisis ecosocial— y habían visto cómo cada concepto se fundamentaba en ejemplos concretos de múltiples ámbitos. Esta alfabetización intersectorial es realmente poco común: la mayor parte del trabajo en materia de políticas y defensa de causas se organiza de forma sectorial, y rara vez se hacen explícitas las conexiones entre la vivienda, la alimentación, la energía y la gobernanza digital. El curso las hizo visibles y, para muchos participantes, irreversibles.

Un avance conceptual relacionado fue una mayor confianza a la hora de abordar de forma crítica los marcos dominantes. Varias sesiones cuestionaron directamente supuestos ampliamente aceptados: que construir más viviendas resuelve la crisis de la vivienda, que la expansión de las energías renovables es suficiente para una transición energética justa, que la tecnología inteligente hace que las ciudades sean más democráticas. Los participantes que llegaron aceptando estos marcos como sentido común salieron del curso con las herramientas analíticas para cuestionarlos —no para descartarlos de forma reflexiva, sino para preguntarse a qué intereses sirven, qué dejan fuera y qué alternativas existen. La

sesión sobre tecnología democrática dejó especialmente patente esta alfabetización crítica: los participantes aprendieron no solo que existen alternativas a las plataformas dominantes, sino también por qué las tecnologías digitales dominantes están estructuralmente alineadas con la lógica de la acumulación —cómo su diseño, sus modelos de propiedad y su gobernanza reproducen las dinámicas extractivistas que el poscrecimiento pretende superar.

Competencias analíticas: evaluar alternativas

Un segundo nivel de aprendizaje se centró en la capacidad de evaluar críticamente las alternativas del poscrecimiento. El curso presentó deliberadamente ejemplos tanto de abajo arriba como de arriba abajo en cada sesión, e invitó a los participantes a considerar sus condiciones de posibilidad, sus limitaciones y el trabajo político y organizativo necesario para mantenerlas y ampliarlas. Las cinco dimensiones de la transformación del poscrecimiento identificadas en la sesión sobre energía —educación y desarrollo de competencias, transformación de los flujos de recursos hacia la suficiencia, gobernanza democrática, creación de redes estratégicas y orientación hacia el cambio sistémico— proporcionaron un marco práctico que los participantes pudieron aplicar en todos los sectores: no solo «¿existe esta cooperativa?», sino «¿cuenta con la gobernanza, la capacidad estratégica y el apoyo externo necesarios para contribuir a una transformación genuina?».

Esta profundidad analítica fue, en parte, fruto del alcance transnacional del curso. Encontrar la misma forma institucional —por ejemplo, las cooperativas de vivienda— en diferentes contextos nacionales puso de manifiesto tanto su lógica común como su especificidad local. Los participantes desarrollaron una percepción más matizada de lo que se traslada de un contexto a otro y de lo que está profundamente arraigado en condiciones jurídicas, políticas o culturales concretas.

Competencias de acción: conectar el conocimiento con la práctica

Quizás la dimensión más relevante desde el punto de vista práctico del aprendizaje fue la más difícil de documentar: las formas en que el curso cambió la forma de actuar de los participantes. Las reflexiones de las organizaciones colaboradoras sobre los comentarios de los participantes apuntaban a una serie de resultados orientados a la acción: algunos participantes se sintieron motivados a participar más activamente en cooperativas —unirse a una comunidad energética, colaborar en una cooperativa alimentaria, participar en un sindicato de inquilinos— después de que el curso les proporcionara un marco conceptual para entender estas actividades como parte de un proyecto más amplio. Otros utilizaron los materiales del curso y los ejemplos de los ponentes en su propio trabajo de defensa de causas, en sus comunicaciones públicas o en sus propuestas de políticas. Los funcionarios públicos se familiarizaron con modelos —asociaciones de vivienda con ánimo de lucro limitado, mecanismos de democracia participativa, criterios de contratación pública agroecológica— que podían investigar para determinar su relevancia en sus propios contextos institucionales.

El curso también desarrolló una competencia de acción específica que a menudo se pasa por alto en la educación sobre el poscrecimiento: la capacidad de trabajar superando las diferencias. Reunir a activistas de ONG, funcionarios de la administración local, académicos/as y miembros de cooperativas en un mismo espacio de aprendizaje requiere una especie de flexibilidad discursiva: la capacidad de traducir entre registros, de reconocer intereses conflictivos sin abandonar los objetivos compartidos, y de

encontrar puntos en común en cuestiones políticas entre personas con intereses diferentes. No se trata solo de habilidades políticas; son habilidades del poscrecimiento, porque las transiciones descritas en el curso solo pueden producirse precisamente a través de este tipo de participación de múltiples partes interesadas.

Competencias interculturales: contextualizar lo global en lo local

Una cuarta competencia surgió del carácter deliberadamente transnacional del curso. A lo largo de las seis semanas, los participantes se encontraron con ejemplos de Viena, Barcelona, Grenoble, Utrecht, Zagreb, Girona, Mánchester, Bolonia, Dublín y otros lugares, así como con aportaciones de participantes de Brasil, México, Canadá, Australia, la India y otros países. Esta exposición no generó un falso universalismo; en todo caso, profundizó la sensibilidad de los participantes hacia el contexto. El debate de la sesión sobre vivienda en torno a la propiedad pública se planteó de manera muy diferente entre los participantes con recuerdos de la política de vivienda de la era socialista y aquellos procedentes de países con fuertes tradiciones socialdemócratas. El debate de la sesión sobre energía en torno a la suficiencia planteó cuestiones de equidad global por parte de participantes de regiones donde el acceso a la energía sigue siendo realmente insuficiente. Los ejemplos de la sesión sobre movilidad partían de densidades urbanas e infraestructuras cívicas que no son universales.

Aprender a gestionar esta tensión —entre la universalidad del reto del poscrecimiento y la especificidad irreducible de las condiciones locales— es en sí misma una competencia. Protege contra la aplicación mecánica de modelos en distintos contextos y construye el tipo de solidaridad reflexiva que necesitan los movimientos transnacionales: no la imposición de un único modelo, sino la comparación paciente de experiencias de las que cada contexto pueda extraer elementos de forma selectiva y crítica.

3.2. Aprendizaje entre pares: el valor del aula transnacional

Una de las dimensiones más valoradas de forma sistemática en el curso, a lo largo de las seis sesiones y en todos los comentarios de los participantes, fue la experiencia de aprender de y con compañeros de diferentes países, sectores y funciones. Este aprendizaje entre pares no fue un beneficio secundario del curso, sino que fue fundamental para su diseño y su impacto. Al final de cada sesión se dedicaba un tiempo a salas de debate en las que grupos de hasta cinco personas podían debatir el tema propuesto. Las salas se etiquetaban para que los participantes pudieran elegir no solo en función de sus preferencias lingüísticas, sino también, más adelante, según el tiempo que quisieran dedicar al tema tratado. De este modo, algunas personas podían debatir incluso más tiempo del inicialmente previsto para una conferencia.

El aula transnacional genera un tipo específico de conocimiento que ni las presentaciones de expertos/as ni los entornos educativos a nivel nacional pueden replicar: un conocimiento comparativo recopilado en tiempo real por personas con experiencia directa en diferentes contextos, acompañado de una reflexión compartida sobre los contenidos aprendidos.

A lo largo del curso se observaron varias formas específicas de aprendizaje entre iguales. En las salas de trabajo en grupo, los participantes compartieron ejemplos de sus propias ciudades y regiones que no habían aparecido en las presentaciones formales —cooperativas locales, experimentos municipales,

campañas de la sociedad civil—, ampliando de manera efectiva la base empírica del curso gracias a sus propios conocimientos. En los foros de Moodle, los participantes se planteaban preguntas entre sí, así como a los ponentes, y los hilos de debate que surgieron en torno a las cuestiones más controvertidas —los pros, los contras o incluso los propios sentimientos respecto a la ocupación de viviendas, los marcos legales de la política agroecológica, el papel adecuado de los sindicatos en las transiciones poscrecientistas— resultaron sustancialmente más ricos al contar con múltiples perspectivas nacionales en diálogo. El grupo de Signal creado tras la finalización del curso reflejó el deseo de los participantes de continuar estas conversaciones más allá del programa formal.

Cabe señalar que el aprendizaje entre iguales de esta calidad no se produce automáticamente en entornos en línea. Requiere una facilitación deliberada: salas de trabajo en grupo organizadas por idiomas para que los participantes puedan expresarse libremente; preguntas abiertas que inviten a compartir experiencias en lugar de a dar una respuesta; una cultura del espacio de aprendizaje en la que los participantes sientan que sus conocimientos se valoran al mismo nivel que los de los ponentes invitados. El curso invirtió en estas condiciones, y la calidad del intercambio entre pares reflejó esa inversión.

La dimensión de aprendizaje entre pares del curso también apunta a algo más amplio. Las transiciones hacia el poscrecimiento en las ciudades europeas no pueden tener éxito de forma aislada. Un sindicato de inquilinos de Zagreb puede aprender de una cooperativa de vivienda de Zúrich; un consejo de política alimentaria de Bilbao puede aprender de uno de Milán; una comunidad energética de Mánchester puede aprender de las redes REScoop de Bélgica. El curso, al reunir a estos actores en un mismo espacio de aprendizaje durante seis semanas, no se limitó a transmitir conocimientos sobre el poscrecimiento, sino que comenzó a construir la **infraestructura transnacional de solidaridad y aprendizaje mutuo** que estas transiciones requerirán. Las conexiones establecidas entre los participantes, los ejemplos que traspasaron los contextos nacionales, la sensación de un proyecto compartido más allá de las diferencias... no son resultados "blandos". Se cuentan entre las contribuciones más duraderas del programa educativo *Cities Beyond Growth*.

3.3. Aplicabilidad más allá del aula

Un programa educativo sobre el poscrecimiento que cambia la forma de pensar de los participantes, pero no su forma de actuar, solo ha cumplido la mitad de su cometido. El curso «Cities Beyond Growth» fue explícito al respecto desde el principio: el correo electrónico de clausura enviado a los participantes planteaba el curso como un comienzo más que como un final, e invitaba a los participantes a mantenerse en contacto, compartir lo que habían aprendido y aplicarlo en sus contextos.

Una de las características distintivas del curso fue la variedad de iniciativas de base que presentó a lo largo de las seis sesiones: comunidades energéticas, sindicatos de inquilinos, cooperativas alimentarias, organizaciones de defensa del uso de la bicicleta, cooperativas de vivienda y bienes comunes digitales. Se animó explícitamente a los participantes a explorar y conectar con iniciativas similares en sus propias localidades, utilizando el curso como un mapa de lo que existe y como punto de partida para la participación. El curso también proporcionó a los participantes un lenguaje y un marco comunes para las conversaciones que quizá ya estuvieran manteniendo: la capacidad de situar una lucha local por la vivienda dentro de un análisis más amplio de la financiarización, o de vincular un huerto comunitario con un marco de soberanía alimentaria, cambia el peso político de estas actividades y la confianza con la que quienes las llevan a cabo pueden defenderlas.

Para los participantes que trabajan en instituciones —funcionarios de la administración local, empleados públicos, asesores políticos—, el curso ofreció algo especialmente valioso: ejemplos concretos y documentados de políticas que funcionan, extraídos de contextos comparables. El modelo de vivienda de beneficio limitado, el Pacto de Política Alimentaria Urbana de Milán, el acuerdo de poscrecimiento de Girona, los mecanismos de democracia participativa de Grenoble... No se trata de propuestas teóricas, sino de programas implementados con una trayectoria demostrada.

El curso también generó un conjunto de recursos —sesiones grabadas, materiales de Moodle, listas de lecturas en varios idiomas— que los participantes podían compartir con sus colegas, utilizar en sus propias actividades educativas o consultar como referencia. Además, se animó a todos los participantes a completar su perfil en línea en la plataforma Moodle para que pudieran encontrar posibles colegas en sus regiones, lo que también resultó ser un buen punto de partida para una mayor cooperación entre los participantes. Varios participantes indicaron que tenían previsto compartir el contenido del curso con sus organizaciones, utilizar ejemplos concretos en propuestas de políticas o diseñar talleres locales basándose en los materiales del curso. En este sentido, el impacto educativo del curso se extiende mucho más allá de quienes asistieron directamente al mismo.

4

LECCIONES APRENDIDAS Y REFLEXIÓN CRÍTICA

4.1. Sobre el diseño del programa

La estructura sectorial: fortalezas y límites. La decisión de organizar el curso en torno a seis necesidades básicas, en lugar de un único marco global, resultó ser uno de sus mayores puntos fuertes. Como se señaló en la Parte II, atrajo a los participantes a través de preocupaciones específicas y concretas, y fomentó el pensamiento sistémico de forma gradual. Además, evitó que el curso se posicionara como ideológicamente exclusivo: alguien involucrado en cooperativas de vivienda o en políticas alimentarias urbanas podía participar en el material sin necesidad de identificarse con la etiqueta del «posrecimiento» y, a menudo, salía con un marco conceptual más amplio del que tenía al llegar. El enfoque sectorial también funcionó bien para un público compuesto por múltiples partes interesadas: al abordar diferentes sectores en sesiones distintas, evitó que los responsables políticos se desentendieran cuando consideraban que una sesión no «era de su ámbito», y fomentó un diálogo intersectorial que los participantes consideraron verdaderamente enriquecedor.

La limitación de la estructura sectorial era la inversa de su punto fuerte: la amplitud de seis ámbitos en seis semanas dejaba poco tiempo para profundizar en cualquiera de ellos. En cada sesión se podían introducir conceptos, presentar dos o tres ejemplos y abrir un debate, pero no se podía profundizar en la complejidad técnica, jurídica u organizativa de ninguna alternativa concreta. Esto resulta adecuado para un módulo general diseñado para crear un vocabulario común y generar motivación, pero implica que el curso se sitúa en un nivel introductorio respecto a cualquier tema concreto. Los módulos locales adaptados, documentados en la Parte V, se diseñaron precisamente para abordar esta limitación, profundizando en ámbitos específicos con grupos concretos de partes interesadas. Al principio, teníamos previsto organizar sesiones más largas que nos permitieran profundizar en los temas; sin embargo, de acuerdo con las preferencias de los participantes, expresadas en el primer cuestionario internacional que publicamos, decidimos ajustar este formato para adaptarlo mejor a las posibilidades de los participantes.

Formato en línea: lo que se gana y lo que se pierde. Impartir el curso en línea permitió alcanzar una escala y un alcance geográfico que habrían sido imposibles de lograr de forma presencial: más de 1.000 participantes de docenas de países participando en el mismo programa simultáneamente. También permitió que el curso fuera gratuito, lo que eliminó una barrera significativa para la participación. Las salas de trabajo en grupo multilingües y los materiales de Moodle en al menos cuatro idiomas ampliaron aún más la accesibilidad. Estos no son logros menores para un programa impulsado por la sociedad civil.

El uso de un formato en línea también tuvo sus costes asociados. La calidad de la conexión entre compañeros en las salas de trabajo en grupo, aunque genuina, es diferente de la que surge en un espacio físico compartido durante un programa residencial o incluso un taller de jornada completa. Los

intercambios informales —la charla tomando un café, el contacto que se establece en el pasillo— no se producen de la misma manera en línea, y a menudo son precisamente ahí donde se forjan las relaciones y colaboraciones más duraderas. Varias organizaciones asociadas señalaron que los participantes que habían conectado en las salas de trabajo en grupo expresaron su deseo de reunirse en persona, y el grupo de Signal creado tras el curso representó un intento de mantener las conexiones que el formato en línea había establecido, pero que no se habían consolidado del todo.

La plataforma Moodle: un potencial sin explotar. La plataforma cumplió bien su función principal como repositorio de materiales y espacio para el debate posterior a las sesiones. Sin embargo, el formato de foro abierto de preguntas y respuestas resultó menos fructífero de lo esperado: la mayor parte de la actividad se concentró en las 48 horas inmediatamente posteriores a cada seminario web, y el intercambio sostenido entre pares fue limitado. Rediseñar la participación en el foro —con comentarios en línea debajo de materiales específicos, preguntas estructuradas que inviten a compartir experiencias en lugar de formular preguntas, o hilos de debate iniciados con contenido generado por los participantes— probablemente generaría una interacción más rica y duradera en futuras ediciones.

4.2. Sobre la pedagogía del poscrecimiento

El reto de la heterogeneidad. Un curso gratuito, abierto y promocionado a través de muchas redes diferentes atraerá a participantes con niveles muy distintos de conocimientos previos, contextos profesionales diferentes y distintos grados de familiaridad con el marco del poscrecimiento. Esto es una ventaja, no un inconveniente: la diversidad de los participantes fue uno de los mayores activos del curso. Pero plantea un auténtico reto pedagógico: ¿cómo adaptar el contenido para que sea accesible a un principiante sin aburrir a alguien que lleva una década trabajando en políticas de poscrecimiento?

La respuesta más eficaz a este reto fue la estrategia de materiales por niveles: lecturas básicas accesibles para todos, recursos adicionales para quienes quisieran profundizar, en múltiples formatos e idiomas, de modo que los participantes pudieran participar según su propio nivel. Esto no resolvió por completo la tensión —el seminario web en directo, por definición, se dirige a todos a la vez—, pero distribuyó el reto entre los elementos asíncronos del curso, donde es posible avanzar a un ritmo individual. En futuras ediciones se podría considerar una segmentación más explícita: una breve encuesta previa al curso para identificar los antecedentes de los participantes, seguida de sugerencias personalizadas para la preparación, podría ayudar a los participantes a llegar a un punto de partida más calibrado sin reducir la riqueza de un público heterogéneo. Una estrategia complementaria, especialmente eficaz para las sesiones que trataban conceptos desconocidos para la mayoría de los participantes —como los bienes comunes digitales y la interoperabilidad abierta—, consistió en mantener las explicaciones lo más sencillas y accesibles posible y repetir las ideas fundamentales en diferentes registros a lo largo de la sesión. Mientras que el enfoque de materiales en capas aborda la heterogeneidad mediante la profundidad y la diferenciación de formatos, este enfoque la aborda a través de la claridad y la redundancia en la impartición en directo: asegurándose de que los conceptos clave calen entre los recién llegados sin resultar condescendiente con quienes tienen más conocimientos previos.

Gestión de la resistencia y de los supuestos cuestionados. En varias sesiones se encontró con participantes cuyos supuestos iniciales se veían directamente cuestionados por el contenido del curso. La crítica de la sesión sobre vivienda al consenso de «construir más», tanto desde una perspectiva medioambiental como económica, provocó rechazo por parte de participantes que poseían propiedades de inversión o

que abordaban el acceso a la vivienda desde un punto de vista meritocrático. El argumento a favor de la suficiencia planteado en la sesión sobre energía —reducir la demanda energética total en lugar de limitarse a sustituir las energías renovables— fue cuestionado por participantes que daban prioridad al acceso a la energía en contextos en los que aún no se había alcanzado el nivel básico de suministro adecuado. No se trata de obstáculos para el aprendizaje, sino de tensiones productivas que, si se gestionan bien, profundizan la comprensión. La lección común a todas las sesiones fue que los ejemplos concretos son más persuasivos que los argumentos estructurales: demostrar que el modelo de vivienda sin ánimo de lucro de Viena ha gestionado un millón de viviendas durante un siglo es más eficaz que defender de forma abstracta la desmercantilización.

Trabajar con imaginación política. Una de las reflexiones más recurrentes entre las organizaciones asociadas fue que los participantes acudían ávidos de ejemplos —no solo pruebas de que el sistema actual está fallando, sino pruebas de que existen alternativas, de que funcionan y de que se puede construir sobre ellas. El curso se diseñó en torno a esta idea, y los datos sugieren que fue acertado. Los participantes que llegaron escépticos ante las ideas del poscrecimiento no se convirtieron en adeptos únicamente a través de argumentos conceptuales; se involucraron cuando se encontraron con un alcalde que describía la democracia participativa de su ciudad en la práctica, o con un organizador de inquilinos que explicaba cómo su sindicato había logrado un cambio en la voluntad política de una ciudad que antes no respondía a las demandas de vivienda. La imaginación histórica —la Viena Roja, las cooperativas de Mondragón, el movimiento de cooperativas sociales italiano— resultó igualmente valiosa para ampliar el horizonte de lo que es institucionalmente posible más allá del estrecho abanico de lo que existe actualmente.

4.3. Sobre la diversidad de los contextos europeos

Una de las dimensiones más importantes y subestimadas de un curso europeo transnacional sobre el poscrecimiento es el grado en que conceptos aparentemente compartidos tienen resonancias políticas e históricas muy diferentes en distintos contextos nacionales. El curso puso de manifiesto varias de estas divergencias, y merece la pena mencionarlas explícitamente para cualquiera que desee replicar el programa.

Diferencias entre el Este y el Oeste sobre la propiedad pública y el Estado. Los participantes de países postsocialistas —en particular de Chequia, Polonia y otros contextos de Europa Central y Oriental— mostraron actitudes significativamente diferentes respecto a la propiedad pública, la provisión colectiva y el papel del Estado en comparación con los participantes de las socialdemocracias de Europa Occidental. Para algunos, la experiencia histórica reciente del socialismo de Estado hacía que las propuestas de vivienda pública, energía pública o gobernanza comunitaria no se percibieran tanto como alternativas radicales, sino más bien como un regreso indeseado. El enfoque meritocrático de la vivienda —la idea de que las personas deben ganarse el acceso a una buena vivienda en lugar de tener derecho a ella— resultaba más pronunciado en estos contextos. Esto no es motivo para evitar la agenda del poscrecimiento; es motivo para prestar atención a las razones históricas específicas por las que ciertas propuestas tienen una resonancia diferente, y para invertir en los ejemplos y argumentos que traspasan mejor esta división: la organización de los inquilinos, que no requiere una actitud positiva hacia el Estado; las asociaciones de vivienda con ánimo de lucro limitado, que son organizaciones privadas con una misión pública; las cooperativas comunitarias, que hacen hincapié en la autonomía y la autodeterminación colectiva más que en la prestación estatal.

Capacidades institucionales divergentes. No todas las ciudades parten de las mismas condiciones institucionales, y el curso generó en ocasiones frustración entre los participantes procedentes de contextos en los que los ejemplos presentados parecían inalcanzables. Una ciudad sin tradición de participación ciudadana, con un sector cooperativo débil, con un gobierno municipal abiertamente hostil a las ideas del poscrecimiento o con un marco jurídico nacional que no reconoce muchas de las formas institucionales analizadas —una ciudad así no puede limitarse a trasplantar el modelo de Grenoble o la estrategia ciclista de Utrecht. El curso resultó más útil para estos participantes cuando ofrecía no solo los ejemplos del estado final, sino también la trayectoria: el arco de 25 años de la transformación de Utrecht, la década de defensa gradual por parte de la unión ciclista de Zagreb antes de que cambiaran las condiciones políticas, el trabajo lento y paciente de desarrollar la capacidad organizativa antes de que el cambio institucional sea posible.

El papel del contexto nacional. Varios debates ilustraron la tensión entre lo que se puede lograr a nivel municipal y lo que se ve bloqueado por los marcos normativos nacionales. Un ayuntamiento progresista puede introducir presupuestos participativos, contratación pública agroecológica e infraestructuras ciclistas; pero no puede desmercantilizar unilateralmente su mercado inmobiliario, introducir una normativa de suficiencia energética ni establecer una ley nacional de cooperativas. Los participantes que trabajan en ciudades con gobiernos locales comprensivos pero en contextos nacionales hostiles —un patrón que se repitió en múltiples países— encontraron el curso útil para identificar lo que es posible a nivel local y para elaborar argumentos a favor de un cambio en las políticas nacionales. La dimensión transnacional también resultó valiosa en este sentido: la evidencia de que una política existe y funciona en algún lugar de la UE tiene un peso político diferente al de una propuesta teórica.

5

LOS MÓDULOS ADAPTADOS A NIVEL LOCAL

5.1. Justificación y diseño de los módulos adaptados

El módulo general en línea se diseñó para llegar a un público amplio y diverso de toda Europa: con el fin de crear un vocabulario común, presentar ejemplos inspiradores y fomentar el diálogo transnacional entre personas que, de otro modo, quizá no se hubieran conocido. En ese sentido, fue un éxito. Pero un curso que llega a cientos de partes interesadas a la vez, impartido en línea en sesiones semanales de noventa minutos, no puede abarcarlo todo. No puede profundizar en los retos específicos de una ciudad concreta. No puede crear las condiciones para una deliberación presencial y sostenida entre personas que comparten un barrio, un municipio o un panorama político local. Y no puede traducir conceptos generales en las estrategias y alianzas concretas que las transiciones locales hacia el poscrecimiento realmente requieren.

Esta es la laguna que se pretendía cubrir con los seis módulos adaptados localmente (o «a medida»). Mientras que el módulo general abarcaba horizontalmente toda Europa y seis ámbitos temáticos, los módulos a medida se centraban verticalmente en ciudades concretas, comunidades específicas y problemas concretos. Cada organización asociada diseñó e impartió su propio módulo local, basándose en el marco conceptual presentado en el curso general, pero adaptando el contenido, el formato y la metodología a las necesidades de su contexto particular.

La razón de ser de esta estructura de dos módulos refleja una convicción fundamental del proyecto *Cities Beyond Growth*: que las transiciones hacia el poscrecimiento no pueden importarse de otros lugares. Los ejemplos de Viena, Utrecht o Grenoble, que resultaron tan enriquecedores en el módulo general, no son plantillas que deban copiarse, sino pruebas de que existen alternativas posibles y que merece la pena imaginarlas —pruebas que deben traducirse, contextualizarse y conectarse con los entornos institucionales, las culturas políticas y las capacidades comunitarias específicos de cada ciudad—. Los módulos adaptados fueron el espacio para esa traducción.

A pesar de la diversidad de contextos, los seis módulos se diseñaron en torno a un conjunto de **principios compartidos**.

El primero fue **la composición con múltiples partes interesadas**. Cada módulo reunió deliberadamente a participantes de diferentes sectores —funcionarios de la administración local, organizaciones de la sociedad civil, cooperativas, representantes comunitarios, emprendedores/as sociales y/o sindicalistas (dependiendo de cada caso)— que, por lo general, no compartirían un espacio de aprendizaje. No se trataba meramente de un ejercicio de inclusión. La premisa fundamental del proyecto es que las transiciones poscrecientistas requieren legitimidad democrática, y la legitimidad democrática exige la participación activa de quienes se ven más afectados por los actuales acuerdos económicos —incluidas las

comunidades de barrios marginados, que constituían una prioridad explícita a la hora de seleccionar a los participantes en las seis ciudades—. Reunir a actores diversos en una misma sala también creó las condiciones para el tipo de diálogo entre múltiples partes interesadas que la formulación de políticas poscrecientistas deberá mantener, en última instancia, a mayor escala.

El segundo principio compartido fue **la orientación a la acción**. A diferencia del módulo general, que se estructuró principalmente en torno a la adquisición de conocimientos, los módulos locales se diseñaron para impulsar a los participantes hacia un compromiso práctico: identificar estrategias locales, mapear iniciativas existentes, establecer conexiones entre personas que trabajan en problemas relacionados y desarrollar la confianza y el lenguaje necesarios para defender los enfoques poscrecientistas en sus entornos institucionales específicos.

Un tercer principio fue **el fomento de la confianza**. Reunir a actores con intereses diferentes, relaciones distintas con el poder institucional y conocimientos previos dispares sobre las ideas del poscrecimiento requiere algo más que una agenda bien diseñada. Requiere una facilitación que dé cabida al desacuerdo sin que este impida el diálogo, que se tome en serio las preocupaciones de los más escépticos y que construya, con el tiempo, el tipo de base relacional sobre la que pueda desarrollarse una colaboración genuina. Los módulos locales abarcaban entre 15 y 36 horas de formación repartidas en varias sesiones, precisamente porque este tipo de confianza no se puede forjar en un solo día.

5.2. Los seis módulos locales

Transnational Institute (TNI) – Transformación energética (en línea)

- **Participantes:** El módulo reunió a 46 participantes internacionales, abarcando una amplia variedad de sectores, entre los que se incluían ONG, defensores de políticas, estudiantes, funcionarios de la administración local, activistas, académicos/as, sindicalistas y docentes.
- **Metodología:** Impartido en formato en línea, el módulo combinó 8 horas de sesiones en directo con 16 horas de interacción asíncrona a través de Padlet y lecturas preparatorias. El diseño potenció el intercambio entre pares mediante una combinación de debates individuales, salas de trabajo en grupo reducidas, debates de los participantes con ponentes expertos/as y espacios dedicados a la reflexión. Un aspecto crucial fue que las personas facilitadoras evitaron deliberadamente unirse a las salas de trabajo en grupo para eliminar las dinámicas de poder y fomentar la libre expresión entre los participantes.
- **Conclusiones clave:** Los participantes profundizaron en su comprensión del enfoque sistémico del sector energético y llegaron a la conclusión de que no existe una única vía hacia la transición energética. Las sesiones subrayaron la importancia de la desprivatización, la propiedad pública y la democratización para un futuro más allá del crecimiento. Además, se puso de relieve cómo un enfoque decolonial requiere métricas de reducción de la demanda (por ejemplo, reducir el tamaño de las baterías de los coches para disminuir la extracción mundial de litio) con el fin de acelerar las transiciones justas.
- **Lecciones aprendidas:** Es fundamental generar confianza desde el principio; dedicar tiempo en la primera sesión a que los participantes se presentaran por parejas mejoró significativamente la participación. El uso de herramientas interactivas y continuas como Padlet antes y después de las sesiones en directo logró mantener con éxito el aprendizaje colectivo entre pares.

Oikos – El siguiente paso: de la sostenibilidad a la suficiencia (Gante y Lovaina)

- **Participantes:** En cada una de las dos ciudades belgas, el módulo reunió a 25 personas que representaban una amplia mezcla intergeneracional y profesional. Los grupos incluían a estudiantes, arquitectos y trabajadores de organizaciones sociales, junto con un “experto/a con experiencia vivida” (una persona que ha vivido en la pobreza y que ha recibido formación para compartir su perspectiva).
- **Metodología:** El programa consistió en un itinerario presencial de 18 horas repartidas en tres sesiones vespertinas de 3 horas por ciudad. Evitando recurrir en exceso a largas ponencias de expertos/as, la metodología se centró en aportaciones concisas seguidas inmediatamente de diálogos estructurados. Se plantearon a los participantes preguntas concretas y orientativas sobre cómo transformar radicalmente los sistemas urbanos locales.
- **Conclusiones clave:** Una conclusión fundamental fue que la construcción de alternativas esperanzadoras y poscrecientistas requiere una expansión consciente de la imaginación colectiva. Los participantes señalaron la profunda interconexión material entre la vivienda, la energía y el abastecimiento alimentario. Además, surgió un claro consenso en torno a la grave falta de espacios comunes locales que permitan a las comunidades reunirse y abordar las necesidades concretas del barrio.
- **Lecciones aprendidas:** La cocreación prospera generando propuestas inspiradoras y coherentes cuando se guía de forma eficaz con aportaciones breves y prácticas de los expertos/as; mantener el número de participantes en torno a 25 creó un entorno seguro y equitativo para perfiles cívicos diversos.

FUHEM – Talleres sobre alimentación, movilidad, vivienda y poscrecimiento urbano (Madrid)

- **Participantes:** Más de 40 personas asistieron a los talleres, lo que reflejó una mezcla de múltiples partes interesadas procedentes del mundo académico, la sociedad civil organizada, los sindicatos, las asociaciones de consumidores, así como concejales locales y regionales. Las poblaciones marginadas se integraron a través de representantes de diferentes organizaciones.
- **Metodología:** Con una duración de 15 horas repartidas en tres sesiones presenciales, el módulo utilizó charlas de expertos/as «desencadenantes», rondas de diagnóstico rápido y ejercicios de elaboración de hojas de ruta. Se utilizaron simulaciones estratégicas (del tipo «¿Qué harías si tuvieras el poder?») para plasmar las propuestas estructurales en acciones municipales viables.
- **Conclusiones clave:** El taller sobre alimentación puso de manifiesto la asombrosa vulnerabilidad logística de Madrid, destacando su dependencia casi total de las importaciones de alimentos. En materia de vivienda, el grupo concluyó que la precariedad se deriva de la financiarización y de que los fondos de inversión tratan la vivienda como un activo inmobiliario, más que de una falta de oferta. Se identificó que la movilidad se encuentra atrapada en un imaginario cultural centrado en el coche y profundamente arraigado en las escuelas de ingeniería. Aunque estos talleres temáticos se celebraron por separado, se constató que estos retos estaban indisolublemente vinculados, lo que a menudo requería soluciones intersectoriales.
- **Lecciones aprendidas:** El uso de diagnósticos territoriales basados en datos es fundamental para traducir los conceptos abstractos del «poscrecimiento» en necesidades materiales inmediatas. Enmarcar los cambios estructurales en torno a la «justicia social», en lugar del término técnico «poscrecimiento», ayuda a sortear la resistencia ideológica y a construir un terreno común.

Commons Network – La economía comunitaria (Ámsterdam)

- **Participantes:** El módulo se diseñó a medida para iniciativas comunitarias locales, agentes vecinales activos y líderes municipales que trabajan en zonas urbanas vulnerables, centrándose específicamente en los distritos del norte y el sureste de Ámsterdam.
- **Metodología:** Estructurado en torno a una secuencia de seis sesiones presenciales, el programa combinó la reflexión crítica con el desarrollo de habilidades tácticas. El núcleo pedagógico se basó en el mapeo de redes y conflictos, el desarrollo comunitario basado en los activos y un «enfoque de beneficios mutuos» centrado en dotar a los actores locales de habilidades de negociación estratégica.
- **Conclusiones clave:** El módulo abordó directamente el «cansancio vecinal» imperante, derivado de colaboraciones históricas de carácter extractivo con el ayuntamiento. Proporcionó herramientas para construir prácticas económicas locales resilientes y arraigadas en el cuidado, lo que permitió a los agentes presentar propuestas al margen de las lógicas de crecimiento.
- **Lecciones aprendidas:** La educación para la transición en contextos marginados requiere vincular las teorías económicas generales con conjuntos de herramientas directas y basadas en habilidades que empoderen a las comunidades para negociar en pie de igualdad con las instituciones públicas.

NaZemi – Resiliencia comunitaria (Jablonec nad Nisou)

- **Participantes:** Al seminario asistieron 20 personas profundamente arraigadas en el tejido local: empleados de la administración local, cargos electos, emprendedores/as sociales, trabajadores de organizaciones sin ánimo de lucro, educadores y miembros de asociaciones locales activas y comités de barrio. Cabe destacar que el módulo incluyó explícitamente a representantes activos de las minorías étnicas romaní y ucraniana.
- **Metodología:** Este taller presencial intensivo de 24 horas combinó breves aportaciones teóricas (2 horas al día) con actividades participativas y facilitadas. Los participantes cartografiaron activamente los flujos socioeconómicos locales y pusieron en práctica habilidades de organización comunitaria de base. Para gestionar el estrés emocional que supone hablar en público, las personas facilitadoras utilizaron la comunicación no violenta y otros elementos inclusivos de la educación transformadora.
- **Conclusiones clave:** Los participantes adquirieron una comprensión práctica de cómo ampliar sus comunidades mediante la organización activa y de cómo rastrear y visualizar los flujos económicos locales. Las sesiones fomentaron el compromiso individual con la resiliencia económica colaborativa, inspirada en el marco de la «Creación de Riqueza Comunitaria».
- **Lecciones aprendidas:** Los formadores deben posicionarse como socios en lugar de como expertos/as que lo saben todo, reconociendo a los participantes como los máximos expertos/as en su contexto local. Trabajar en pequeños grupos resultó muy eficaz para moderar las voces dominantes y garantizar que se compartieran todas las opiniones.

IPE – Perspectivas más allá del crecimiento (Zagreb)

- **Participantes:** El módulo reunió a 20 personas, centrándose en concejales y miembros de la administración municipal, junto con representantes de ONG y cooperativas, investigadores/as del poscrecimiento y expertos/as en la materia.

- **Metodología:** Impartido presencialmente en dos sesiones de 8 horas. La primera sesión adoptó un enfoque holístico de los retos de la ciudad utilizando el modelo del «donut»: tras las aportaciones introductorias de los expertos/as, los participantes trabajaron en tres grupos moderados para identificar cuestiones relacionadas con la planificación urbana poscrecentista, concluyendo con un debate plenario. La segunda sesión abordó la alimentación, la energía, la vivienda y la movilidad mediante una estructura menos formal: un experto presentó la situación actual de cada sector, a lo que siguió un debate semiestructurado.
- **Conclusiones clave:** Los participantes profundizaron en su comprensión del modelo del «donut» como herramienta de planificación urbana, aplicándolo a distintos sectores para mapear su interdependencia a la hora de desarrollar la resiliencia climática. La planificación a largo plazo se reveló como un instrumento fundamental para dar forma a las políticas actuales, al tiempo que sienta las bases para intervenciones más radicales en el futuro. A lo largo de los debates sectoriales, los participantes identificaron puntos ciegos recurrentes: las prácticas existentes para reducir la huella ambiental y mejorar los servicios públicos suelen permanecer aisladas unas de otras, lo que requiere un esfuerzo municipal más coordinado para generar un cambio sistémico.
- **Lecciones aprendidas:** Una lección fundamental fue que, dentro de un sistema financiero e institucional que sigue dependiendo del crecimiento, la vía más viable es el “hacking” a nivel micro: utilizar los marcos políticos existentes para introducir prácticas más radicales desde dentro —desde alimentos producidos de forma ecológica en las instituciones públicas hasta dar prioridad al uso de la bicicleta y el transporte público frente al uso del coche. Estas intervenciones incrementales fomentan la aceptación por parte del público y demuestran los beneficios de los enfoques poscrecentistas, pero un cambio sistémico más profundo requiere una coordinación intersectorial que sigue estando en gran medida ausente.

5.3. Dinámicas entre múltiples partes interesadas: lecciones compartidas

Diseño de espacios de aprendizaje inclusivos para perfiles cívicos diversos

Los módulos locales demostraron que un proceso educativo poscrecentista exitoso requiere reunir a un grupo muy diverso y multisectorial, que abarca desde empleados de la administración local, cargos electos y académicos/as hasta sindicatos, emprendedores/as sociales y activistas de base. Fundamentalmente, los talleres demostraron que la incorporación de grupos vulnerables o marginados —como las minorías étnicas romaní y ucraniana en Brno, la ciudadanía con experiencia vivida de la pobreza en Bélgica y los colectivos vecinales de barrios vulnerables de Madrid y Ámsterdam— es esencial para asentar la transición en las realidades vividas.

La integración de estos diversos actores puso de manifiesto condiciones de partida muy diferentes en cuanto a la confianza local. Mientras que algunas ciudades se beneficiaron de una relación naturalmente positiva y popular entre la ciudadanía y su administración local, otros contextos urbanos tuvieron que hacer frente explícitamente al “cansancio vecinal”, resultado de colaboraciones históricas y explotadoras con las instituciones públicas. Reunir estos contextos tan contrastados en un mismo espacio requirió metodologías que reconocieran las disparidades sistémicas —como la enorme brecha de recursos entre los movimientos sociales y los grandes fondos de inversión respaldados por instituciones financieras centrales— y que trabajaran activamente para construir una red horizontal y compartida desde la base.

Estrategias pedagógicas para democratizar la participación

Una lección fundamental compartida por todas es que las presentaciones tradicionales y prolongadas a cargo de expertos/as no logran captar la atención de un público compuesto por múltiples partes interesadas; por el contrario, los módulos tuvieron éxito cuando se utilizaron aportaciones concisas seguidas de diálogos estructurados y orientados a la acción. Sin embargo, la participación activa puede suponer un reto mental y emocional para las partes interesadas que no están acostumbradas a compartir sus opiniones o a hablar ante un grupo numeroso. Para gestionar esta tensión, los formadores obtuvieron buenos resultados al utilizar marcos pedagógicos específicos que ayudaban a los participantes a comprender y gestionar sus sentimientos, junto con garantías explícitas de que hablar en público era totalmente voluntario.

Para equilibrar aún más el diálogo, los talleres utilizaron diversas herramientas prácticas:

- **Configuraciones en grupos reducidos:** trabajar en parejas o en equipos reducidos resultó muy eficaz para moderar las voces dominantes, garantizando que las opiniones de todos pudieran escucharse y compartirse plenamente.
- **Diagnósticos y simulaciones de duración limitada:** el uso de rondas de diagnóstico rápido y simulaciones interactivas de juego de roles logró convertir los debates abstractos en propuestas concretas y ejemplos prácticos.
- **Planes de acción estructurados frente al debate libre:** las personas facilitadoras observaron un equilibrio constante entre permitir a los expertos/as la libertad de aportar desde su experiencia y mantener un flujo estructural estricto para evitar que los talleres degeneraran en quejas desestructuradas o se perdieran en la enorme complejidad de las crisis interrelacionadas.

Además, gestionar los desequilibrios de poder entre los actores institucionales y la ciudadanía local requirió una reevaluación consciente de la propia autoridad de las personas facilitadoras dentro del espacio de aprendizaje. Los educadores aprendieron que debían desmontar activamente la idea del formador como experto omnisciente, animando explícitamente al grupo a reconocer que los propios participantes son los verdaderos expertos/as en su contexto local.

Asimismo, mediante el uso de diferentes métodos (por ejemplo, pequeñas salas de trabajo en grupo sin la presencia del facilitador) para garantizar que los participantes pudieran deliberar libremente sin sentirse evaluados, las facilitadoras lograron crear entornos seguros y equitativos en los que perfiles cívicos diversos pudieran cuestionar las ideas establecidas y ponerse a prueba a sí mismos con respeto.

Gestionar las tensiones ideológicas y ponerse de acuerdo sobre las realidades materiales

El entorno con múltiples partes interesadas suscitó, como es natural, importantes debates ideológicos sobre los mecanismos de una transición posrecentista. Las fricciones más destacadas surgieron en torno a los siguientes ejes:

- **Confianza en el Estado y propiedad pública:** El concepto de socialización y prestación pública provocó un intenso debate debido a las relaciones y la confianza histórica en el Estado, muy diferentes entre los participantes internacionales.

- **Geopolítica Norte-Sur de la suficiencia:** Los debates pusieron de manifiesto tensiones subyacentes sobre si los enfoques basados en la baja demanda o en la suficiencia energética constituyen una imposición del Norte Global cuando se aplican a contextos del Sur Global en los que el acceso básico sigue siendo insuficiente.
- **Viabilidad de mercado frente a desmercantilización:** En sectores como la vivienda, los participantes expresaron una profunda resistencia a la realidad estructural de que aumentar la oferta no consiguiera reducir los precios cuando se deja en manos de un mercado especulativo.

Para gestionar estos conflictos sin cerrar el diálogo, las personas facilitadoras permitieron plena libertad en la expresión de dudas y utilizaron herramientas especializadas de negociación estratégica —como el *Enfoque de ganancias mutuas (Mutual Gains Approach)*— para identificar los intereses divergentes y alinear las propuestas institucionales con las necesidades reales de los barrios.

En última instancia, los módulos demostraron que la forma más eficaz de sortear las fricciones ideológicas o la resistencia a la terminología abstracta es basar el plan de estudios en diagnósticos territoriales específicos y basados en datos. Al enmarcar estas necesidades materiales absolutas en torno al eje común de la «justicia social» y el bienestar colectivo, en lugar de en los términos técnicos o ideológicos del poscrecimiento, los grupos de múltiples partes interesadas lograron encontrar un terreno común y crearon conjuntamente hojas de ruta coherentes y esperanzadoras para sus ciudades. Una última lección compartida se refería al papel indispensable de la voluntad política dentro de las administraciones municipales. Incluso en contextos en los que el gobierno local se muestra en general favorable a las ideas del poscrecimiento, la ausencia de un compromiso institucional explícito dificulta una participación significativa y hace que el progreso dependa de la identificación de aliados dentro de la administración —un proceso que exige un trabajo sostenido de fomento de la confianza, negociación y defensa de la causa. Cuando existía voluntad política, esta actuaba como un multiplicador de todo lo demás que los módulos pretendían lograr.

RECOMENDACIONES PARA REPRODUCIR EL PROGRAMA

Las siguientes recomendaciones se derivan de las reflexiones de las organizaciones asociadas, los comentarios de los participantes y los patrones documentados a lo largo de las seis sesiones. Están dirigidas a educadores, organizaciones de la sociedad civil y gobiernos locales que estén considerando poner en marcha un programa similar.

Sobre el diseño del programa

- 1 Utilizar una estructura sectorial basada en las necesidades básicas, en lugar de la etiqueta «poscrecimiento». Esto amplía el alcance, evita la autoselección y fomenta el pensamiento sistémico a través de lo familiar.
- 2 Combinar un módulo general accesible a un público amplio con módulos adaptados a cada contexto local que profundicen en ámbitos específicos. Ambos formatos son complementarios, no alternativos.
- 3 Tener en cuenta desde el principio las limitaciones del formato en línea. Incorporar momentos deliberados de interacción entre participantes, considerar elementos híbridos o presenciales cuando los recursos lo permitan e invertir en una infraestructura de conexión tras la finalización del curso (grupos de chat, redes de antiguos alumnos).
- 4 Rediseña la participación en los foros: sustituye los hilos abiertos de preguntas y respuestas por comentarios integrados en los materiales específicos y por preguntas estructuradas que inviten a compartir experiencias.

Sobre el contenido y los ponentes

- 5 Dar prioridad a los ejemplos concretos frente a los argumentos estructurales, especialmente para un público que se acerca por primera vez al concepto de «poscrecimiento». Los ejemplos históricos amplían la imaginación política; los ejemplos contemporáneos proporcionan modelos replicables.
- 6 Presentar ejemplos tanto de abajo arriba como de arriba abajo en cada sesión, y deja claras las condiciones en las que se desarrollaron de forma interactiva.
- 7 Informar exhaustivamente a todos los ponentes con antelación: compartir la estructura de la sesión, el orden de intervención, el perfil de los participantes y el marco general del curso. Mantener separadas las presentaciones del moderador y de los ponentes.
- 8 Asegurarse de que todos los ponentes utilicen material visual de apoyo. En entornos multilingües, las diapositivas constituyen una ayuda cognitiva y lingüística significativa.

Sobre la diversidad y la inclusión

- 9** Proporcionar materiales con distintos niveles de profundidad y en múltiples formatos (texto, vídeo, podcast) en varios idiomas. Ofrecer múltiples puntos de acceso para participantes con diferentes antecedentes.
- 10** Diseñar el programa teniendo en cuenta explícitamente la heterogeneidad sociodemográfica de los grupos de participantes, especialmente en torno a temas —vivienda, energía, propiedad pública— en los que los intereses materiales de los participantes divergen. Dar cabida a esta heterogeneidad en lugar de nivelarla.
- 11** Prestar atención a las diferencias entre el Este y el Oeste y entre el Norte y el Sur en cuanto a la acogida de las propuestas de poscrecimiento. Invertir en ejemplos y argumentos que traspasen estas divisiones, y elegir ponentes cuyos contextos representen la diversidad de la base de participantes.

Sobre el aprendizaje entre pares y el seguimiento

- 12** Considerar el aprendizaje entre pares como un resultado fundamental, no como un efecto secundario. Invertir en el diseño de salas de trabajo en grupo, la facilitación multilingüe y la cultura del foro para que el intercambio entre pares sea lo más enriquecedor posible.
- 13** Crear vías explícitas que conecten el curso con la acción: vínculos con cooperativas, redes, campañas locales y procesos políticos. El curso cambia la forma de pensar de las personas; la infraestructura de seguimiento da forma a lo que hacen.

Anexo A

Glosario de conceptos clave



Posrecimiento

El posrecimiento es la concepción de una economía próspera en la que se satisfacen las necesidades humanas básicas sin sobrepasar los límites planetarios y en la que nuestra economía no depende del crecimiento infinito. Existen muchos enfoques e ideas sobre el posrecimiento. A menudo se agrupan bajo términos como “decrecimiento”, “economía del bienestar” o “economía del donut”.

Dependencia del crecimiento

En la economía actual, impulsada por el crecimiento, se considera esencial que la expansión económica sea constante. Sin crecimiento surgen riesgos como el estancamiento, el desempleo y la quiebra de empresas. Sin embargo, el crecimiento en sí mismo genera desigualdad, agota los recursos naturales y tiene otras consecuencias perjudiciales. La transición a una economía de posrecimiento que garantice una buena vida para todos significa avanzar hacia un sistema económico sin dependencias del crecimiento.



Crisis ecosocial

En la crisis ecosocial convergen varias crisis —ecológicas, sociales, políticas, raciales— que se originan en el capitalismo, donde se destaca cómo los factores socioeconómicos impulsan la transgresión de los límites planetarios y exacerban sus consecuencias. Este concepto subraya cómo las estructuras, las instituciones, los actores y las relaciones de poder que conforman el capitalismo mundial refuerzan simultáneamente la degradación ambiental y las desigualdades.

La intersección entre el racismo, el sexismo y el capitalismo

El capitalismo se basa en el acceso a mano de obra barata y recursos naturales, lo que se asegura en parte mediante desigualdades sistémicas. De este modo, el capitalismo, el racismo y el sexismo están entrelazados: los sistemas capitalistas dependen de las jerarquías raciales y de género y, a su vez, las refuerzan. Estas jerarquías justifican la distribución desigual de los recursos y las oportunidades. Esta perspectiva interseccional cuestiona la idea de que la mera diversificación de la clase dominante puede combatir el racismo o el sexismo, y hace hincapié en la necesidad de abordar el sistema subyacente que explota y margina a las personas.



Límites planetarios

Los límites planetarios son límites definidos científicamente dentro de los cuales la humanidad puede actuar con seguridad para evitar desestabilizar el sistema terrestre. El traspaso de estos límites aumenta el riesgo de desencadenar cambios ambientales a gran escala, potencialmente irreversibles, que podrían socavar la capacidad del planeta para sustentar el bienestar humano.



Suficiencia

El concepto de suficiencia se refiere a que todas las personas tengan acceso a los recursos y servicios necesarios para satisfacer sus necesidades diarias, sin sobrepasar los límites del planeta. La suficiencia se entiende de manera diferente según el contexto: en los países más ricos, la suficiencia también implica la reducción de la demanda o del consumo, con el fin de garantizar la equidad global al tiempo que se sostiene la prosperidad y el bienestar para todas las personas. En los países más pobres, esto puede implicar el aumento del consumo para satisfacer las necesidades.



Desmercantilización

La desmercantilización es el proceso por el cual las cosas, los servicios, las ideas o el trabajo se retiran de la lógica de mercado, mientras el objetivo deja de ser la generación de ganancias para satisfacer necesidades específicas. Este proceso contrarresta la mercantilización, que es fundamental en un sistema económico basado en el crecimiento, en el que entidades que en el pasado no estaban mercantilizadas, como los servicios, las ideas, la naturaleza o el trabajo, se transforman constantemente en mercancías de intercambio en el mercado con el fin de la maximización del lucro, ya que este proceso permite el crecimiento de la economía.



Bienes comunes y comunalización

Los bienes comunes son procesos autogestionados y dirigidos por la comunidad para gobernar los recursos y las relaciones. La comunalización resalta los procesos sociales de uso colectivo, gobernanza y construcción de comunidades, al ofrecer una práctica poscapitalista que fomenta las relaciones sociales más allá de la lógica de mercado. Los bienes comunes han sido un sector olvidado de nuestras sociedades y nuestra economía, y reflejan el espacio en el que las comunidades redactan sus propias reglas. Los bienes comunes presuponen actividad, comunicación y administración democrática. Nos alejan del pensamiento lineal y el individualismo, y nos acercan a los ecosistemas y las relaciones.



Economía comunitaria

La economía comunitaria es una economía que sirve a la comunidad, a través del arraigo local, la propiedad compartida y la toma de decisiones inclusiva. La prosperidad ya no se mide por el producto nacional bruto, sino por nuestro bienestar colectivo. El valor económico y social no se extrae, sino que permanece en la comunidad que lo produjo.

Creación de riqueza comunitaria

La creación de riqueza comunitaria como estrategia tiene como objetivo democratizar la economía local y fortalecer las comunidades locales al otorgarles un papel más destacado a las cooperativas y utilizar las grandes instituciones de la ciudad o el barrio como “anclas” para llevar a cabo importantes transformaciones sociales y económicas.

Cooperativas

Las cooperativas son la columna vertebral de la economía comunitaria, ya que generan valor social y económico a través de la propiedad compartida y la gobernanza colectiva. Estos colectivos adoptan muchas formas. Por ejemplo, existen cooperativas de consumo en las que las personas ponen en común sus recursos para comprar bienes o servicios, pero también hay cooperativas de trabajadores en las que las y los trabajadores tienen la propiedad colectiva de la empresa y de sus ganancias. Las cooperativas también pueden ser alianzas de organizaciones o coaliciones de vecinos. En los últimos años, las cooperativas experimentaron un auge, especialmente en sectores como la sanidad, la energía y la vivienda. La gente se organiza para lidiar con las dificultades apremiantes de nuestro tiempo, pasando por alto los sistemas tradicionales del mercado y de Gobierno.



Agroecología

La agroecología es un enfoque que combina ciencia, práctica y movimiento social para transformar el sistema agroalimentario frente a la crisis climática, la pérdida de biodiversidad y la injusticia social. Integra prácticas agrícolas ecológicas con principios de justicia ecosocial, desafía la lógica de la agroindustria y fomenta la soberanía alimentaria y el cuidado de los ecosistemas.

Soberanía alimentaria

La soberanía alimentaria defiende tanto el derecho de las personas a decidir la manera en que se producen y consumen sus alimentos como la promoción de modelos agroecológicos que priorizan la justicia social, la sostenibilidad y la producción local por encima de la lógica del lucro globalizado. Esta concepción implica una profunda transformación del sistema agroalimentario, que asegura los derechos laborales, el acceso a los recursos y la participación social, con la agroecología como guía para generar sistemas alimentarios justos, resilientes y sostenibles.



Bienes comunes digitales

Por bienes comunes digitales se entienden los recursos e infraestructuras digitales de propiedad colectiva y gobernados democráticamente. Promueven la gobernanza democrática, la autonomía digital, el desarrollo económico inclusivo y un panorama digital diverso y descentralizado. Los bienes comunes digitales ofrecen una infraestructura inclusiva y reutilizable para sectores como los medios de comunicación, la educación y la sanidad, y contribuyen a un ecosistema digital diverso y resiliente, menos vulnerable a los monopolios y a los puntos únicos de fallo.

Infraestructura digital pública

La infraestructura digital incluye tanto la infraestructura física como los componentes digitales inmateriales, muchos de los cuales son de propiedad privada en la actualidad. Las tecnologías digitales esenciales deben estar bajo control público para asegurar su gobernanza y su acceso democráticos.

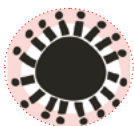


Cuidados

En el nivel más general, sugerimos que los cuidados sean considerados una actividad propia de nuestra especie que incluye todo lo que hacemos para mantener, continuar y reparar el mundo en el que vivimos.

Economía del cuidado

El capitalismo neoliberal, tanto institucional como ideológicamente, excluye y socava el papel de los cuidados; por el contrario, una economía del cuidado se centra en los cuidados —y no en el mercado— como cimiento de nuestro pensamiento económico. Esta devaluación del cuidado en el capitalismo neoliberal está vinculada a sistemas más amplios de explotación de género, clase y raza, en los que las mujeres soportan una carga desproporcionada. Los valores relacionales y formadores que constituyen el núcleo del cuidado tienen un potencial transformador para romper y reimaginar las normas capitalistas dominantes.



Democracia deliberativa

La democracia deliberativa responde a un ideal en el que las personas se reúnen, sobre la base de la igualdad y el respeto mutuo, para debatir los problemas políticos que padecen y, a partir de esos debates, decidir las políticas que afectarán sus vidas. La deliberación en sí misma se entiende, como mínimo, como una comunicación mutua en la que las personas participantes sopesan y reflexionan sobre sus preferencias, valores e intereses en relación con asuntos de interés común.



Metabolismo urbano/rural

Como metáfora de las ciudades como seres vivos, el metabolismo de una ciudad ilustra el tipo de intercambios biofísicos que se establecen con la naturaleza. A escala urbana, la mayor parte de los intercambios entre la sociedad y la naturaleza suceden con el ambiente rural, ya sea cercano o remoto, que brinda a las ciudades los materiales y la energía que necesitan para funcionar, a la vez que sirve, en parte, como sumidero de sus residuos.

Anexo B

Bibliografía y recursos por módulo

Organizados por sesión, indicando el formato (artículo, vídeo, podcast) y el idioma disponible:

https://www.tni.org/files/2026-08/EducationHandbookAnnexB_ES.pdf

Las ciudades son un eje esencial de transformación ecosocial. En ellas se concentran las emisiones, las desigualdades y las decisiones políticas que determinarán el futuro de millones de personas — pero también las comunidades organizadas, las cooperativas y los gobiernos locales capaces de actuar con rapidez.

¿Cómo se transforma una ciudad desde dentro? Este manual recoge la experiencia del proyecto Cities Beyond Growth: un programa educativo transnacional impulsado por seis organizaciones europeas con el apoyo del programa Erasmus+ de la Unión Europea. En él se documenta el marco conceptual del poscrecimiento aplicado a la escala urbana, los contenidos y la metodología del curso general en línea, los seis módulos adaptados a cada ciudad, y las lecciones aprendidas tras trabajar con más de mil participantes en Europa y el mundo. Está diseñado para quien quiera comprender, replicar o adaptar esta experiencia educativa en su propio contexto.



**Cofinanciado por
la Unión Europea**

Esta publicación ha sido realizada con el apoyo financiero de la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.

