

MATRIZ INDIVIDUAL

Creación de unas bases o pautas del Bien Común para funcionar a nivel individual
Listado de Buenas Prácticas

Objetivo: Ir potenciando todo aquello que queremos a nivel general desde nuestra esfera personal, con nuestros actos, con nuestra cotidianeidad y en el ámbito más cercano.

PUNTOS DE CONCRECIÓN DE EBC EN LA PRÁCTICA DIARIA

1. CONSUMO
 - Actitud ante el consumo
 - Consumo personal: ropa, higiene
 - Posicionamiento ante las Grandes Superficies
 - Consumo local-internacional
 - Comercio justo
2. ALIMENTACIÓN
 - Pautas
 - Importancia y orientación
3. SALUD
 - Pautas
 - El sentido de la salud
 - Actitud y aspectos a tener en cuenta
4. MOVILIDAD
 - Alternativas
 - Consumo de combustible
 - Viajes en avión, barco...
 - Pautas
5. CONSTRUCCIÓN Y HÁBITAT
 - Materiales
 - Geopatologías
 - Consumo de productos del hogar: mobiliario y artículos de limpieza y hogar
6. EDUCACIÓN, FORMACIÓN Y TRABAJO
 - Alternativas
 - Elección de centros de estudio para los hijos
 - Educación pública-privada
 - Opciones de formación
 - Pistas de formación en temática alternativa, ¿qué necesitaremos para crear el BC?
 - Pautas para elegir trabajo. Criterios a tener en cuenta
 - El trabajo en relación a la aportación a la colectividad y como desarrollo personal
 - Trabajo creativo-trabajo alienante
 - Trabajo y descanso. Manejo del tiempo libre y el ocio. Año sabático
 - Actitudes y pautas laborales en relación a la dirección y a los compañeros
 - Limitación de desigualdades
7. ECOLOGÍA Y SOSTENIBILIDAD
 - Energía. Formas de obtención. Pautas de consumo de energía en el hogar
 - Elección de compañías eléctricas, gas, calefacción
 - Medio ambiente: pautas
 - Reciclaje y contaminación
 - Propiedad privada-pública de la naturaleza
 - Huella ecológica de las actividades
8. CULTURA

- Cultura alternativa
- Pautas para participar y para consumir-asistir a espectáculos
- Centros, teatros, cines, museos, salas: condiciones y elecciones
- 9. MEDIOS DE COMUNICACIÓN Y REDES SOCIALES
 - Opciones y recomendaciones
 - Participación en redes sociales no alienante
 - Construcción de pautas de comunicación alternativas
 - Actitud ante la TV, radio, prensa
 - Medios alternativos
- 10. DINERO
 - Alternativas, nuevas monedas, trueque
 - Banca ética
 - Uso ético del dinero
 - Ongs
 - Pautas para funcionar con los bancos
 - Actitud ante hipotecas, préstamos, tarjetas, recibos...
 - Consumo e inversiones en bienes: casas, coches...

ASPECTOS A TENER EN CUENTA PARA REALIZAR LA MATRIZ INDIVIDUAL

1. PRINCIPIOS
 - Dignidad Humana
 - Responsabilidad Social
 - Sostenibilidad ecológica
 - Participación democrática
 - Solidaridad
2. OBJETIVO
 - Lograr DIGNIDAD PERSONAL.
 - Valor en igualdad, sin condiciones e ineludible.
 - Capacidad de cada persona de desarrollar su máximo potencial vital y satisfacer las necesidades básicas.
3. INTERACCIÓN
 - Ante la alternativa del capital de : salvése quién pueda y atomizar y aislar a las personas siendo meros consumidores.
 - Promover la orientación cooperativa y grupal en la línea de lograr estar en armonía con el entorno
 - Propiedad privada-pública
 - Bienes comunales democráticos
4. COOPERACIÓN versus COMPETENCIA
 - COMPETENCIA
 - se basa en el miedo y en la necesidad de ser mejores, al intentarlo perdemos la posibilidad de ser nosotros mismos y genera:
 - egoísmo, codicia,avaricia, envidia, flata de consideración y de responsabilidad.
 - COOPERACIÓN
 - se basa en relaciones satisfactorias, el reconocimiento,la valoración y la fijación y consecución de objetivos comunes y genera:
 - confianza, sinceridad, aprecio, respeto, escuchar a los demás, empatía, honestidad, estima, cooperación, ayuda mutua y voluntad de compartir.
5. MAXIMIZACIÓN DEL BENEFICIO versus UTILIDAD SOCIAL
 - Ante el objetivo de ganar más a costa de lo que sea, lucro exclusivo
 - Crear acciones de utilidad social que favorezcan el desarrollo personal y colectivo.
 - Desarrollo de factores que motivan más a las personas que el dinero: autonomía, identidad,

aportación, cooperación, comunidad y relaciones.

Creación del Balance del Bien Común

6. ÁREAS A DESARROLLAR:

- EDUCACIÓN EMOCIONAL: reconocer sentimientos y ser capaz de expresarlos
- EDUCACIÓN ÉTICA: aprender el respeto y el desarrollo de buenas prácticas
- EDUCACIÓN COMUNICACIONAL: aprender a escuchar y compartir
- EDUCACIÓN PARA LA DEMOCRACIA: aprender a cooperar
- EDUCACIÓN PARA DESCUBRIR LA NATURALEZA: contacto y respeto a la naturaleza
- EDUCACIÓN DEL CUERPO: autoresponsabilidad y autocuidado en comida, ejercicio, salud y acciones.