

RECONOCE LAS LIMITACIONES

Parfraseando a Javier Marías, cambiar el mundo, **erradicar las causas de las desigualdades, de la pobreza, y de las injusticias sociales, es un trabajo de locos...** pero si nadie lo hace, el mundo será aún más loco.

Está claro que solas, no podremos conseguirlo. Tendremos que aliarnos y encontrar personas con las que impulsar el cambio. Sumarnos a movimientos y a organizaciones. **¡Juntas somos más fuertes!**

Súmate a las propuestas ya en marcha

Hay muchas cosas que están ya en marcha (campañas, iniciativas, etc.) en las que puedes participar. Identifícalas, súmate con tus propuestas...

Haz voluntariado

Definir bien qué significa voluntariado. Necesidad de **fomentar una cultura de lo colectivo, cultura de la corresponsabilidad**, etc, no de la participación como personas externas o usuarias sin compromiso real.

Entender y asumir diferentes niveles de participación que fluctúan, dependiendo del momento de cada persona, su realidad, sus características...

SÉ PACIENTE

Cambiar el mundo no es cuestión de un día, no te frustres si no lo consigues a la primera. Se trata de procesos, y cuando hablamos de procesos no podemos conformarnos con resultados cortoplacistas poco transformadores. Se trata de **interiorizar actitudes**, de **adaptar los procesos a la realidad cambiante**, y de asumir, también, la incertidumbre.

Inspírate en historias positivas...

Quedarnos anclados en la queja, lo único que provoca es restar tiempo a la búsqueda de alternativas. **Debemos trabajar desde el positivismo** para superar las adversidades.

Los mismos problemas contados desde la alegría, el humor, desde la esperanza, desde el anhelo por mejorar las cosas, hacen que **se genere una energía contagiosa entre las personas** y aflore la creatividad, la confianza y las buenas ideas.

Celebra las pequeñas victorias

Cambiar el mundo puede ser algo agotador y muchas veces nos podemos sentir desoladas... cada vez que consigamos algún cambio, por pequeño que sea, **¡tenemos que celebrarlo!** Disfruta del camino y las personas, perspectivas y actividades que encuentras en él.

Cadena de favores/intercambio

Entre nuestras amistades, e incluso en otros grupos, de trabajo, de voluntariado, de actividades de ocio, **podemos fomentar el consumo colaborativo** mediante el intercambio de habilidades y conocimientos.

Los grupos de ayuda entre personas de forma gratuita y desinteresada, **nos hacen la vida algo mejor para todas las personas**, crean lazos de solidaridad y unen a los grupos y a las personas que pertenecen a los mismos.

Aprendamos de otra forma

Podemos aprender de forma activa, vivencial, emocional, libre, participativa, crítica.... Muchas personas se organizan y construyen alternativas para transformar su mundo. Podemos **aprender de estas experiencias e incorporar en nuestro día a día** los pequeños pasos que podemos dar para cambiar.

Piensa en "los cuidados"

Los cuidados son el conjunto de actividades que permiten que cada día **regeneremos el bienestar físico y emocional de las personas**. Incluyen, entre otras cosas, acompañar, sanar, cuidar,

reparar, atender y asistir a personas enfermas, cocinar, criar, reciclar... Constituyen un elemento básico de la vida y del desarrollo social. Constituyen una parte **"invisible"** del sistema económico en el que habitamos. Es un trabajo **realizado mayoritariamente por las mujeres**. Al incorporar la visión de "cuidados" a todo lo que hacemos, **pondremos en el centro el sostenimiento de la vida y el medio ambiente.**

