



PRO COMÚN

commons



VALOR

€ + ♥

- GESTIONAR crear
- PRODUCIR distribuir
- BIENES recolectar
- RECURSOS Productos
- TANGIBLES servicios
- INTANGIBLES com materiales

EN COMUNIDAD



AFFECTAD*S — IMPLICAD*S

LO QUE ES DE TOD* S
LO QUE NO ES DE NADIE

CO-RESPON
SABILIDAD

UN DERECHO
CIVIL M* S

GOBERNANZA

CONFIANZA

LEYES
NORMAS
ACUERDOS

TRANSPARENCIA

EQUIDAD

ACCESO
UNIVERSAL

DIVERSIDAD

PARA EL BIEN COMÚN

¿Propiedad privada?

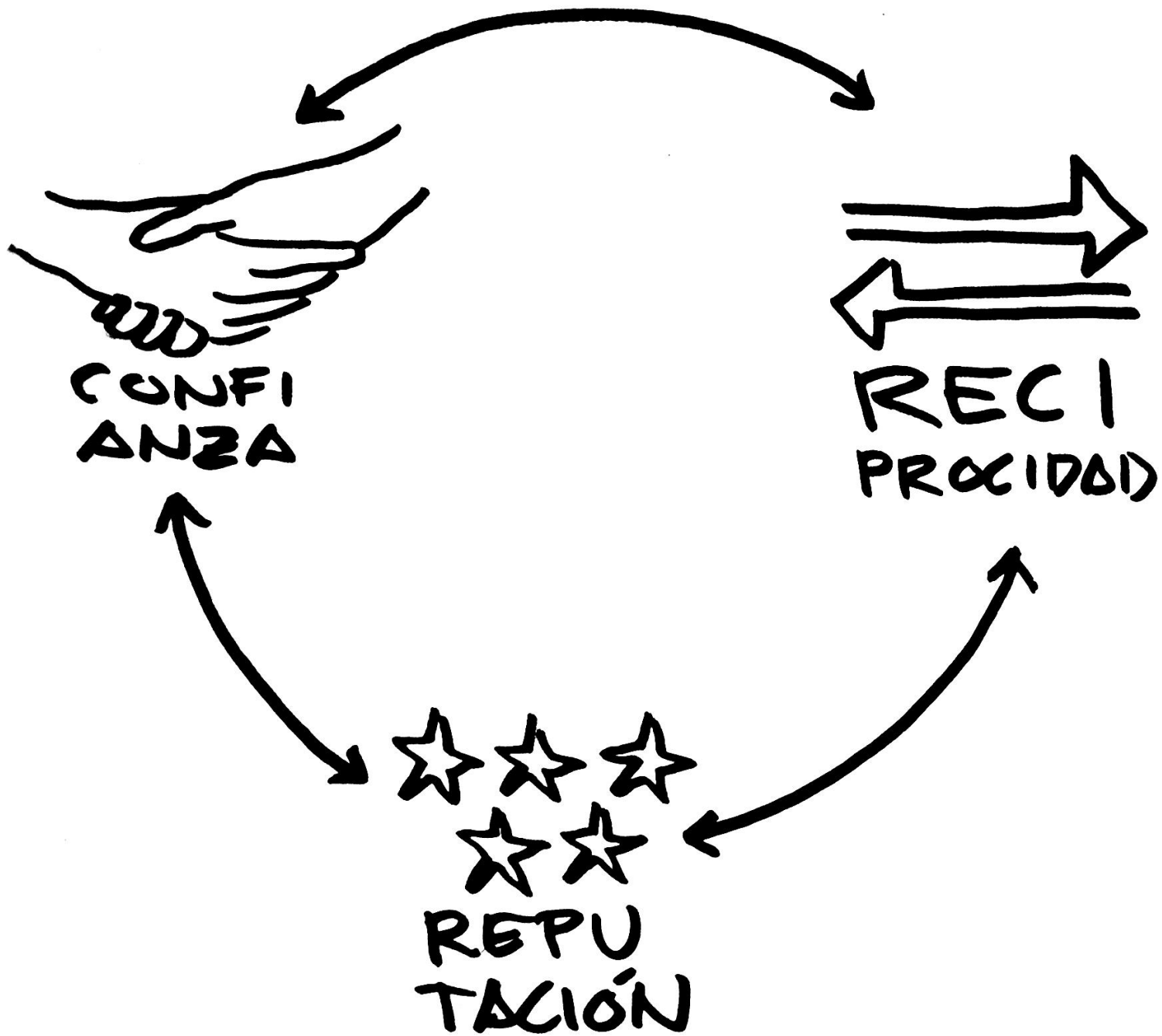
Propiedad Común



GOBERNANZA

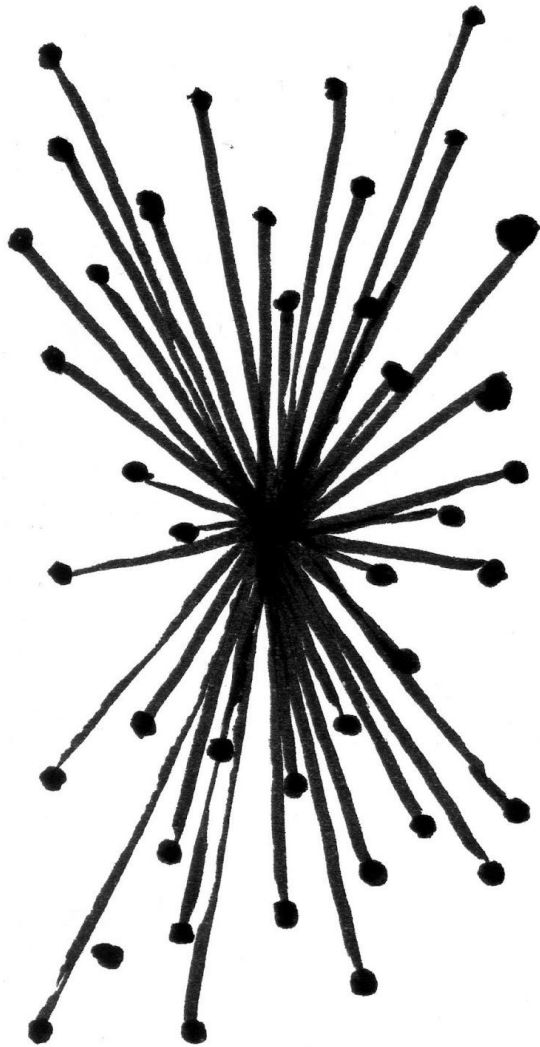
COMUNIDAD

RECURSO

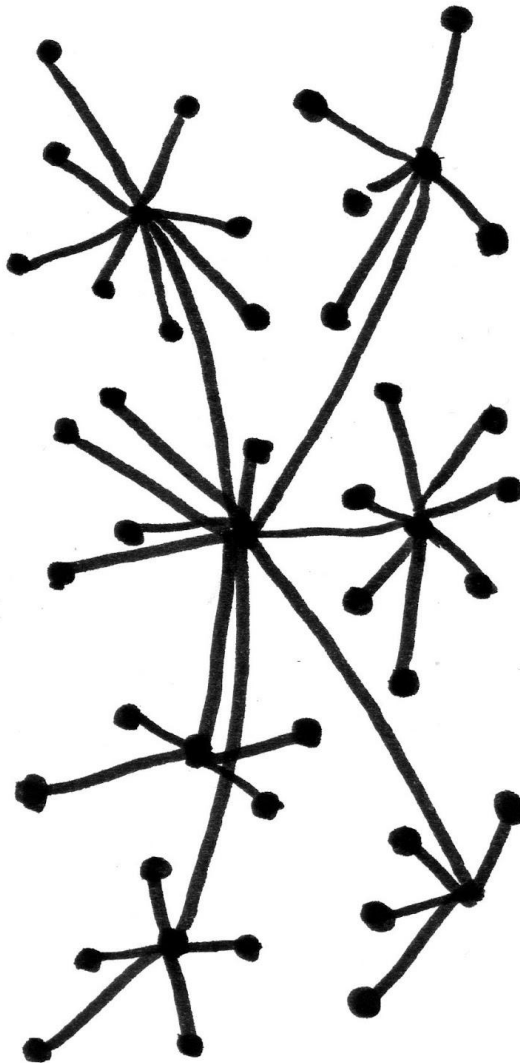


TIPOLOGÍA DE REDES

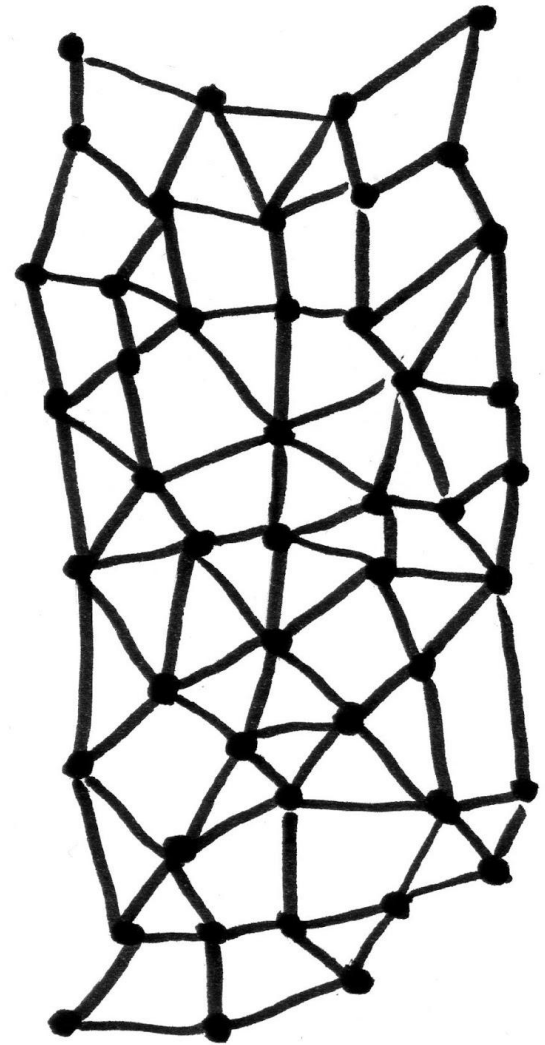
Paul Baran



CENTRALIZADA



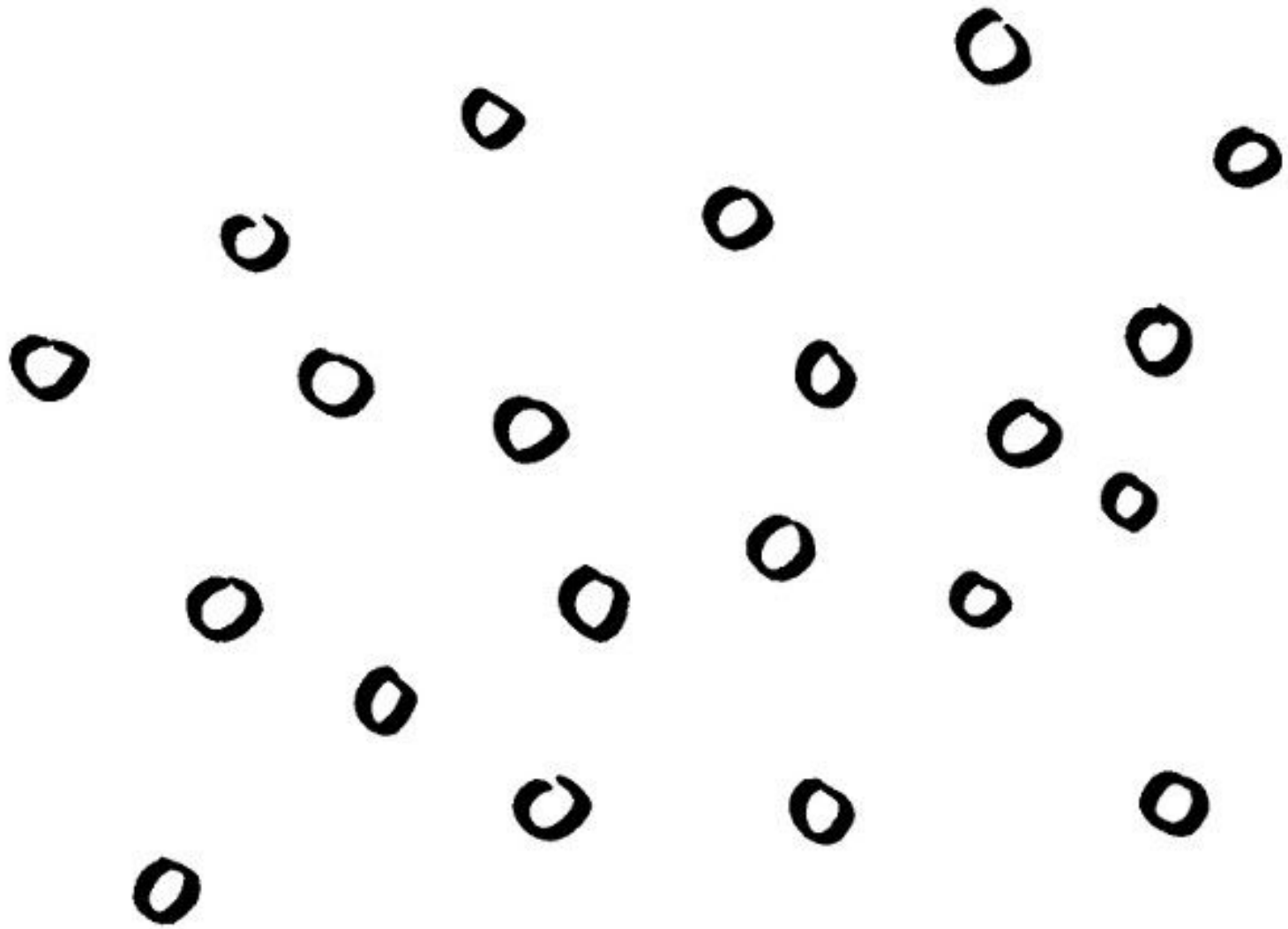
DESCENTRALIZADA

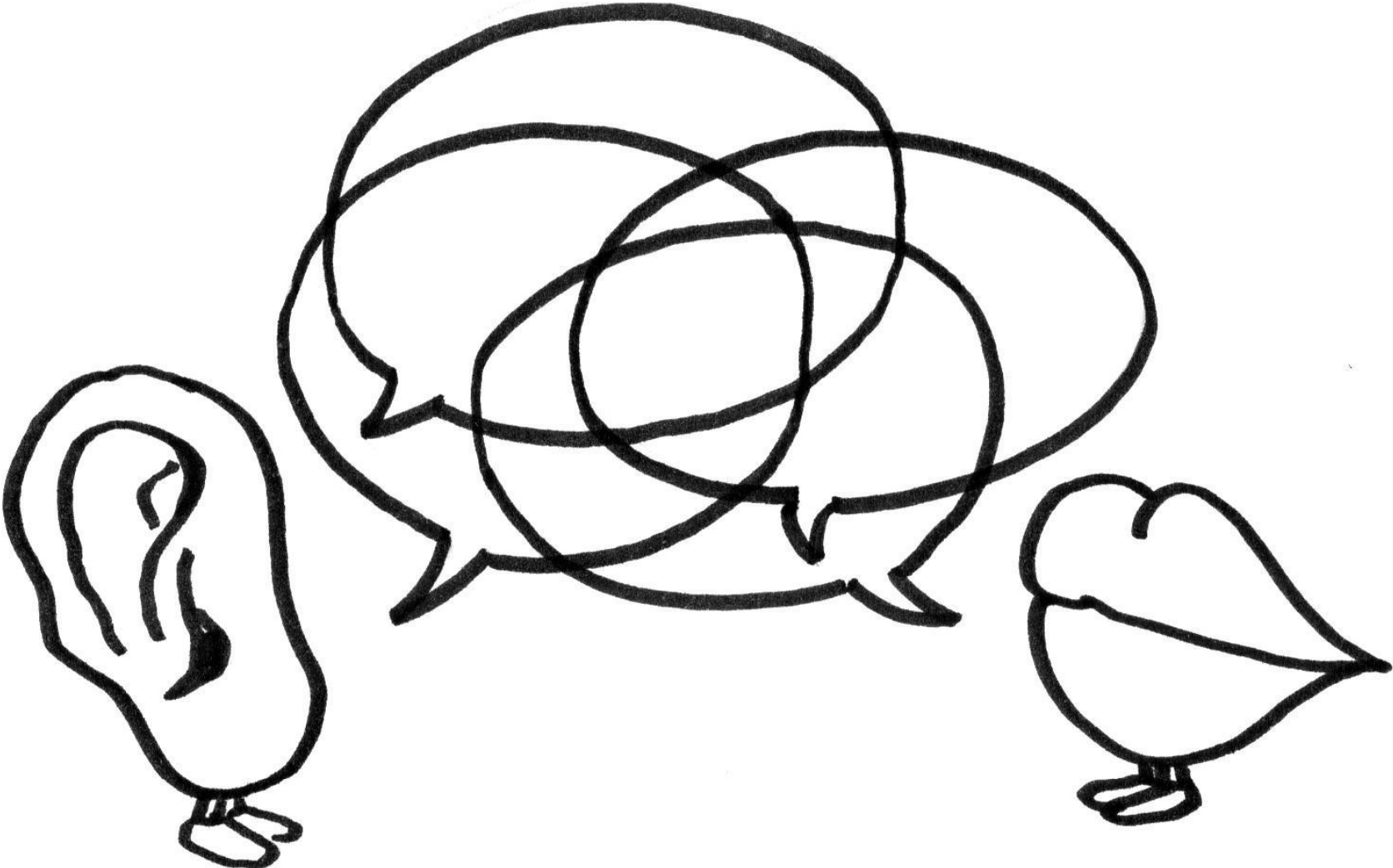


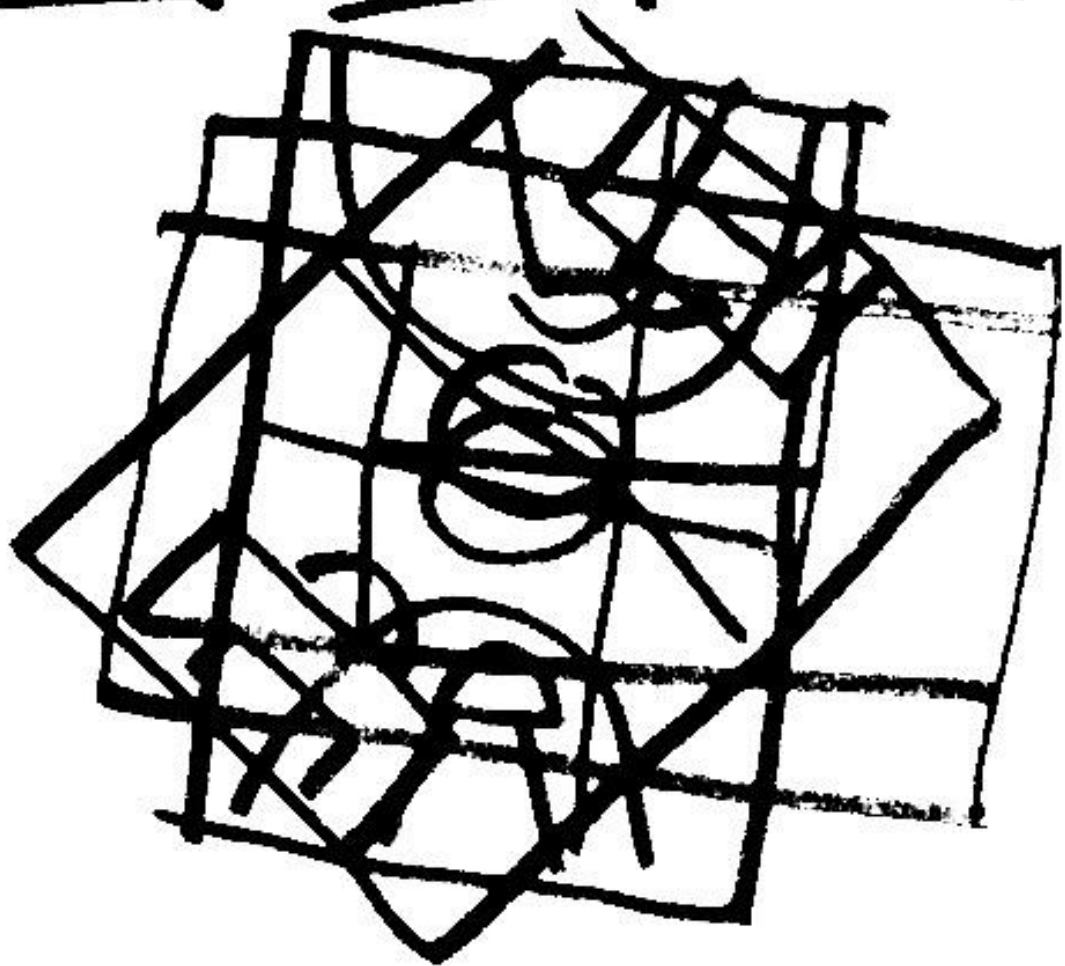
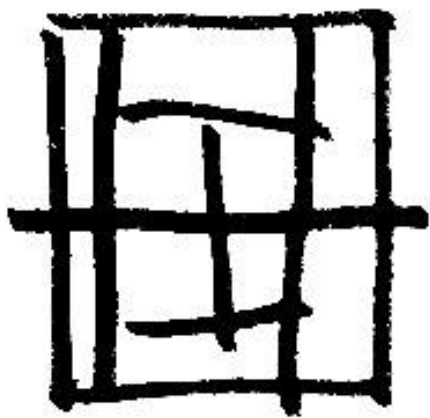
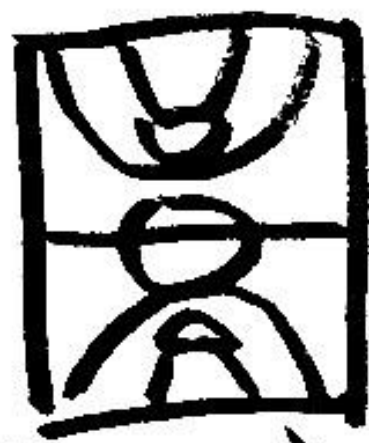
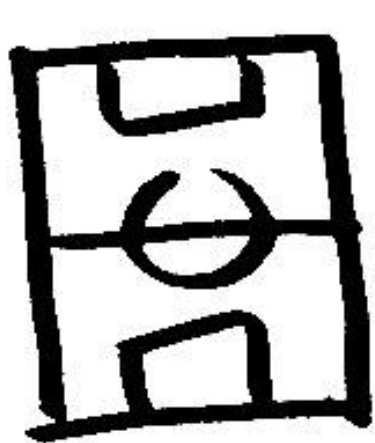
DISTRIBUIDA









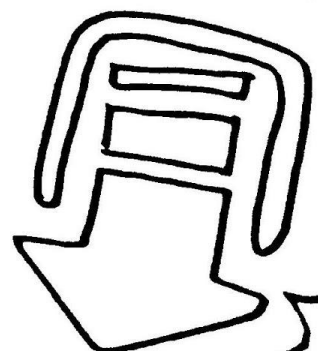


DESIGN TRANSFORMATIVE
CONSULTING

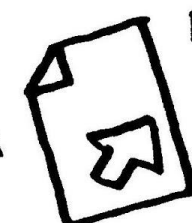




COPIA
UTILIZACIÓN



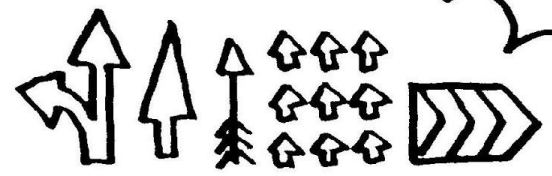
0A000A
1000AA
0A00A0



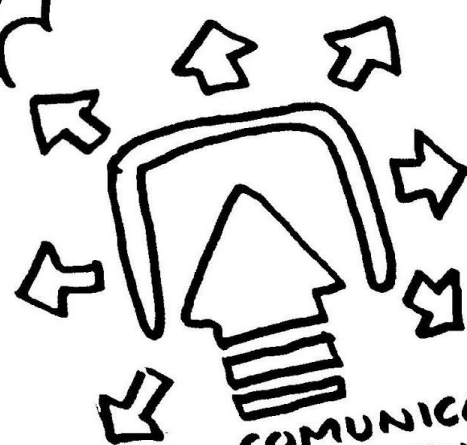
ACCESO
CÓDIGO
FUENTE
- PROGRAMA
- PATRÓN
- DISEÑO
- METODOLOGÍA
- MANUAL



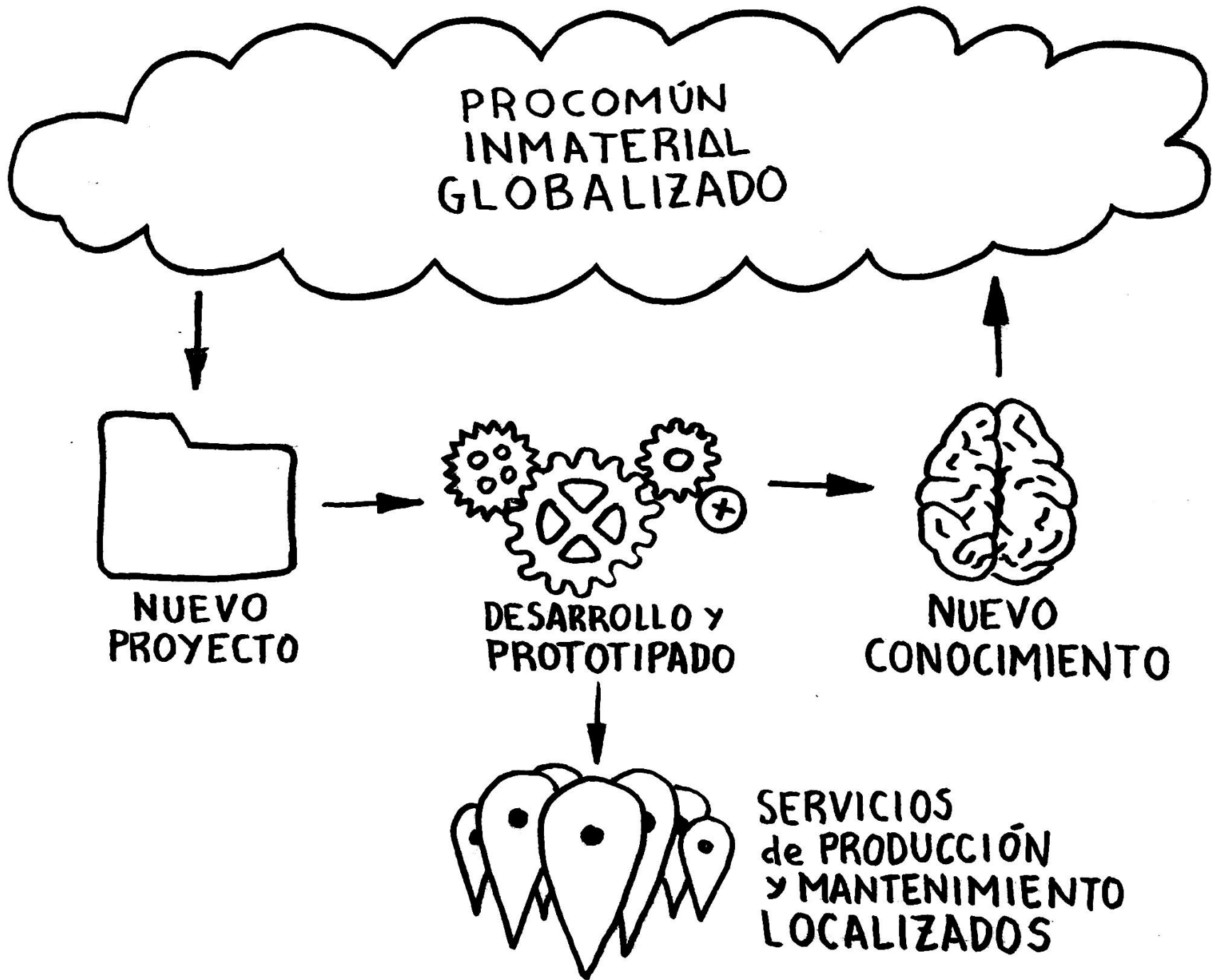
4 libe- tades



MODIFICACIÓN
MEJORA
DERIVADOS
APLICACIONES
REMEZCLA



COMUNICACIÓN
DISTRIBUCIÓN
EXPLOTACIÓN



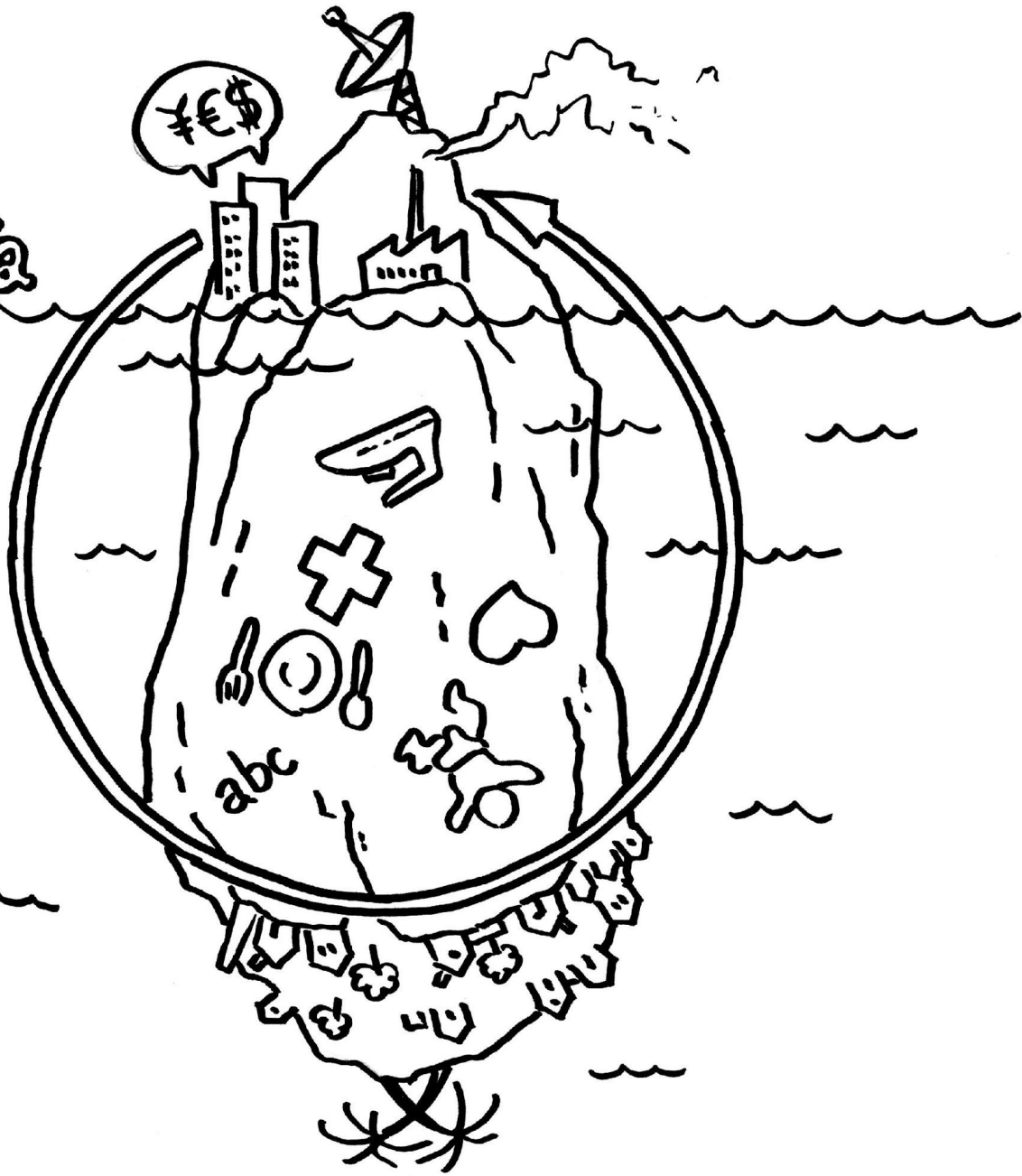
PÚBLICO
PRODUCTIVO
MERCADO
CALLE
VISIBLE

Economía

feminista

PRIVADO
REPRODUCTIVO
COMUNIDAD
CASA
INVISIBLE

ÉTICA
DE LOS
CUIDADOS





RETROALIMENTACION

PRINCIPIOS ETICOS

PERSONAS RESPONSABLES

JUSTICIA

ENTORNO

EMPEZAR PEQUEÑO

OBSERVAR E INTERACTUAR

USO INTENSIVO DE LA IMAGINACION

EL PROBLEMA ES LA SOLUCION

MÍNIMO ESFUERZO / MÁXIMO RENDIMIENTO

OBSERVACION PATRONES NATURALES

MAXIMIZAR BIODIVERSIDAD Y RELACIONES

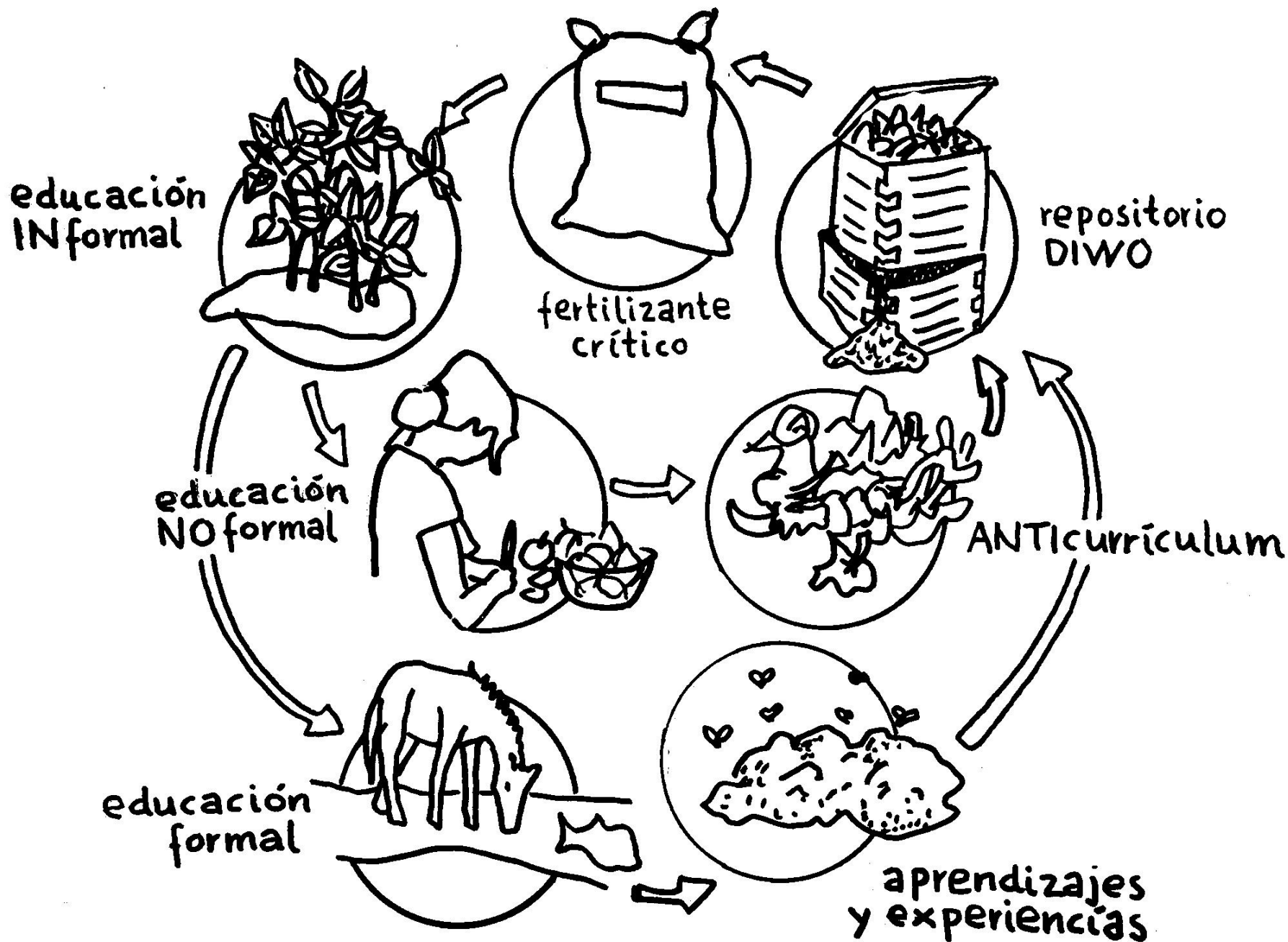
DISEÑO MULTIFUNCIÓN

CONECTAR ESTRUCTURAS

RECICLAJE Y REUTILIZACIÓN

CICLAGE DE ENERGÍA

DECRECIMIENTO

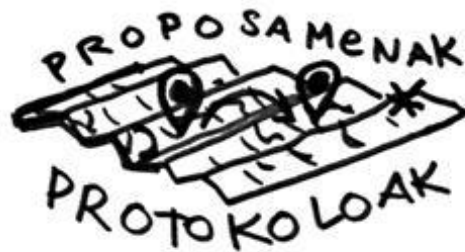
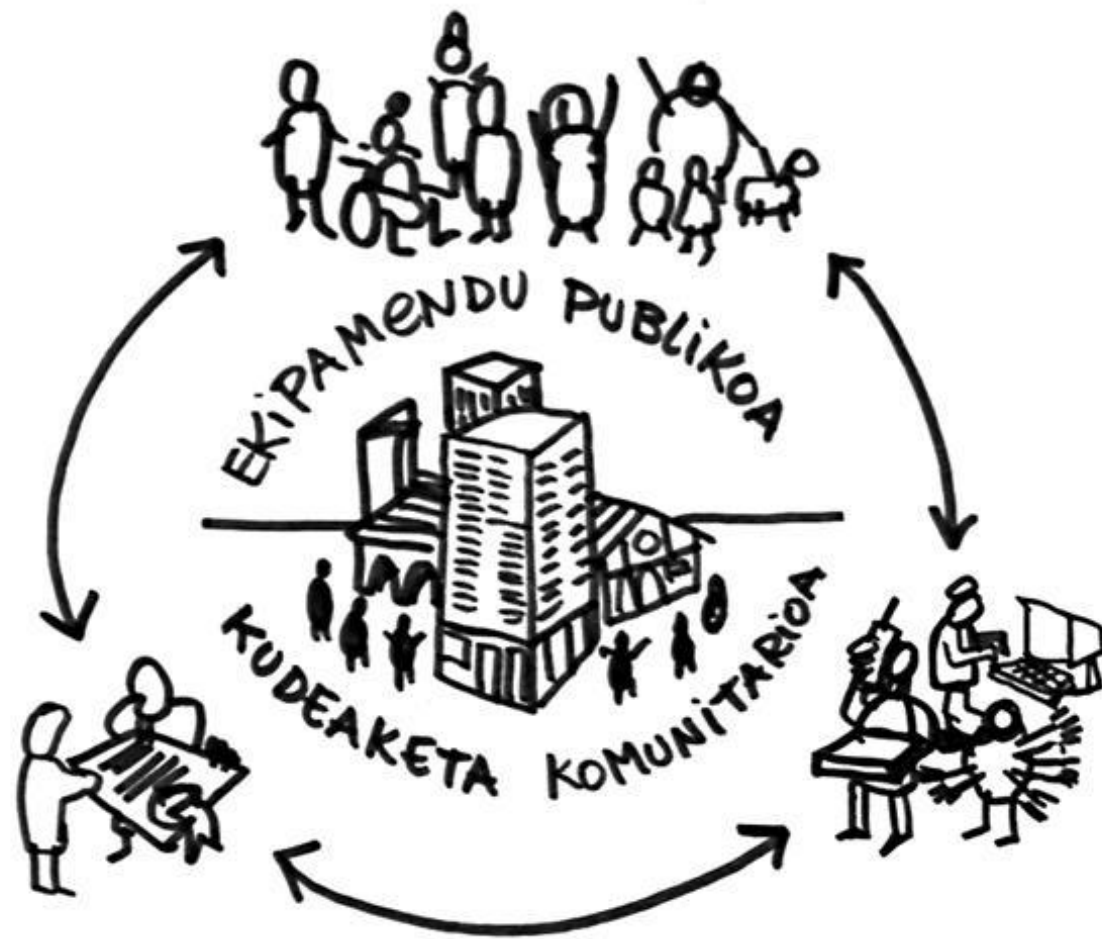
















1. PATRIMONIO CULTURAL

4. INDUSTRIAS CULTURALES Y CREATIVAS

2. ARTES

3. ARTES APLICADAS Y SERVICIOS AUXILIARES



SECTORES Y SUBSECTORES

KULTURISYSTEMA-ren kor

Matrise kontrast...

Beitolaletza
-a Parikua
Cultural

LA RENDI
LA RENDI
LINDISTO

1. PATRIMONIO CULTURAL

2. ARTES

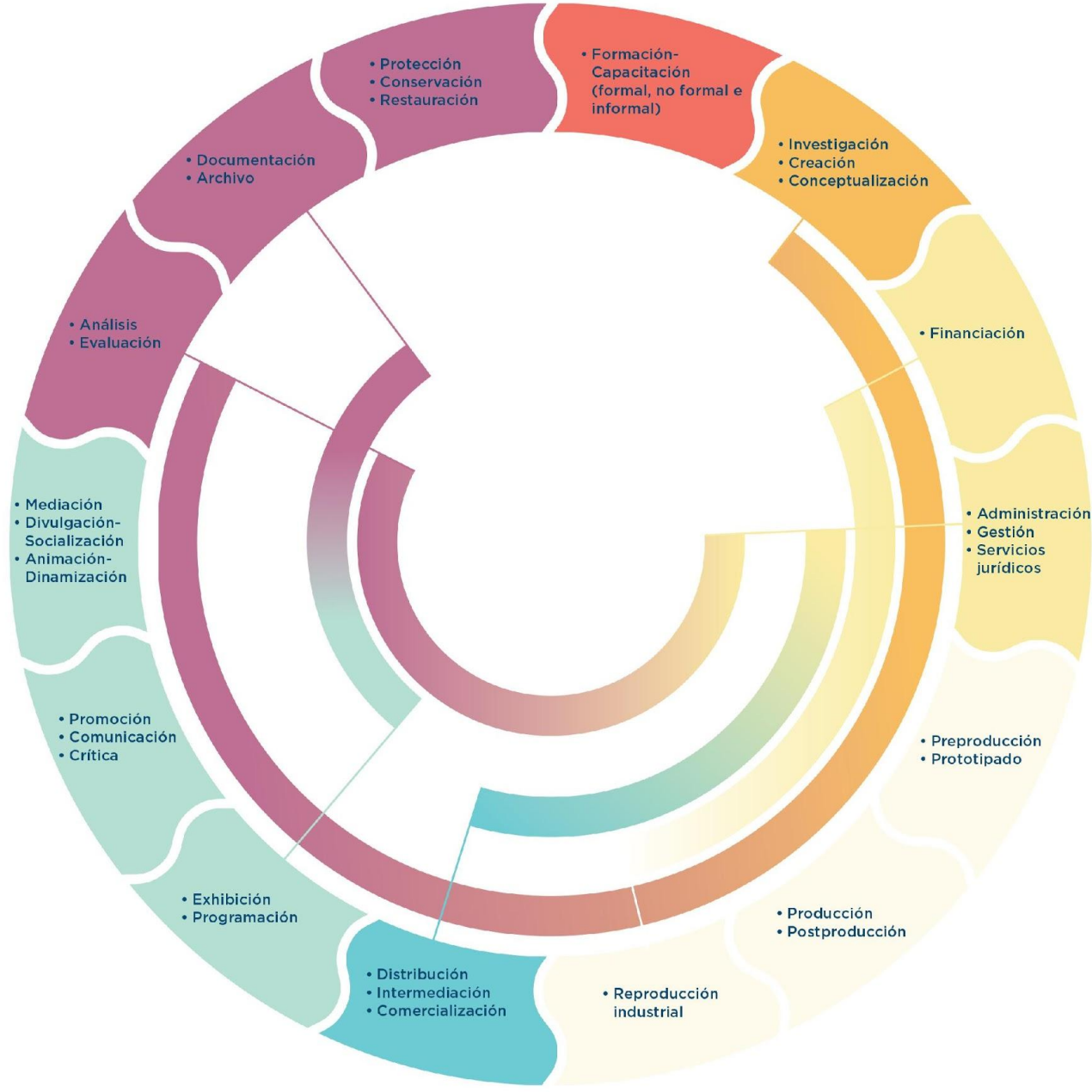
3. ARTES APLICADAS Y SERVICIOS AUXILIARES

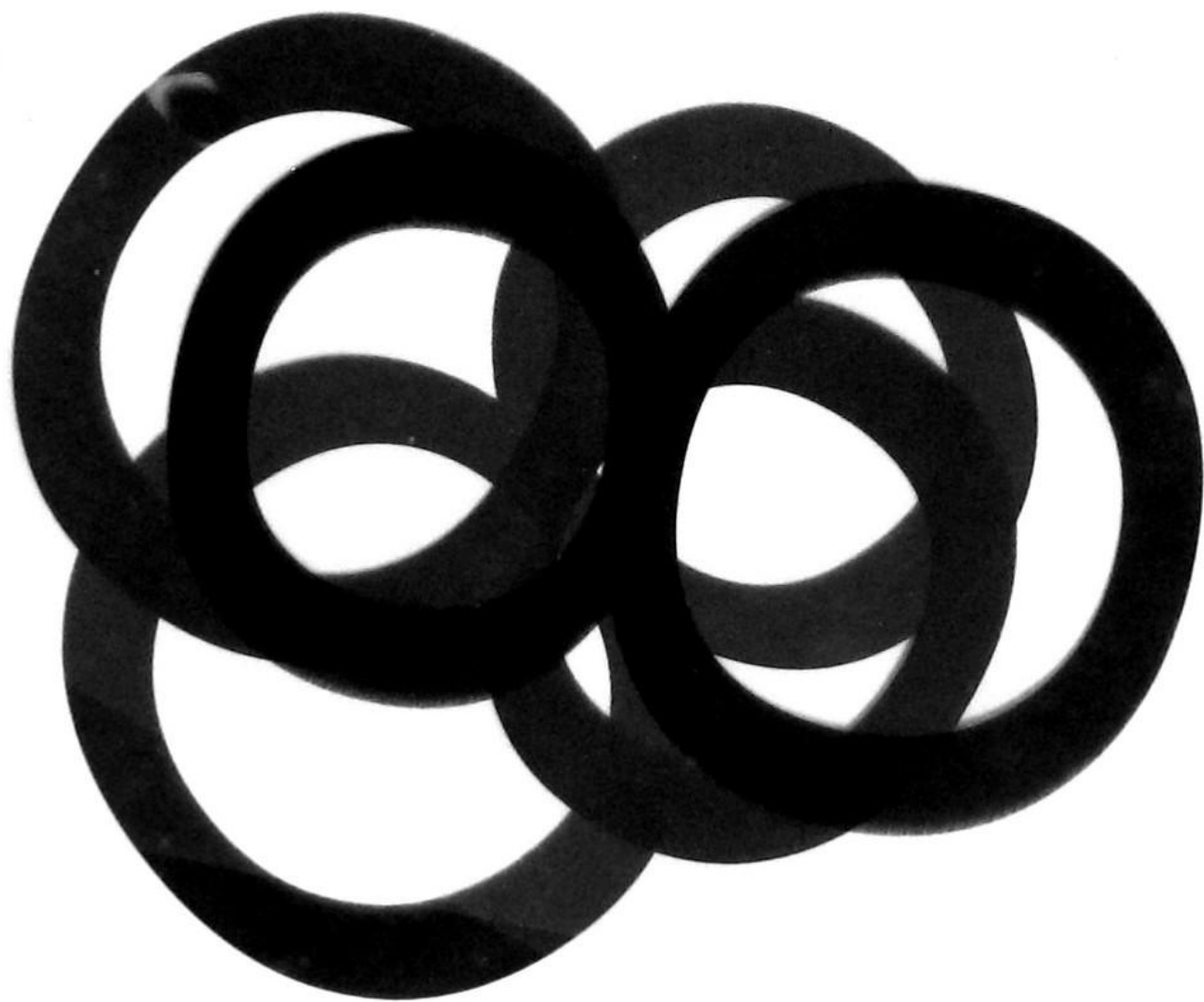
4. INDUSTRIAS CULTURALES Y CREATIVAS

5. INDUSTRIAS Y SERVICIOS DE INTERMEDIACION O AUXILIARES

SECTOR
AL 5º
EVALUACION
DE LA CALIDAD
DEL SECTOR







**TRABAJO
REPRODUCTIVO**

Sostenibilidad la vida
(tareas domésticas, crianza, cuidados...)

EMPLEO
(trabajo asalariado)

OCIO
(aficiones, formación desinteresada,
recreación, tiempo libre...)

**ACTIVIDAD
COMUNITARIA**
(participación, voluntariado y
otras actividades sociales)

OTRAS TAREAS
(desplazamientos, intermediaciones...)

1044
123

**NECESIDADES
FISIOLÓGICAS**
Supervivencia
(descanso, alimentación, sexo...)







HABITOMATRIX

[ver más](#)



DIVÁN AFECTUOSO

[ver más](#)



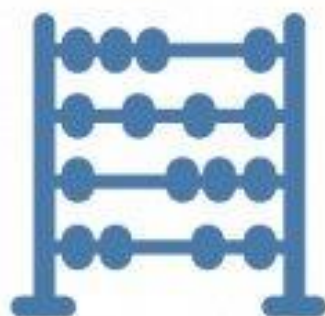
DESMIEDATOR

[ver más](#)



hiceVER

[ver más](#)



AbaCUID

[ver más](#)



YOGOZO

[ver más](#)

ANTIGRATIS

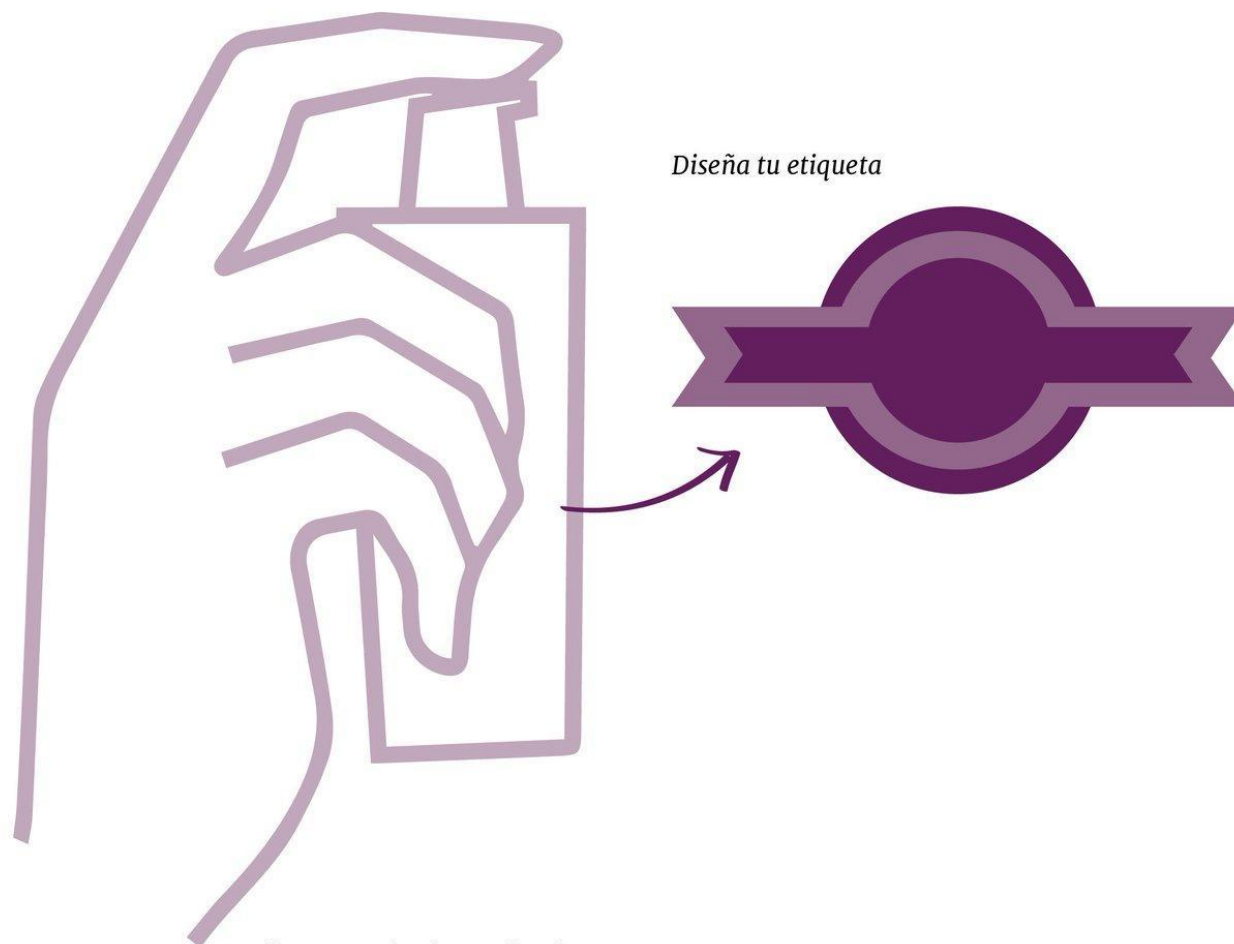
Spray

Materiales necesarios:

- 2 cucharadas de aceite base (de jojoba, almendras o pepitas de uva)
- 6 cucharadas de alcohol de 100 a 190 proof (80 % de alc/vol) o vodka de buena calidad de entre 80 y 100 proof (es decir, entre 40 % y 50 % de alc/vol)
- 2,5 cucharadas de agua embotellada (no de grifo)
- 30 gotas de aceites esenciales o "notas" que más te gusten o que identifiques con tu perfume Antigratis (bergamota, limón, lavanda, menta, jazmín...)
- Un filtro de café
- Un embudo
- 2 recipientes limpios de vidrio oscuro

Paso a paso

1. Vierte 2 cucharadas de aceite base en el frasco de vidrio
2. Agrega tus aceites esenciales
3. Vierte el alcohol etílico
4. Mezcla bien durante algunos minutos
5. Tapa el recipiente y deja que el perfume repose 48 horas como mínimo
6. Agrega el agua destilada
7. Agita el frasco durante un minuto
8. Deja reposar durante 2 semanas en un lugar seco y oscuro
9. Vierte el perfume en otro frasco, con la ayuda de un filtro de café y un embudo
10. ¡Listo para usar!



Diseña tu etiqueta

Olor que activa la conciencia
y previene del trabajo gratis
no deseado



Nadometro



5 minutos-∞



Uso individual



Combinar con:



PARA QUÉ SIRVE:

+

CUÁNDO UTILIZARLA

+

MATERIALES NECESARIOS

+

CÓMO SE UTILIZA

-

1. Empieza de menos a más.
2. Una vez hayas elegido tu espacio y acaparado la señalética que vas a necesitar, comienza a utilizar el **Nadómetro**, es decir, empieza a hacer NADA.
3. Apunta en la ficha el tiempo que has dedicado a no hacer NADA, para tomar consciencia de las dificultades que encuentras para parar.
4. En la ficha anota también las sensaciones que has tenido, las emociones, los aprendizajes que te serán de utilidad para la siguiente práctica. Finalmente marca el nivel de *nadometría* alcanzado. Este se refiere al grado mayor o menor de hacer NADA has conseguido.
5. Puedes hacer las anotaciones justo en el momento de la práctica o una vez a la semana, como te resulte más práctico.
6. Una forma cómoda es digitalizar tus resultados a través de una aplicación de móvil, como las que se han popularizado para *runners*, o las que cuentan los pasos que das al final del día, y te lanzan mensajes motivadores para que consigas tus objetivos. Del tipo "Hoy has estado 5 minutos sin hacer nada. ¡Enhorabuena!".
- 7.

WIKITOKI



WIKITOKI
ELKASORUNTZERAKO
LABORATEGIA

BIBLIOTECA
HUMANA
DE WIKITOKI-KO
GIZA
LIBURATEGIA



Es el tiempo de la sostenibilidad

COLABORA BORA

COLABORA BORA

COLABORA BORA

BORN TO READ
FORCED TO WORK

COMUNIDAD DE PRÁCTICA DECENTRADA

Document with a colorful illustration of a bird or creature.

artaziak.

artaziak.

CEI

APKTBNT

WE MAKE
KNOW
LOVE
K3
EXPPORT
WIKITOKI

irekia

NO ES QUE

GU...
TXEB...
KNE GO

glia para los escénicos

ates





THAIS



Maitxabel



Idoia



Txelu



Idoia



Maitxabel



Maitxabel

ROSA



Ane

Aberkane



Aintzane



Laura

Egoitzadez



SERVICIOS
INTEGRALES
POBLACIÓN
ACTIVA

DESARROLLO
COMUNITARIO

SOBERANÍA
ENERGÉTICA
ALIMENTARIA
TECNOLÓGICA



BAR

OFICINA
TRANSICIÓN
x x x x x
BILBAO
EKINTZA

LIVING
lab



HARROBI
PLAZA

B

AUTO
FACTORY
LA CANTINA

STREET SIGN









www.
colaborabora
.org

@ColaBoraBora

