

**MU
TAN
TE**

¿Cómo cocinar mi voto a fuego lento?

Receta para un voto consciente

Inspirada en algunos elementos de
“Nuestra decisión, nuestro voto. Guía
para electoras y electores críticos”, de la
Fundación Friedrich Ebert (2018).

#HABLEMOSDEEMOCIONESYELECCIONES
#HABLEMOSDEELECCIONES2022

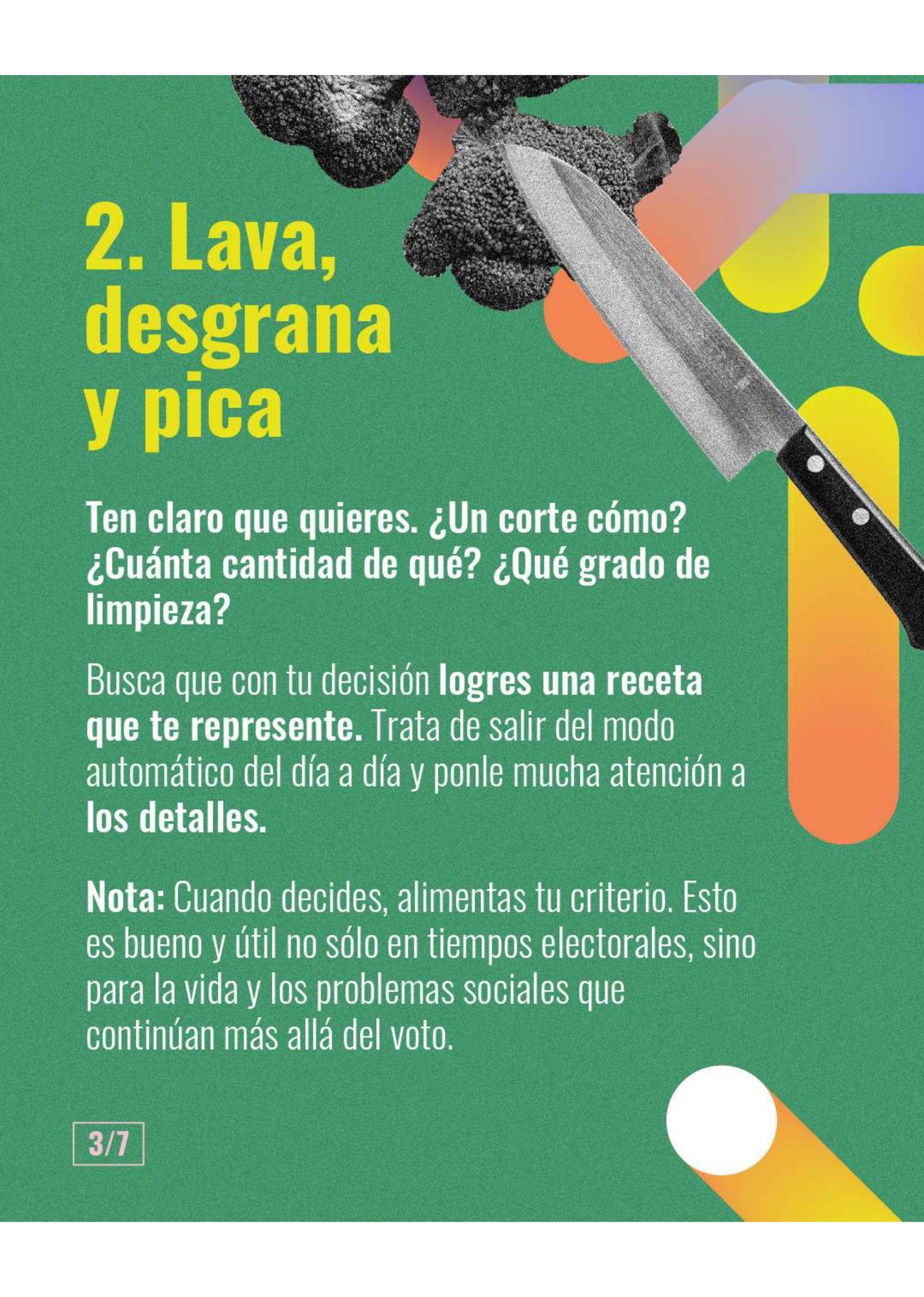
1. Reúne los ingredientes más frescos

(Información, reflexión y conversación)

Cuestiona el origen de tus ingredientes y qué impacto tendrán en el sabor final. A veces hay buenas sustancias en línea (noticias, videos o denuncias), pero agrega siempre algo de reflexión off line y sal a conversar con tus cercanos.

Advertencia: No todo ingrediente novedoso que veas en el estante más brillante es el mejor. A veces es bueno detenerse a mirar con ojo crítico las etiquetas y envases.





2. Lava, desgrana y pica

Ten claro que quieres. ¿Un corte cómo? ¿Cuánta cantidad de qué? ¿Qué grado de limpieza?

Busca que con tu decisión **logres una receta que te represente**. Trata de salir del modo automático del día a día y ponle mucha atención a **los detalles**.

Nota: Cuando decides, alimentas tu criterio. Esto es bueno y útil no sólo en tiempos electorales, sino para la vida y los problemas sociales que continúan más allá del voto.

3. Condimenta

(en sus justas proporciones)

Es cierto que los condimentos son **el carisma** de la comida, pero a veces pueden tornarse sorpresivamente hostigantes. **Sopesa muy bien la balanza** entre el carisma que te ofrece un ingrediente y el sabor real que terminará por brindarte.

Advertencia: Evita la “trampa del paracaidista”, el candidato sin pasado político y que crece como espuma; así como la “trampa del técnico”, el candidato que deslumbra ante el desprestigio en el que están nuestras autoridades, pero que no siempre ofrece la mejor práctica ética.



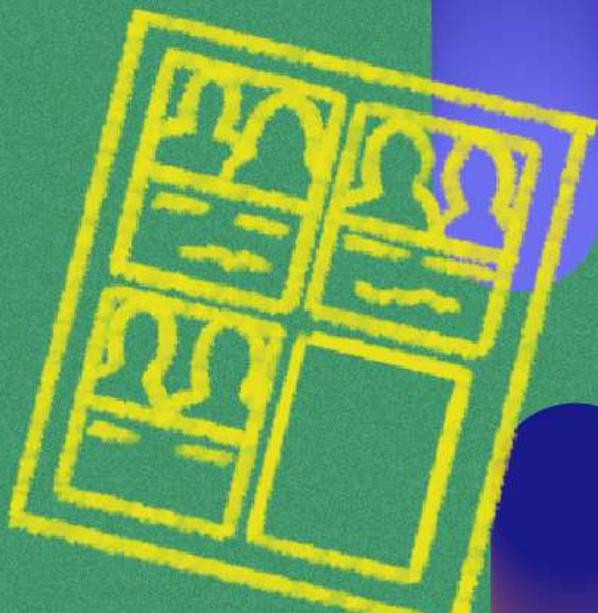
4. Deja reposar

¿Cuál es el momento en el que voy a cocinar? Dale un tiempo a la preparación para apreciar el proceso y ver cómo evolucionan las propuestas, discursos y alianzas de los candidatos que llaman tu atención.

Nota: Concentrar toda tu atención en el voto puede ser desgastante para tus emociones. Por eso, vale la pena invertir tiempo en preparar un plato reposado para disfrutar con el resto de comensales.

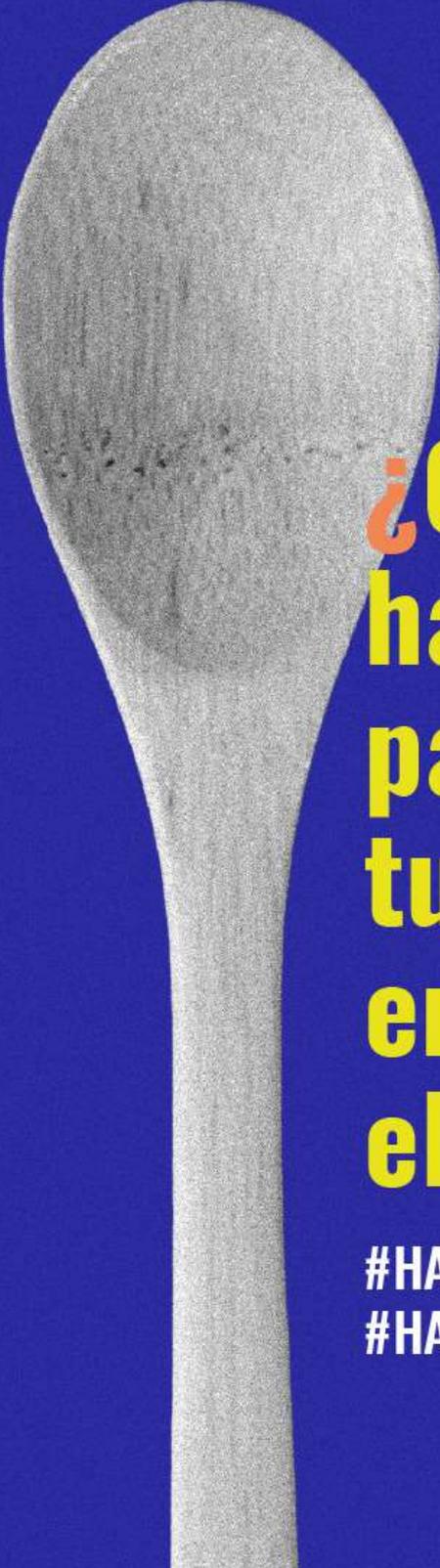


Preparar el voto requiere tanto de nuestra faceta más práctica como de la más emocional. Cuando votamos dejamos mucho de nuestra individualidad en ello, así que ¿por qué no tomarse su tiempo y saborearlo?





MU
TAN
TE



**¿Qué “receta”
has utilizado
para definir
tu voto
en estas
elecciones?**

#HABLEMOSDEEMOCIONESYELECCIONES
#HABLEMOSDEELECCIONES2022