

## Esercizi GET

Premesso che il progetto GET è il frutto del lavoro di una sola persona durato oltre dieci anni: pubblicazione del libro GET (Gettare nell'Evoluzione Tutto) nel 2018, testo e bozze corrette da mio figlio Marco, sito GET2021 ha collaborato il mio amico Igor, sito GET2024 dal sottoscritto, APP Democrazia per Tutti il mio amico Igor.

Possibili sviluppi del progetto GET:

- Lo stato con un apposito ministero senza portafoglio, utilizzando università e centri di ricerca.
- Privati che hanno interessi generali per il bene comune.
- Gruppi politici che possono svilupparlo per gestire la società in modo democratico.
- Cittadini comuni che dal basso si aggregano e si allargano sui territori entrando nelle istituzioni pubbliche per sostituire le categorie che gestiscono attualmente il potere.

Riportiamo l'indice del libro GET del 2018, gli esercizi riportati alla fine di ogni capitolo e relativa pagina, la tavola 3 (realtà GET) che rappresenta lo schema della ricerca, la tabella 13 (realtà evolutiva umana) che indica l'interconnessione delle nostre attività umane e la nostra storia evolutiva.

### Indice libro GET

p. 7 – Premessa

Parte prima

### **Storia e Patrimonio**

11 – Movente umano

13 – 55 secoli di storia

22 – Scienze e conoscenze

25 – Evoluzione e Patrimonio dell'umanità

29 – Transizione epocale del XXI secolo

32 – Miserie umane

37 – Homo social 2001

39 – Tempo attivo (TA 490.000 ore/vita)

41 – Realtà GET

44 – Cultura interdisciplinare (50 discipline)

47 – Complessità e globalizzazione

51 – Istruire e integrare (scuola 5+5+5)

56 – Tempo cultura TC (14,6% TA)

57 – Biblioteca GET

#### Parte seconda

### **Società e Relazioni**

59 – Soci in comune

60 – Identità personale e collettività

62 – Addomesticamento degli animali e uomini

66 – Cicli delle categorie sociali

68 – Crisi del sistema imperialista

73 – Tempo personale TP (74% TA)

74 – 5 generazioni in 3 secoli

75 – Liberazione

#### Parte terza

### **Benessere e Attività umane**

79 – Benessere fisico e mentale

81 – Bisogni e democrazia

86 – Attività umane

88 – Mestieri ed equità

102 – Tempo lavoro TL (9% TA)

104 – Tecnologia e sostenibilità

111 – Esercizi GET

111 – Resa 1 a 3

#### Parte quarta

### **Istituzioni e Regole**

113 – Democrazia e partecipazione

129 – Istituzionalizzazione

137 – Regole mutevoli

138 – Sistemi sociali

143 – Territorio libero

144 – Tempo sociale TS (2,4% TA)

145 – Chip chiama chip

146 – Standard Terra

Parte quinta

### **Evoluzione e Progetti**

149 – Flusso evolutivo

151 – Rivoluzioni

153 – Progetti ed esercizi

155 – Volontà alzare la testa

155 – Testo pensiero a vita

156 – Analisi GET e Agire GET

1 – Esercizio: *Elencare le patologie sociali o miserie umane conosciute che si ritengono dovute dall'uomo. Pag. 39*

2 – Esercizio: *Progettare e suddividere il tempo attivo TA, rispetto alle principali attività umane e alle proprie aspirazioni. Pag.43*

3 – Esercizio: *Formare gruppi di studio al fine di proporre regole e prassi sul tema della diffusione della cultura e della presenza attiva dei cittadini all'interno dalla piccola alla più grande comunità. Pag. 49*

4 – Esercizio: *Programmare la lettura di 2 ore al giorno a vita per acquisire una maggiore complessità cognitiva e una consapevolezza nell'agire. Pag. 58*

5– Esercizio: *Comporre un testo riportante le principali esperienze personali entro la fine di ogni ciclo scolastico. Pag. 58*

6 – Esercizio: *Formare una biblioteca personale su tutti gli argomenti e discipline a partire dal III livello scolastico. Pag. 61*

7 – Esercizio ↔ *Referendum, Stabilire la diversità massima del benessere tra il più povero e il più ricco. Pag.88*

8– *Esercizio: Calcolare il tempo lavoro e il reddito standard per le diverse attività lavorative. Pag. 105*

9– *Esercizio: Calcolare l'indice pensione in funzione del tempo lavoro, dei contributi versati, del tempo vita, relativo ai vari livelli dei redditi. Pag. 105*

10 – *Esercizio: Progettare un programma di raccolta dati per la distribuzione del lavoro nel territorio, in funzione di:*

- *categorie di cittadini;*
- *professionalità;*
- *mestieri produttivi;*
- *attività di interesse pubblico;*
  - *corsi socioculturali e professionali. Pag. 107*

11– *Esercizio: Proporre soluzioni diverse relative a sistemi di rappresentanza e partecipazione dei cittadini nei luoghi pubblici e nelle istituzioni a tutti i livelli. Pag. 133*

12– *Esercizio: Iniziare ad autoconvocarsi in gruppi, chip chiama chip, per gestire iniziative complesse attraverso tecniche pratiche di democrazia per investire le istituzioni e renderle vincolate alla volontà dei cittadini. Pag. 133*

13 - *Esercizio: Calcolare le aliquote dei tributi per quelle attività pubbliche gestite a livello territoriale, statale e europeo, che i singoli o società devono al funzionamento delle istituzioni pubbliche. Pag. 141*

14 – *Esercizio: Stabilire gli indici delle tasse relative ai redditi da lavoro, da profitto, da rendita fondiaria, da altre ricchezze; equilibrare il gettito dello Stato e dei vari servizi degli enti pubblici al bilancio delle comunità locali e quello dei cittadini. Pag. 141*

15 – *Esercizio: Proporre un sistema per stabilire ed equilibrare gli indici delle tasse – orizzontali, progressive o interpolate – alla capacità contributiva dei soggetti al bilancio dello Stato in funzione della necessità del valore e dell'utilità generale dei beni. Pag. 141*

16– *Esercizio ↔ referendum: Definire quali attività le istituzioni ai vari livelli territoriali (comuni, regioni, Stato, Europa, Terra) devono sostenere a proprie spese garantendole a tutti e quali riservare a delle minoranze. Pag. 142*

17 – *Esercizio: Progettare la propria ricchezza materiale-sociale-culturale rispetto le prospettive di vita. Pag. 147*

18 – *Esercizio: Proporre a livello territoriale un progetto per la gestione del tempo libero, utilizzando tutti gli spazi, edifici e palazzi istituzionali o pubblici, integrando le competenze. Pag. 148*

19 – *Esercizio: Programmare la partecipazione alla vita delle comunità e all'interno delle Istituzioni. Pag. 149*

20 – *Esercizio: Equilibrare il comportamento nell'agire socialmente e complessivamente, organizzando incontri aperti utilizzando il metodo brainstorming, una tecnica che consiste nel liberare la creatività di gruppo sui problemi della quotidianità:*

- *come devono funzionare gli enti pubblici;*
- *come entrare nei palazzi per esercitare il proprio potere;*
- *come dividere il lavoro e definire la busta paga;*
- *come calcolare le tasse dei servizi pubblici;*
- *come gestire il bene pubblico;*
- *come gestire l'istruzione interdisciplinare/scientifica/tecnico/pratica;*
- *come partecipare attivamente nella democrazia;*
- *come gestire il tempo libero a livello territoriale;*
- *come apprendere e istruire per essere "cittadini totali". Pag. 158*

21 – *Esercizio: Comporre un libro come testamento del proprio DNA. Pag. 161*

## **Esercizi GET**

Gli esercizi GET possono essere incrementati e proposti da chiunque così come da esperti sulle tematiche trattate. Nel testo sono proposti alcuni esercizi che prevedono: analisi, referendum, azioni sociali, tutto questo si concretizzerà quando le società saranno aperte, gettiamoci in questa storia.

Non limitiamoci a subire passivamente la logica delle macchine che abbiamo costruito, dei loro prodotti, compresa l'intelligenza artificiale.

Sarebbe bello che già nella scuola s'imparasse a svolgere esercizi di valutazione sui comportamenti propri delle categorie che detengono la gestione delle istituzioni, per liberarci dai ruoli inutili.

Questo perché il cittadino è il committente e l'apparato pubblico il fornitore di servizi, essi sono legati da un rapporto contrattuale, nel quale il cittadino ha il diritto di ricevere quanto pattuito e di poter giudicare l'operato delle amministrazioni intervenendo nei casi di inefficienza.

Tabella 3 – Realtà GET – Pag 44-45

SCIENZE				VITA		EVOLUZIONE
Patrimonio ↔ Cultura				Attività ↔ Società		Progresso
Spazio 1	Spazio 2	Spazio 3	Spazio 4	Spazio 5	Spazio 6	Spazio 7
Scienze umane	Scienze sociali	Scienze naturali	Vita privata	Società civile	Istituzioni	Progetti
11-Storia	21-Sociologia	31-Matematica	41-Vita	51-Attività privata	61-Democrazia	71-Evoluzione
12-Filosofia	22-Archeologia	32-Fisica	42-Studio	52-Scuola	62-Stato	72-Progetti
13-Religioni	23-Antropologia	33-Chimica	43-Lavoro	53-Categorie	63-Regole	73-Azione GET
14-Ideologie	24-Psicologia	34-Biologia	44-Sociale	54-Industria	64-Amministrazione	74-Biblioteca GET
15-Diritto	25-Educazione	35-Ecologia	45-Sport	55-Mercato	65-Attività pubblica	75-Mondo
16-Linguistica	26-Comunicazione	36-Scienza della terra	46-Hobby	56-Territorio	66-Europa	76-Gioco
17-Letteratura	27-Scienze politiche	37-Astronomia	47-Privato			
18-Geografia	28-Economia	38-Medicina				
19-Arte		39-Tecnologia				

CAP.720040.PC

Tavola sinottica progetto GET .

Democrazia per tutti - [www.get2024.com](http://www.get2024.com)

Il senso finale di tutto questo raccolta-progetto è una proposta per la costruzione di un equilibrio sociale dove la giustizia e il bene Comune siano sempre gli obiettivi principali, da integrare nella complessità evolutiva, la tabella 13 del libro GET del 2018 (vedi Rac.73 nel sito [www.get2024.com](http://www.get2024.com) ) riassume in modo complessivo l'insieme di una ricerca durata molti anni.

Tabella 13 – Realtà evolutiva umana. Pag. 166-167

	1 – Storia e patrimonio Eventi-divenire-cicli Preistoria ⇒ 55 secoli civiltà	2 – Società e relazioni Gruppi-popolazione civile Bande ⇒ Pianeta	3 – Benessere e attività Salute-giustizia Bulino ⇒ TAC	4 – Istituzioni e regole Stati-istituzioni- democrazia Animali ⇒ Democrazia	5 – Evoluzione e progetti Progresso-cambiamento Cellule ⇒ Homo Social
<b>1-Scienze umane</b> 11-Storia  12-Filosofie  13-Religioni  14-Ideologie  15-Diritto  16-Linguistica  17-Letteratura	1.1-PENSIERO FRI Da stato selvaggio in bande al surplus sociale agli Stati alle civiltà complesse. Filosofie, religioni, ideologie come valori della vita.	1.2-DOMINIO Un milione di anni per conquistare la Terra. Da bande tribù/Stati/civiltà, Dominio imperialista 55 secoli. Miserie umane come norma.	1.3-UGUAGLIANZA Studiare la storia e i cicli evolutivi per agire in tutti gli spazi della realtà. Le nuove generazioni in prima linea per il bene.	1.4-DEMOCRAZIA Democrazia come disciplina e prassi sociale in tutti gli spazi della nostra realtà. Istituzionalizzare il bene comune frutto del lavoro.	1.5-COMPLESSITÀ EVOLUTIVA Istruzione scuola 5+5+5 50 discipline interconnesse. La scuola come laboratorio al cambiamento culturale.

18-Geografia					
19-Arte					
2-Scienze sociali 21-Sociologia 22-Archeologia 23-Antropologia 24-Psicologia 25-Educazione 26-Comunicazione 27-Scienze politiche 28-Economia	2.1-UGUALI PER NATURA Da clan e caste chiuse a società aperte con regole. Socializzazione come prassi tra gruppi/società/istituzioni. Uguaglianza nei limiti possibili.	2.2-EQUILIBRIO Dallo studio delle patologie sociali all'utilizzo delle scienze per superare le miserie umane. Relazioni umane complesse per vivere intensamente.	2.3-BENE PUBBLICO Benessere fisico ↔ mentale ↔ sociale da progettare. Condivisione del bene pubblico sulla base dell'equa distribuzione.	2.4-PALAZZI APERTI Dai primi imperi alle democrazie. Entrare nei palazzi del potere per condividere la gestione collettiva della società.	2.5-INDIVIDUI ATTIVI Individui gruppi istituzioni interconnessi. Relazioni sociali aperte. Presenza attiva in tutti gli spazi della realtà.
3-Scienze naturali 31-Matematica 32-Fisica 33-Chimica 34-Biologia 35-Ecologia 36-Scienze della terra 37-Astronomia 38-Medicina 39-Tecnologia	3.1-RICERCA TECNICA Da Pitagora alla teoria della relatività di Einstein. Dalle categorie fuoco, acqua, terra alla conoscenza totale. Ricerca scientifica come norma.	3.2-ISTRUZIONE Dall'educazione dei capi alla scuola per tutti. Diffusione delle conoscenze e del patrimonio umanità. Milioni di scienziati.	3.3-TECNOLOGIA Tecnica scienze tecnologia produzione di beni a livello pianeta. Macchine e benessere diffuso.	3.4-SAPERE E BENE COMUNE Cultura scientifica diffusa come prassi d'azione umana. Dagli eserciti conquistatori all'indipendenza degli Stati.	3.5-INTERDISCIPLINARI Tecnologia Terra diffusa. Scienze e tecnica sociale a servizio della democrazia. Prassi sociali condivise per necessità evolutive.
4-Vita privata 41-Vita 42-Studio 43-Lavoro 44-Sociale 45-Sport 46-Hobby 47-Privato	4.1-PIANTA ⇒ PIANETA Dalla banana sulla pianta allo smartphone diffuso. Dalla vita e cose private a quasi tutto gestito dal pubblico. Tempo attivo TA 490.000 ore/vita.	4.2- GRUPPI APERTI Dall'uguaglianza primitiva allo sfruttamento dell'uomo. Transizione da gruppi sociali chiusi a gruppi aperti. Tempo personale TP 74%.	4.3-TEMPO VITA 720.000 ore Benessere diffuso beni e servizi standard. Programmare il proprio tempo vita. Programmare la ricchezza.	4.4-PRESENZA ATTIVA Regole pubbliche che permettono la partecipazione dei cittadini. Gestione degli spazi pubblici per le comunità.	4.5-PACE E SICUREZZA Homo social 2001 TP = Tempo personale 74% TC = Tempo cultura 14,6% TL = Tempo lavoro 9% TS = Tempo sociale 2,4%
5-Società civile 51-Attività privata 52-Scuola 53-Categorie 54-Industria 55-Mercato 56-Territorio	5.1-SCHIAVI ⇒ CITTADINI Addomesticamento e schiavitù. Dominio dell'uomo sull'uomo. Stati moderni, rappresentanza. Industrializzazione lavoro da 4.000 a 1.000 ore/anno.	5.2-NUOVE GENERAZIONI Dai primi attrezzi alla TAC. Cicli categorie sociali sempre in evoluzione. Attività culturali generalizzate. Tempo cultura TC 14,6%.	5.3-ATTIVITÀ UMANE Dal lavoro manuale a quello robotizzato. Dai primi attrezzi alle macchine complesse Tempo lavoro TL 9%.	5.4-LIBERAZIONE DELLE MISERIE Piazze e Palazzi dei Cittadini. Dalle ribellioni per il pane alle primavere mondiali delle popolazioni.	5.5-CHIP CHIAMA CHIP Chip uomo per sicurezza e autocontrollo. Redditi 1 a 10 standard. Territorio libero per tutte le attività umane.
6-Istituzioni 61-Democrazia 62-Governo 63-Regole	6.1-IMPERI ⇒ DEMOCRAZIA Dagli imperatori⇒dei⇒cittadini Dai conflitti tra popoli religioni ideologie alla pace diffusa Dalle istituzioni gestite dalle caste alla gestione	6.2-RAPPRESENTANZA Partecipazione socioculturale diffusa Vita pubblica e opportunità di uguaglianza e giustizia Rivoluzione dei cittadini	6.3-SURPLUS ↔ BENE COMUNE Paura ⇒ Sicurezza sociale. Sanità per tutti. Istruzione generalizzata. Lavoro garantito a tutti.	6.4-PARTECIPAZIONE Presenza democratica dei cittadini. Software pubblici. Tasse automatiche. Tempo sociale TS 2,4%	6.5-STATO DEI CITTADINI Palazzi aperti ai cittadini. Regole condivise. Esercizi Democrazia GET. Rappresentanti a sorte o per capacità tecniche

64-Amministrazione 65-Attività pubblica 66-Europa	comune				elevate.
7-Progetti 71-Evoluzione 72-Progetti 73-Azione GET 74-Biblioteca GET 75-Mondo 76-Gioco	7.1-NATURA ⇒ PROGRAMMAZIONE Fine dei conflitti sociali, armati. Distribuzione delle popolazioni nei territori Terra. Rispetto della natura.	7.2-RUOLI SOCIALI Regole comportamentali. Livellamento dei capi. Unificazione degli stili di vita pianeta Terra. Biblioteche interdisciplinari.	7.3-RICCHEZZA LIVELLATA Lavoro distribuito a tutti. 1.000 ore anno per 40 anni. Integrazione delle diversità. Rispetto dell'uomo e delle diversità.	7.4-CONDIVISIONE Tasse proporzionali alle ricchezze. Partecipazione diretta alla formazione delle regole. Referendum esecutivi.	7.5-INTERCONNESSIONE MONDO Umanizzazione uguaglianza istituzionalizzata. Rapporti tra generazioni, gruppi e popoli diversi

Milano, 22 aprile 2018

Rino Masseroni

Vicolo Castelli Fiorenza, 2 Rho MI

e-mail [get2048@gmail.com](mailto:get2048@gmail.com)

cell. 338.6348.975

Sito: [www.get2048.com](http://www.get2048.com)

APP: Democrazia per Tutti