

# Tareas para conocer más sobre el módulo 2 y ampliar tus competencias digitales

Paola Ruiz Bernardo

Junio 2023

Aquest document s'ha creat en el marc del projecte [ProDigital](#) i es publica amb una llicència [Reconeixement-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](#) de Creative Commons (CC BY-NC-SA 4.0).



# ÍNDIX

<b>01</b>	<b>Visita, lecturas y descargas de documentos.....</b>	<b>1</b>
<b>02</b>	<b>Calcula tu Huella Ecológica o tu Huella de Carbono.....</b>	<b>2</b>
<b>03</b>	<b>Análisis de tus hábitos y propuestas de mejoras.....</b>	<b>3</b>
<b>04</b>	<b>Conecta con una red social y participa del cambio .....</b>	<b>5</b>
<b>05</b>	<b>Una acción concreta para manifestarte y participar del cambio: Arte Digital .....</b>	<b>6</b>
<b>06</b>	<b>Reflexión y activación de tu voluntat para el cambio .....</b>	<b>8</b>

# 01 Visita, lecturas y descargas de documentos

1- Leed e investigad sobre las competencias asociadas a la sostenibilidad.

<https://epale.ec.europa.eu/es/content/marco-europeo-de-competencias-digitales-digcomp>



2- Descargad este material de lectura. Es el GreenComp, El marco europeo de competencias sobre sostenibilidad. Revisad sus propuestas con relación a la tecnología.

<https://op.europa.eu/es/publication-detail/-/publication/bc83061d-74ec-11ec-9136-01aa75ed71a1>

★★★★★ Valoración del usuario

**GreenComp, El marco europeo de competencias sobre sostenibilidad**

El desarrollo de un marco europeo de competencias en materia de sostenibilidad (GreenComp) es una de las acciones políticas establecidas en el Pacto Verde Europeo como catalizador para promover el aprendizaje de la sostenibilidad medioambiental en la Unión Europea. GreenComp identifica un conjunto de competencias en materia de sostenibilidad para alimentar los programas

▼ Ver más

Publicaciones de la UE

▼ Cómo citar

↓ Descarga y lenguas

Datos de la publicación

Publicado: 2022

Autor(es) colectivo(s): [Centro Común de Investigación \(Comisión Europea\)](#)

Temas: [Medio ambiente — Ecología](#)

## 02 Calculad vuestra Huella Ecológica o vuestra Huella de Carbono


1- Consultad y probad cualquiera de estas herramientas.

<https://www.footprintcalculator.org/home/es>



<https://calculator.carbonfootprint.com/calculator.aspx?lang=es>

Bienvenida **Vivienda** Vuelos Coche Moto Autobús/Tren Secondary Resultados

 **Bienvenido a la calculadora de carbono más conocida de la Web**

En primer lugar, selecciona el país en el que vives: [¿por qué?](#)


Pais:

Los cálculos de la huella de carbono suelen basarse en las emisiones de los 12 últimos meses  
Introduce el periodo que abarcará el cálculo (opcional):

desde  hasta

A continuación, selecciona la pestaña apropiada de la parte superior para calcular la huella del aspecto de tu estilo de vida que más te interesa, por ejemplo, tus vuelos.  
Si lo prefieres, también puedes acceder a cada una de las pestañas para calcular tu huella de carbono total.

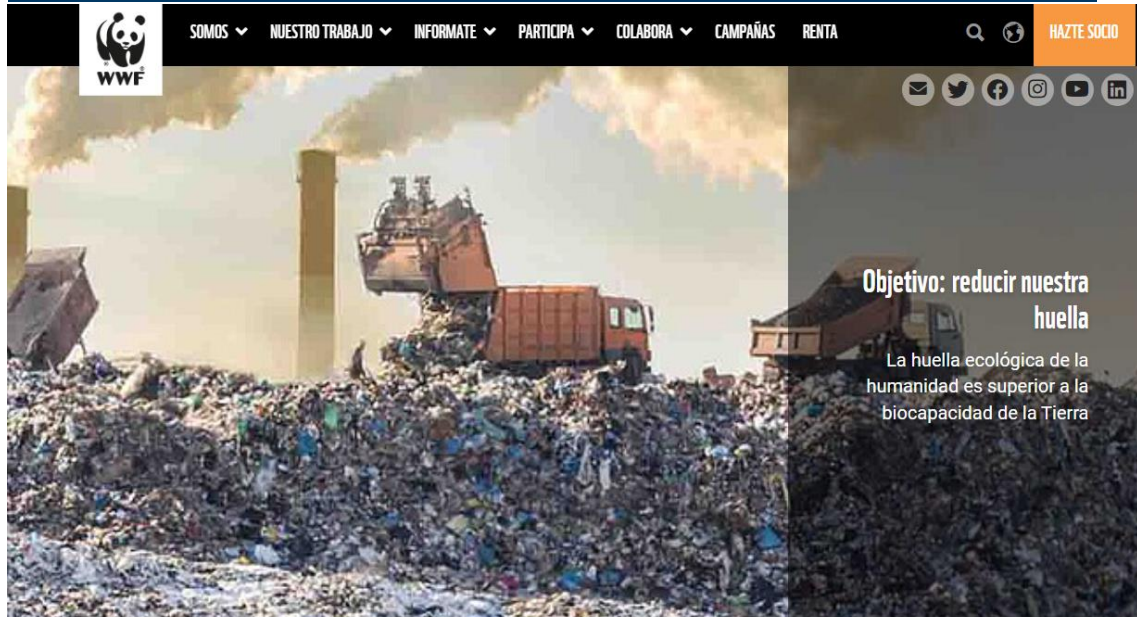
Una vez obtenidos tus resultados, puedes compensar/neutralizar tus emisiones a través de uno de nuestros proyectos respetuosos con el clima.



powered by [Carbon Footprint](#) [incluye nuestras herramientas de cálculo del CO<sub>2</sub> en tu sitio web](#)

- 2- Visítad una Web que trabaje para mitigar nuestro impacto en el Medio Ambiente y revisad las acciones que hace para ello. Esto os ayudará a tomar conciencia del impacto de nuestra forma de vida.

[https://www.wwf.es/nuestro\\_trabajo/informe\\_planeta\\_vivo\\_ipv/huella\\_ecologica/](https://www.wwf.es/nuestro_trabajo/informe_planeta_vivo_ipv/huella_ecologica/)



**¿QUÉ ES LA HUELLA ECOLÓGICA? ¿CÓMO SE PRODUCE?  
¿CÓMO LA PODEMOS REDUCIR?**

### **03 Análisis de vuestros hábitos y propuestas de mejoras**

- 1- Realizad un análisis DAFO (o FODA) de vuestro estilo de vida y vuestro impacto en el medio ambiente. En el caso de ser una persona jurídica o pequeña empresa, más aún, podéis utilizar esta herramienta para ayudaros a reflexionar. Utilizad una herramienta en línea denominada CANVA para la creación del DAFO.

[https://www.canva.com/es\\_es/graficos/analisis-dafo/](https://www.canva.com/es_es/graficos/analisis-dafo/)

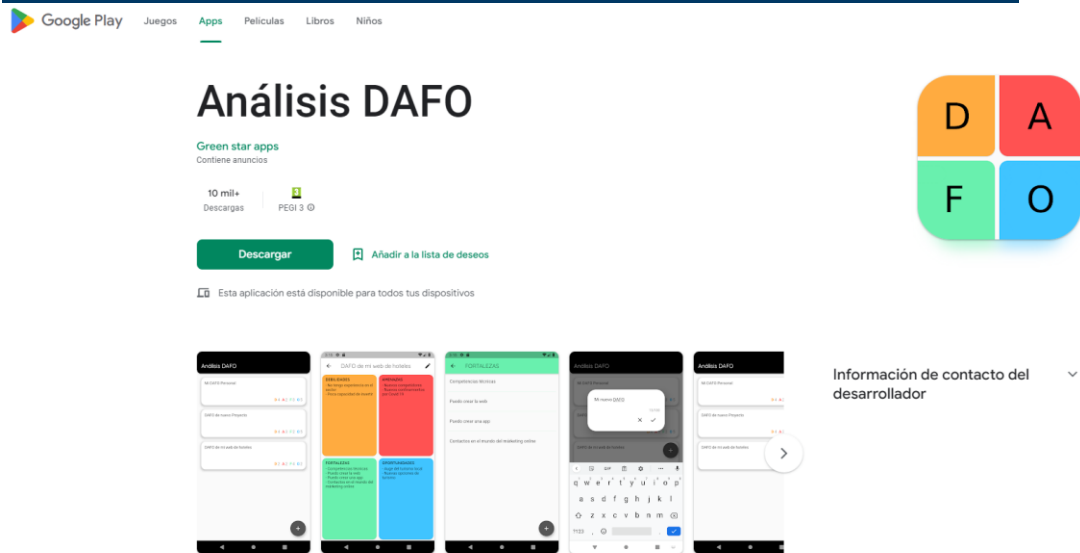


#### Crear de análisis DAFO

Para desarrollar una visión estratégica, el primer paso es hacer una tabla de análisis DAFO. Tanto para una empresa como para una organización, es muy importante determinar sus fortalezas y debilidades y las oportunidades y amenazas. Con Canva y las plantillas DAFO podrás crear tu análisis rápidamente y con un diseño digno de tu empresa.

- 2- O también podéis utilizar una aplicación que podéis descargar en vuestros dispositivos móviles, para así analizar tus actuaciones, por ejemplo, durante una semana e ir apuntando en cualquier momento tus notas en la App de DAFO.

<https://play.google.com/store/apps/details?id=es.guillermogarcia.dafo&gl=ES>



- 3- Participad con una acción puntual por el medio ambiente y utilizad una aplicación móvil para saber cómo lo estáis haciendo.

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.ecoembes.reciclos&hl=es&gl=US>

# RECICLOS: tu app para reciclar

ECOEMBALAJES ESPAÑA

100 mil+ Descargas Para todos

Añadir a la lista de deseos

Esta aplicación no está disponible para ninguno de tus dispositivos



Información de contacto del desarrollador

Información de la colección

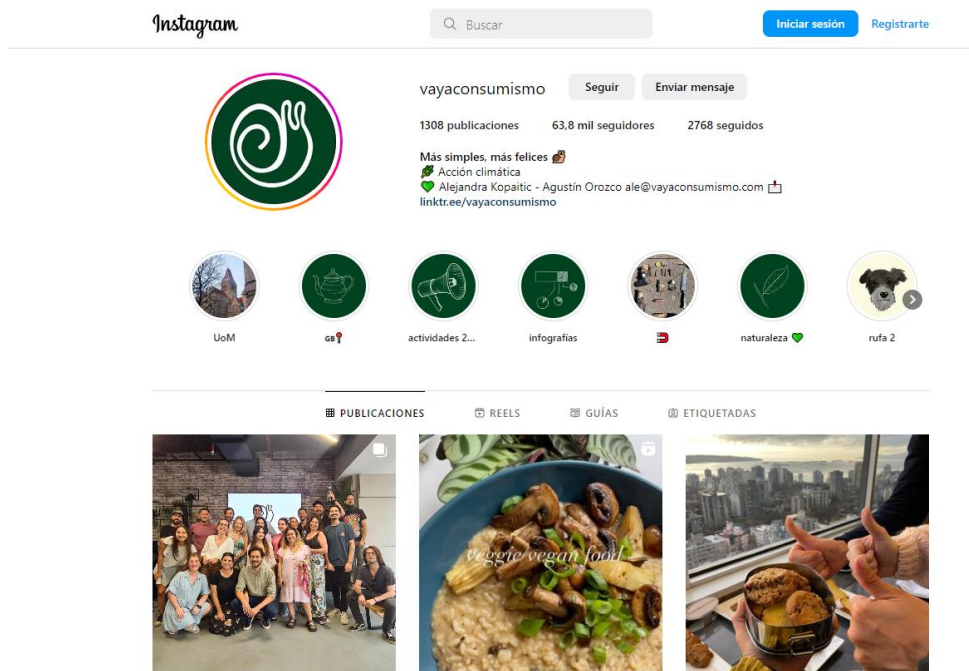
## 04 Conectad con una red social y participad del cambio

1- Previamente, os invitamos a leer este artículo para tomar conciencia del impacto de las redes sociales en la sostenibilidad:

[https://www.upo.es/revistas/index.php/lex\\_social/article/view/5078](https://www.upo.es/revistas/index.php/lex_social/article/view/5078)

2- Ahora sí, os invitamos a indagar qué redes sociales se adaptan más a tus intereses. Como ejemplo, os proponemos la siguiente:

<https://www.instagram.com/vayaconsumismo/?hl=es>





3- También podéis participar en un Foro. Os proponemos el siguiente:

[https://twitter.com/fsms\\_es?lang=es](https://twitter.com/fsms_es?lang=es)



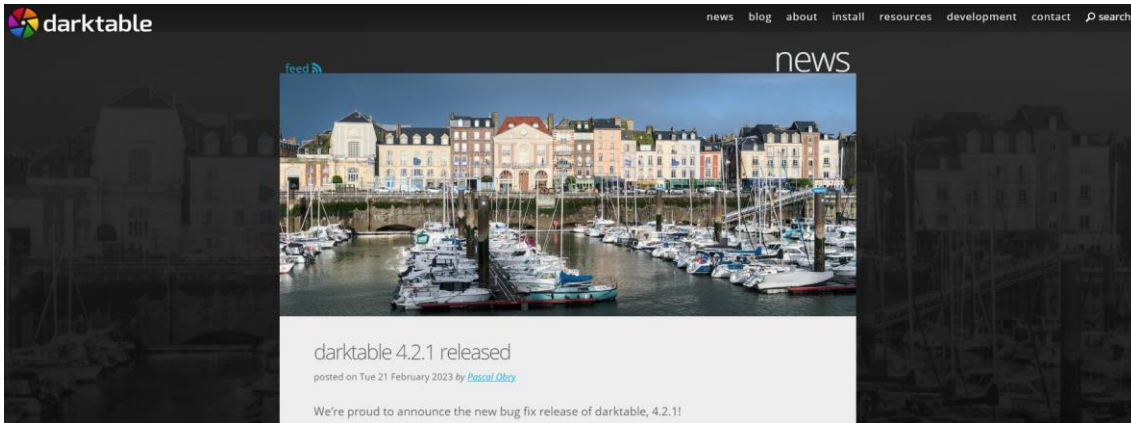
## 05 Una acción concreta para manifestaros y participar del cambio: Arte Digital

Finalmente, otra forma de participar y sensibilizar sobre la necesidad de la sostenibilidad de un modo muy innovador es mediante el arte digital reivindicativo. Por ello, os invitamos a hacer unas pruebas como artista/activista y luego colgarlo en tus redes sociales.

Podéis utilizar alguna de estas herramientas:

**a- Darktable** es un programa open source, gratuito y de código abierto, que dispone de herramientas para fotografía, corrección de color y postproducción. Se puede utilizar para realizar fotomontajes.

<https://www.darktable.org/install/>



**b- Wombo.art** , es un programa que nos permite crear de la nada. Tan solo escribid un concepto o una palabra sobre la que queráis que se base vuestra obra de arte, elegid un estilo y pulsad crear. Funciona muy bien. Os dejamos una muestra que hemos creado utilizando el concepto “medio Ambiente”.

<https://dream.ai/create>



## 06 Reflexión y activación de vuestra voluntad para el cambio

Al finalizar estas tareas, que espero os hayan gustado, os proponemos que reflexionéis sobre la experiencia de participar y crear contenidos para sensibilizar a la ciudadanía.

Pensad y contestad estas preguntas que os proponemos para guiar vuestro proceso reflexivo:

- \* ¿Crees que el cambio pasa por tu actitud y compromiso hacia la sostenibilidad?
- \* ¿Crees que estas acciones pueden ayudar a sensibilizar a tu entorno?
- \* ¿Cómo entiendes que debería ser tu comportamiento en las redes sociales para poder influir en tu entorno digital?
- \* ¿Compartes la idea de que el arte puede ayudar a expresar de un modo más sencillo y al mismo tiempo más emocional tu compromiso con la sostenibilidad?

