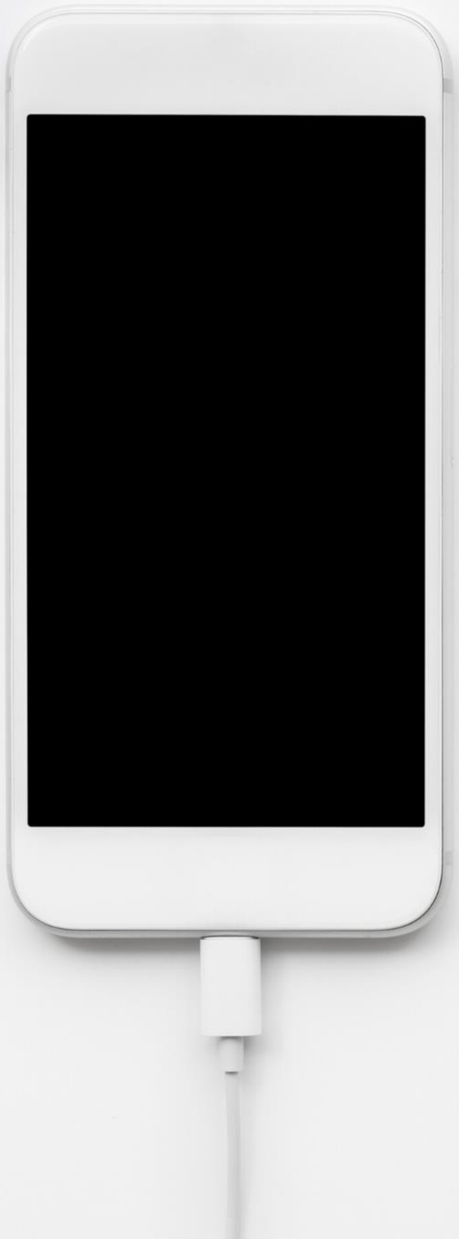


SÚMATE *al reto*

TÚ PUEDES HACER UN USO DE LA TECNOLOGÍA MÁS RESPONSABLE CON EL MEDIO AMBIENTE.

Guía

para formadores

somos digital

creative commons

Promovido y elaborado por la **Asociación Somos Digital**.

Marzo 2020.

Con la colaboración de **Canal Empresarial** y **Canal Sénior**.

Esta obra está bajo una licencia

Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional

CONTENIDOS

- Agenda 2030 y Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)..... 3
- Pautas uso eficiente y responsable de la tecnología con el medio ambiente..... 10
- Apps móviles para promover el uso sostenible con los ciudadanos..... 24

ANEXO 1. Recursos adicionales de interés....36

ANEXO 2. Propuesta de ficha instruccional de taller..... 39

Introducción

Nadie duda de que la **tecnología** contribuye a desarrollar una economía más limpia y sostenible, generando un **gran impacto positivo** en nuestras vidas y contribuyendo al desarrollo sostenible del planeta, ya que, gracias a la digitalización de los productos y servicios, los recursos producidos y utilizados se reducen considerablemente (combustibles fósiles, papel, etc.).

Sin embargo, la tecnología también contamina, y **genera una huella ambiental**, que en gran parte se debe al uso que los usuarios hacemos de nuestros dispositivos (ordenadores, smartphones, etc.).

Objetivo de la guía

- Concienciar a la ciudadanía de que todos tenemos un **papel activo** y somos **responsables** de nuestra huella ambiental.
- Ofrecer pautas y recursos prácticos para usar de forma responsable la tecnología y **proteger el medioambiente**, logrando un planeta mejor y contribuyendo a los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2030 de la ONU.

A quién está dirigida

Esta guía está dirigida a **dinamizadores** y formadores de los Centros de Competencias Digitales con el objetivo de que puedan impartir **charlas y talleres** en sus centros **y así sensibilizar y formar a la ciudadanía** en temas relacionados con el uso sostenible y responsable de Internet y las tecnologías con el medio ambiente.

AGENDA 2030

OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE

Agenda 2030

Naciones Unidas, en septiembre de 2015, celebró una cumbre especial para presentar la Agenda 2030 para el **Desarrollo Sostenible**.

Su objetivo es el de **construir un mundo** para el año 2030 a través de 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) centrados en:

- Erradicar la extrema pobreza en el mundo
- Combatir la desigualdad y la injusticia
- Solucionar el cambio climático

Objetivos de Desarrollo sostenible

Los **17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)** se adoptaron por todos los Estados Miembros como un llamado universal para poner fin a la pobreza, proteger el planeta y garantizar que todas las personas disfruten de paz y prosperidad para el año 2030.

"La Agenda 2030 es un plan de acción en favor de las personas, el planeta y la prosperidad. También tiene por objeto fortalecer la paz universal dentro de un concepto más amplio de la libertad. Estamos resueltos a liberar a la humanidad de la tiranía de la pobreza y las privaciones, y a sanar y proteger nuestro planeta. También se pretende hacer realidad los derechos humanos de todas las personas alcanzar la igualdad entre los géneros y el empoderamiento de todas las mujeres y niñas."

Preámbulo de la Agenda 2030

La importancia de la tecnología para alcanzar los Objetivos de Desarrollo Sostenible

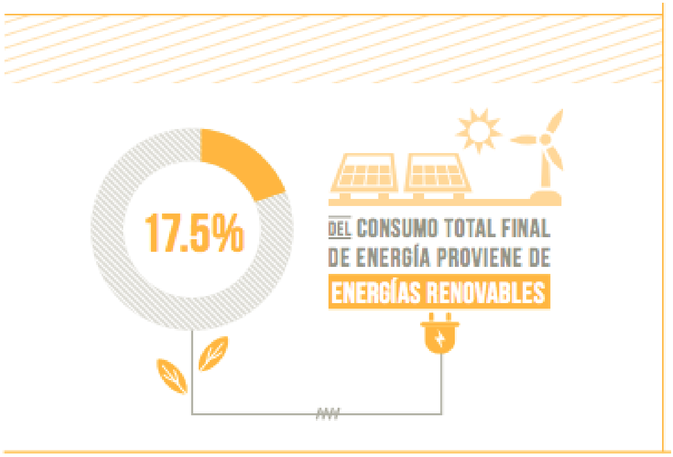
Alcanzar los ODS demandará en cada país que el gobierno, las empresas, los organismos y la propia sociedad civil trabajemos juntos hacia estos objetivos. En este sentido, **todos los ciudadanos podemos contribuir** con pequeños gestos que pueden suponer una gran aportación.

En relación a los ODS, **Internet y las tecnologías son un factor clave** para alcanzar dichos objetivos. El futuro es digital, y por ello, el acceso universal de todas las personas a Internet y al conocimiento, eliminando la brecha digital, es un reto.

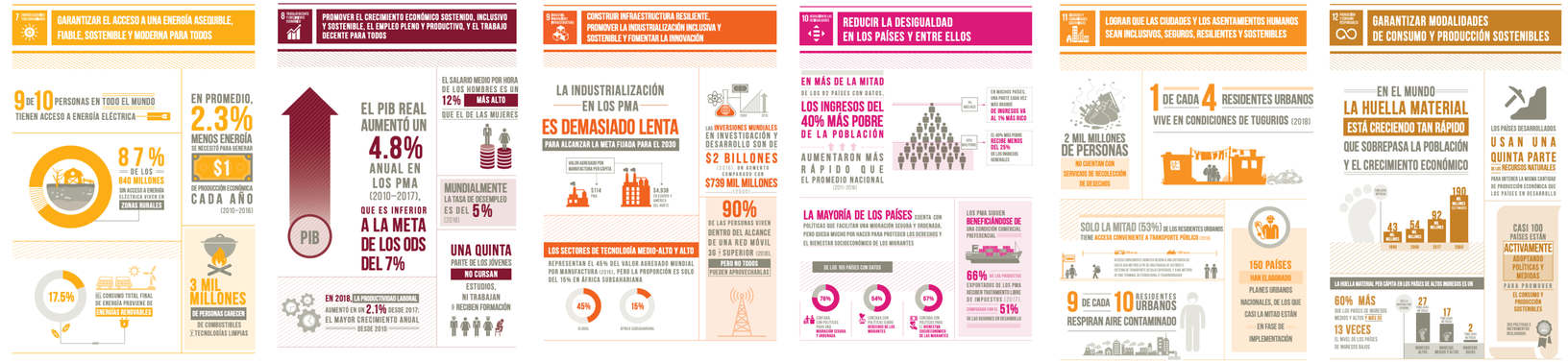
De la misma manera, se ha demostrado que gracias a la tecnología se contribuye **frenar el cambio climático**, impulsando un nuevo paradigma en los modelos de producción y consumo, creando ciudades más eficientes y respetuosas con el medio ambiente y favoreciendo la sostenibilidad de las zonas rurales.

Vídeo. Los Objetivos de Desarrollo Sostenible - qué son y cómo alcanzarlos

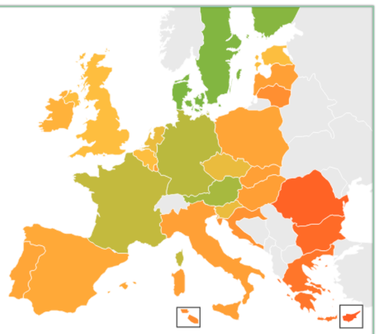
Algunos datos a nivel mundial de los ODS en 2019 en el ámbito medio ambiental



Para saber más sobre ODS…



Consulta el **informe de los ODS 2019** para conocer los principales datos relacionados con cada uno de los ODS mediante infografías



En este **mapa interactivo** podrás ver el grado de consecución de cada uno de los ODS por países en Europa.

¿Cómo podemos contribuir desde los Centros de Competencias Digitales a los ODS?

Desde los **Centros de Competencias Digitales** se ofrece asesoramiento personalizado y formación a la ciudadanía para el desarrollo de sus competencias digitales, así como el impulso de iniciativas de innovación social, con diferentes finalidades: disminuir la brecha digital, eliminar desigualdades, empoderar a la mujer, favorecer la empleabilidad, contribuir al envejecimiento activo, mejorar la calidad de vida de las personas, contribuir a la sostenibilidad de las zonas rurales y al desarrollo económico local, entre otros.

Todo ello desde **tres dimensiones** que engloban a los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible: ambiental, social y económica.

DIMENSIÓN AMBIENTAL

DIMENSIÓN SOCIAL

DIMENSIÓN ECONÓMICA

PAUTAS

USO EFICIENTE DE LA TECNOLOGÍA

La Tecnología y su impacto en el medioambiente

La tecnología tiene **efectos positivos** en los ODS, pero también tenemos que ser conscientes de que tiene un **impacto negativo** en el medioambiente en lo relativo a la contaminación.

¿Qué es la huella ambiental?

La **huella ambiental o ecológica** es un indicador que **mide** el **impacto sobre el planeta** de una determinada actividad o un determinado modo de vida, y lo compara con la capacidad de este de absorberlo y regenerarse. Se trata de un **indicador fundamental para la sostenibilidad**.

Idea práctica para el taller

Iniciativas como ECOSIA fomentan el compensar la huella que dejamos con su lema "Planta árboles mientras buscas en la web con tu teléfono móvil o tableta". Más información

La Tecnología y su impacto en el medioambiente

Algunos datos interesantes sobre el impacto de la tecnología y la huella medioambiental que deja son los siguientes:

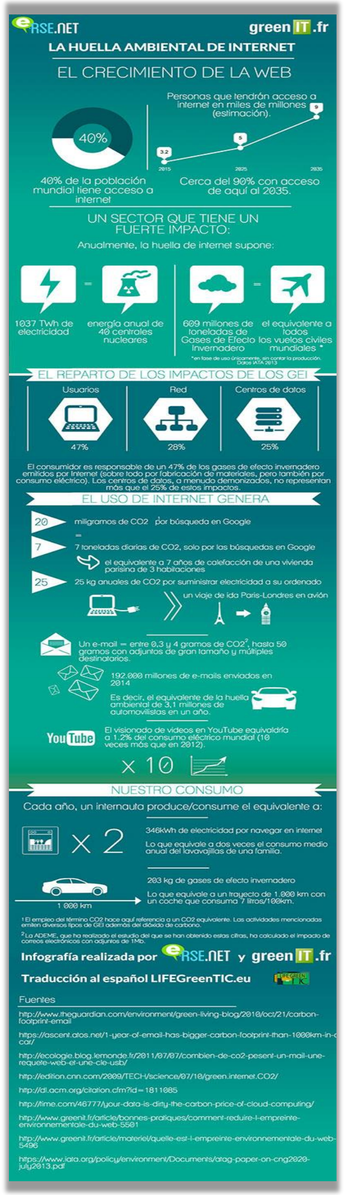
- Se estima que las **Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC)** en 2020 producirán 22 millones de toneladas de CO2, es decir, el **6% del total de la contaminación global**.

- La **huella ambiental de Internet** es similar a la de **40 centrales nucleares** produciendo durante todo un año, y la emisión de gases de efecto invernadero sería como la de todos los vuelos civiles mundiales. De hecho, si **Internet** fuera un **país**, sería el **sexto más contaminante del mundo**.

- Cada **búsqueda que realizamos en Internet** libera al medio ambiente 0.2 gramos de CO2, lo que, según el propio Google, significa que el efecto invernadero provocado por **mil búsquedas** equivaldría a **conducir un coche durante un kilómetro**.

- Casi la **mitad de la huella ambiental de Internet, el 47%, proviene del uso de los dispositivos** (ordenadores, smartphones, tablets,…).

VER INFOGRAFÍA



10 tips para hacer un uso de la tecnología más sostenible con el medio ambiente

Como hemos visto, **casi la mitad de la huella ambiental de Internet proviene del uso de los dispositivos** (ordenadores, smartphones, tablets,…).

Por ello, es fundamental que **los usuarios fomentemos buenos hábitos de uso de la tecnología** para mejorar el medio ambiente y que haya un menor impacto en el mismo.

Ser **conscientes de la huella ecológica** que dejamos, nos proporciona el entender que es necesario que usemos Internet y la tecnología de forma sostenible.

A continuación, vamos a indicar **algunos consejos y tips para poder contribuir a que esta huella ambiental** sea menor.

TIP 1 Ajusta el brillo y configura el apagado automático de las pantallas

Medidas:

- Reduce el **brillo de las pantallas**. Se estima que ajustar el brillo de pantalla a un nivel medio puede ahorrar entre 15-20% energía. En la mayoría de smartphones existe la opción de "brillo automático" que adapta el brillo en función de la luz ambiente de cada momento.
- Utiliza preferiblemente un **fondo de pantalla oscuro**, ya que permite ahorrar hasta un 25% de energía.
- Configura el **modo de suspensión** de pantalla del ordenador al menos cuando hayan transcurrido **15 minutos** de inactividad. En el caso de los **móviles**, configura el bloqueo de pantalla al cabo de unos pocos **minutos**.
- **Apaga el monitor** si vas a estar más de **60 minutos** de inactividad.

Idea práctica para el taller

Enseña a los alumnos a configurar la opción de brillo automático y las opciones de ahorro de energía de su smarthphone y PC.

TIP 2 Cierra las aplicaciones en segundo plano

Medidas:

- **Evita la "multitarea"**. Tener abiertos muchos programas a la vez hace que el ordenador vaya más lento y aumenta el consumo energético. Lo mismo ocurre cuanto tienes abiertos varios documentos o varias pestañas del navegador a la vez.

- **Cierra los programas una vez finalizado su uso**. Cuando hayas acabado de usar un programa o aplicación, ciérrala para que no te consuma memoria RAM ni procesador.

Idea práctica para el taller

Enseña a los alumnos cómo pueden ver las aplicaciones que tienen abiertas en el móvil en segundo plano y cómo cerrarlas.

Enséñales también cómo consultar los procesos que están abiertos en el ordenador (Administrador de tareas) y el consumo que hacen cada uno de ellos de memora RAM y CPU.

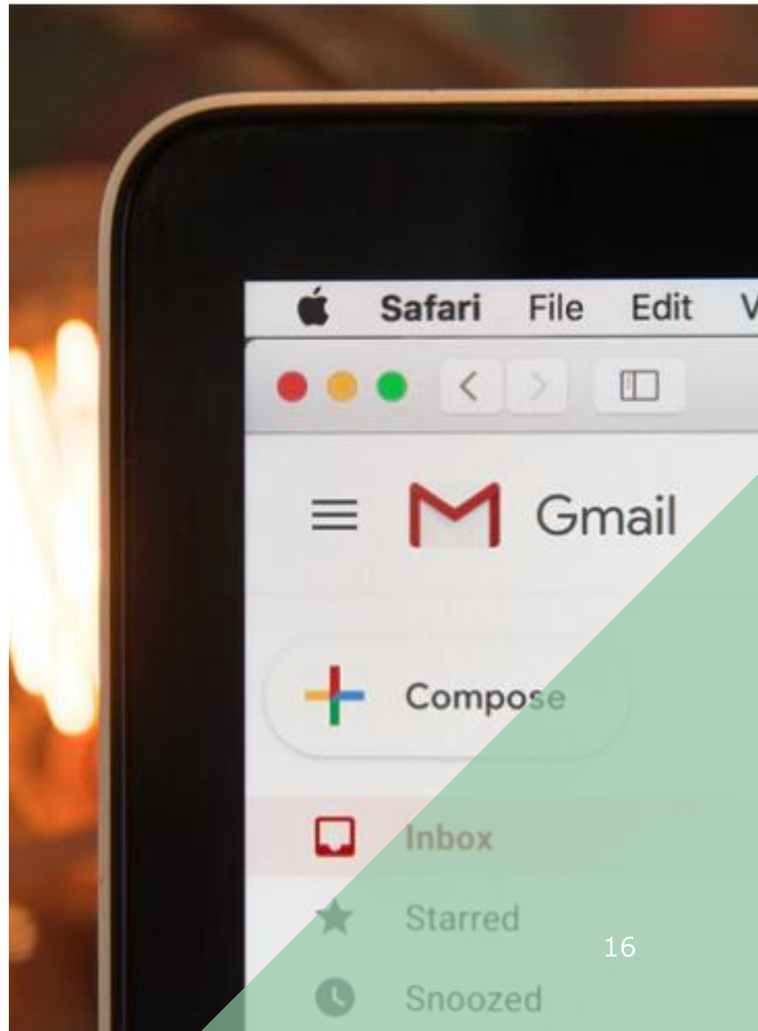
TIP 3 Sé eficiente al enviar emails y archivos

Medidas:

- Evita enviar **correos electrónicos muchos correos y muy pesados.** Es recomendable agrupar varios correos en uno, y realizar la compresión o reducción de archivos para a la hora de enviarlos.
- A la hora de **compartir imágenes o vídeos**, piensa en el uso que se va a hacer de ellos y selecciona la calidad más adecuada. Si sólo se van a visualizar en dispositivos móviles, no será necesario mucha calidad de imagen y pesarán menos.
- Cuando compartas archivos pesados con varias personas, **súbelos a la nube y comparte el enlace** para evitar un tráfico de datos innecesario y lo que esta acción consume, ya que a veces los adjuntos no se consultan.

Idea práctica para el taller

Utiliza la aplicación Wetransfer para enviar vídeos pesados sin pérdida de calidad a varias personas y practica con Google Drive para subir archivos a la nube y compartirlos mediante un enlace.



TIP 4

Usa videoconferencias para evitar desplazamientos innecesarios

Medidas:

Con las aplicaciones que existen actualmente de **videoconferencia**, podemos conectar con aquellas personas con las que deseemos sin necesidad de trasladarnos y así evitar la posible contaminación que suponen los desplazamientos. El fomentar el teletrabajo también es una forma de contribuir a cuidar el medio ambiente **evitando la contaminación que producen los desplazamientos**.

Incluso existen ventajas de hacerlo de esta manera puesto que usar estas aplicaciones permitan comunicarnos de forma eficaz con recursos como el **poder compartir pantalla**, grabar la sesión o **usar el chat** para compartir información e incluso documentos de interés.

Idea práctica para el taller

Practica y usa aplicaciones de vídeo conferencia como DUO, Skype, Facetime o Messenger de Facebook.

TIP 5

Mantén limpio y actualizado el sistema operativo y las aplicaciones

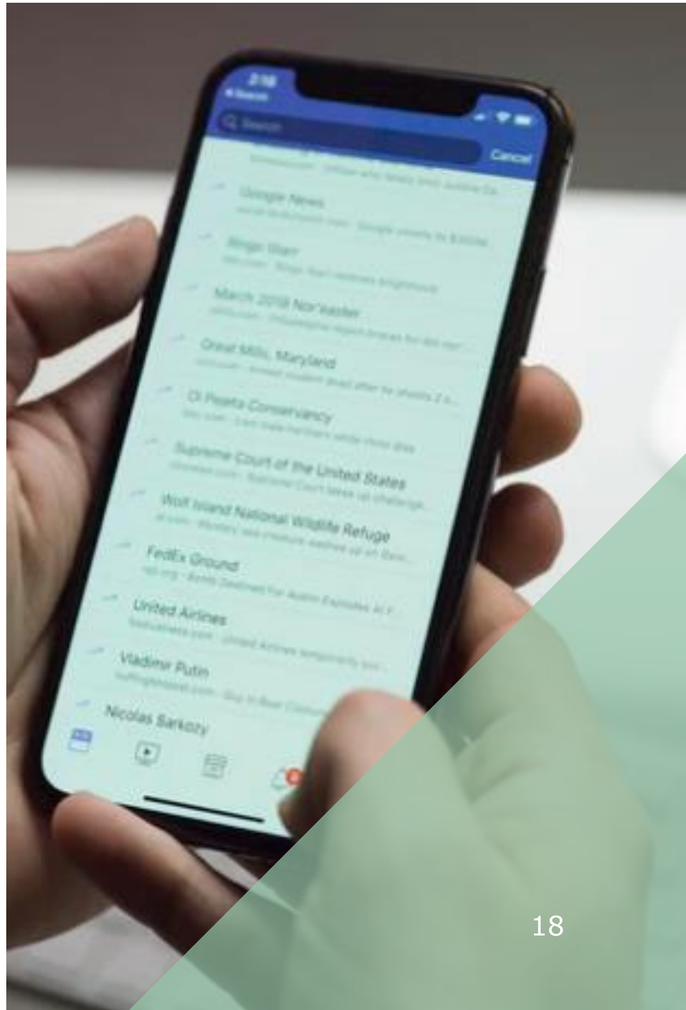
Medidas:

- Mantén **limpio tu ordenador y smartphone** de archivos y aplicaciones innecesarias. Con la instalación de aplicaciones y navegación en Internet, se van generando numerosos elementos residuales que ralentizan el funcionamiento de los dispositivos, generan "ruido" y en consecuencia aumentan el consumo energético. Es recomendable realizar limpiezas del caché, eliminar archivos residuales, limpiar datos de llamadas, mensajes, correos, etc.
- **Actualiza** tanto el **sistema operativo** de los dispositivos como las **aplicaciones** que tengas instaladas para su correcto funcionamiento.

Idea práctica para el taller

Enseña a los usuarios a configurar las actualizaciones automáticas de aplicaciones y del sistema operativo.

Instala y enseña a utilizar alguna aplicación para limpiar de forma automática los archivos residuales de los dispositivos como: Clean Master, Icleaner, App cache cleaner, etc.



TIP 6

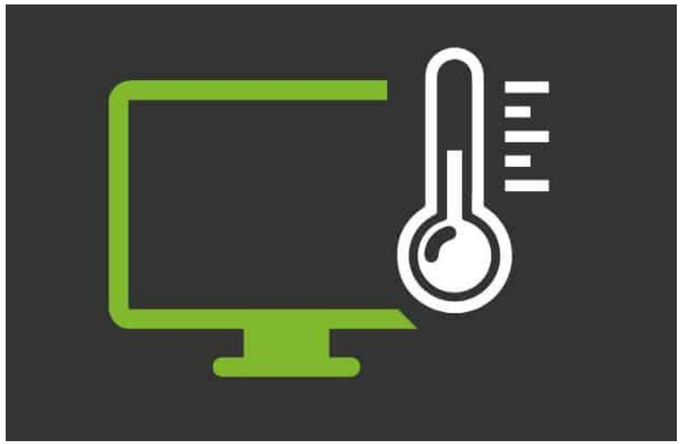
Evita dejar los dispositivos en zonas de frío o calor

Medidas:

- **Evita dejar tus dispositivos en lugares muy calientes para mantener mejor la carga de éstos**. Por ese motivo, no es recomendable dejar el equipo expuesto por mucho tiempo al sol o sobre superficies con alta temperatura.

- **El frío también es un gran enemigo de los dispositivos electrónicos**, y que puede ponerlos en peligro y provocar que dejen de funcionar. Con las bajas temperaturas, la batería también se agota antes, el hardware del teléfono se vuelve más frágil y puede provocar la rotura de la pantalla, además de la congelación del disco duro.

- **Carga los dispositivos en lugares adecuados**. A la hora de **cargar la batería**, es recomendable buscar un lugar alejado de fuentes de calor o evitar que el dispositivo esté cubierto por otros objetos que impidan su ventilación y puedan provocar un sobrecalentamiento.



TIP 7

Carga los dispositivos de forma eficiente

Medidas:

- **Carga los dispositivos móviles mediante el enchufe de la pared** y evita hacerlo a través del USB del ordenador o del coche. Las **entradas USB generalmente dan una corriente mucho más pequeña** de de que necesita el móvil, por eso su carga dura más tiempo. Esta práctica debe limitarse a aquellos dispositivos que no tienen una fuente de alimentación externa propia (cargador), como por ejemplo reproductores MP3, MP4.

- **No dejes cargadores conectados al enchufe que no estén siendo utilizados**. Aunque no tengan dispositivos conectados, siguen consumiendo energía.

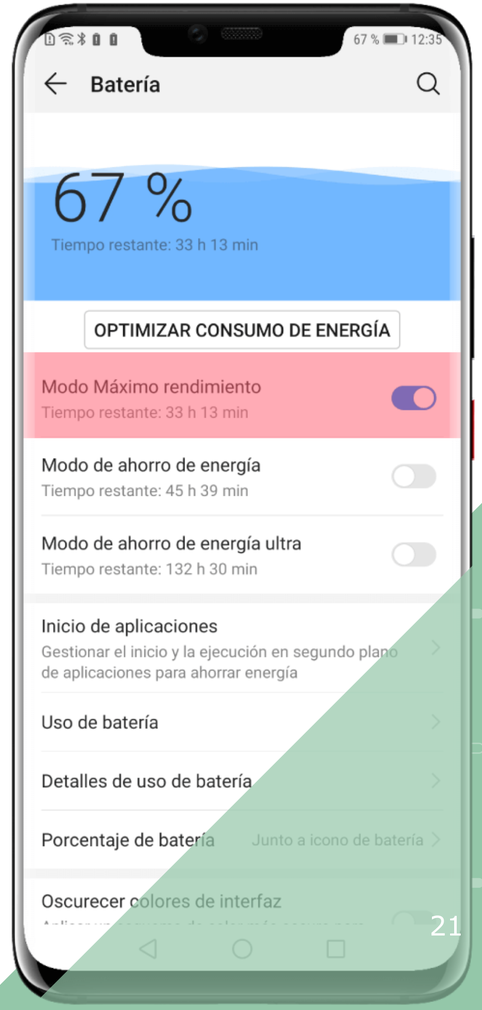
TIP 8 Monitoriza el consumo energético de aplicaciones y servicios, y desconecta lo que no uses

Medidas:

- Activa el modo "**Ahorro de energía**" de los dispositivos y **monitoriza el consumo** de aplicaciones para **desactivar aquellas aplicaciones que más consumen** y funciones cuando no se estén usando.
- Algunas recomendaciones para alargar la duración de la **batería de los smartphones** son:
  - Cuando haya mala cobertura (por ej. mientras viajas) desconecta la conexión 3G/4G.
  - Desactiva la "localización" del dispositivo si no es necesaria.
  - Desactiva notificaciones de aquellas aplicaciones que no sean estrictamente necesarias.
  - Usa el modo "avión" o "uso nocturno" cuando no necesites comunicarte .

Idea práctica para el taller

Instalar una aplicación que permita ver el consumo de las aplicaciones o la información sobre el uso de la batería y su ida útil como AccuBattery - Batería



TIP 9 Da una segunda vida a tus dispositivos

Medidas:

- Si se te estropea algo, **intenta arreglarlo antes de desecharlo**. **Existen servicios de reparación** económicos que permiten alargar la vida útil de los dispositivos. A veces es tan sencillo como ampliar la memoria o cambiar la batería. Si eres manitas, también **puedes intentar arreglarlo tú mismo**. En YouTube hay decenas de videotutoriales para aprender a cambiar piezas o solucionar problemas tipicos con nuestros dispositivos.
- Antes de deshacerte de un dispositivo, **pregunta a tus familiares si les sirve**. A veces tiramos cosas que a otras personas con menos necesidades les vienen perfectas.
- En última instancia, **dona el dispositivo para ser reutilizado por piezas o para reciclaje**. Existen entidades que desmantelan las partes del dispositivo para su reutilización (teniendo un impacto medioambiental mucho menor).

Como ejemplo, podemos citar a empresas como Movilbak, Dónalo o Reutilizak, o también puedes contactar con centros especiales de empleo de tu ciudad, que a veces también contribuyen a cuidar el medio ambiente reparando ordenadores y dispositivos móviles para darles una segunda vida al tiempo que fomentan la empleabilidad.

TIP 10 Recicla correctamente la basura electrónica

Medidas:

- **Nunca tires a la basura dispositivos eléctricos o electrónicos** (ordenadores móviles, etc.), ni si quiera partes o restos de ellos (pantallas, placas, etc.), ya que están compuestos de metales altamente contaminantes, que si no son reciclados correctamente, se liberan al medio ambiente y cuyo efecto dañino puede permanecer durante cientos o miles de años.
- **Lleva siempre al punto limpio los dispositivos**. Es fundamental conocer los puntos donde podemos reciclar esta basura para no contaminar y así contribuir al desarrollo sostenible.

Producción de basura electrónica

Según la Oficina de Naciones Unidas para el Desarrollo Industrial (ONUDI), se generan más de 40 millones de toneladas de residuos electrónicos al año; y **más del 5% de la basura mundial** (en la que se incluye desde la orgánica, plásticos, metales, etc.) **pertenece a pequeños dispositivos** como móviles, baterías, cámaras u ordenadores portátiles.

En España, **cada ciudadano produce unos 10 kg de estos residuos al año**.

APLICACIONES MÓVILES

Que contribuyen a la sostenibilidad medioambiental

Son muchas las **aplicaciones móviles** que contribuyen en distintos aspectos relacionados con la **Sostenibilidad Medioambiental**.

A continuación, indicaremos algunas de ellas y que se han clasificado en las siguientes categorías:

Agenda 2030 y ODS

La aplicación **ODS en Acción** se ha desarrollado para resaltar los Objetivos de Desarrollo Sostenible, la lista de tareas pendientes del mundo para poner fin a la pobreza, reducir las desigualdades y hacer frente al cambio climático.

La aplicación contribuye a difundir el mensaje de los ODS a través de distintas funcionalidades:

- Consultar acciones
- Sumarse a una acción
- Crear una acción

ANDROID APP ON Google play

Available on the iPhone App Store

MÁS INFORMACIÓN

Ser consciente con el medio ambiente

EcoBochos

La App es una manera de aprender sobre temas del cuidado del medioambiente en: Agua, Biodiversidad, Energía, Consumo/Residuos y Movilidad, agregándose como categoría final (necesaria para ganar el juego) la Tierra.

Se plantea como un juego en el que se reúnen preguntas generales sobre ecología y ambientalismo. El recorrido por todos los temas ayuda a entender las relaciones entre nosotros y nuestro entorno y así lograr una mirada más amplia sobre nuestra responsabilidad en el equilibrio global.

ANDROID APP ON Google play

Movilidad sostenible

Liight

Ser sostenible tiene premio utilizando esta app con la que podrás canjear tus acciones eco-friendly por recompensas como: cenas en los restaurantes de moda, productos de tecnología, ocio, marcas de moda sostenible y mucho más.

MÁS INFORMACIÓN

Calcula la huella de carbono de los medios de transporte y reconoce a los ciudadanos más comprometidos, motivando al resto a adquirir buenos hábitos. Está creada como un juego para conseguir "recompensas econfriendly".

ANDROID APP ON Google play

Available on the iPhone App Store

Movilidad sostenible

Drive Smart

Esta app se centra en que aquellas personas que la usen realicen una conducción eficiente y sostenible.

Se recompense a y se premia si hay mejoras en nuestra conducción con descuentos en gasolineras y otros establecimientos.

MÁS INFORMACIÓN

Entre otras funciones, la app permite:

- Grabar tus viajes
- Analizar cómo conduces

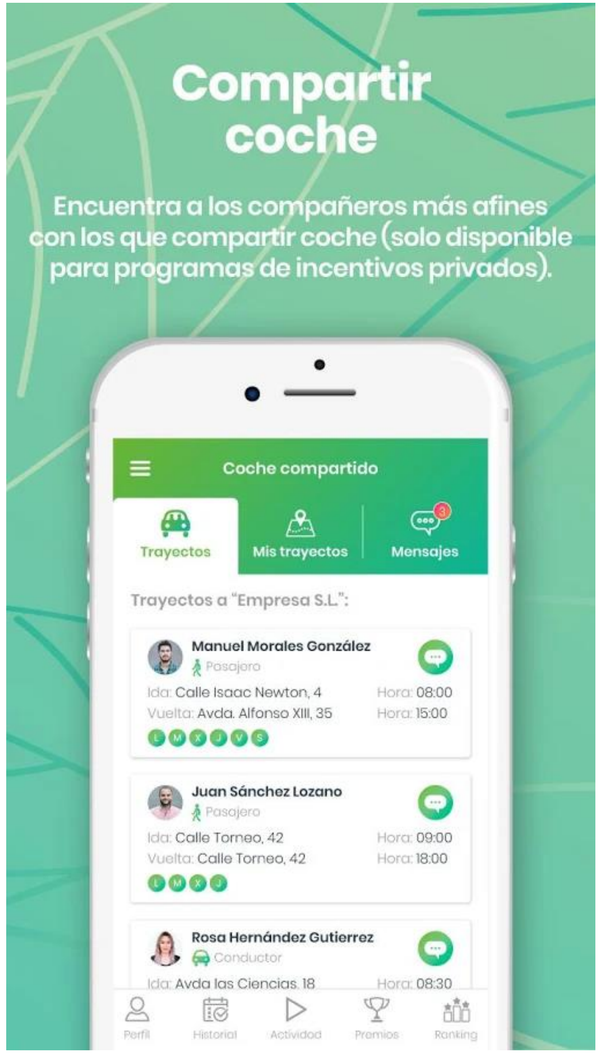
ANDROID APP ON Google play

Available on the iPhone App Store

Movilidad sostenible

Ciclogreen Incentivos para la Movilidad Sostenible

Desbloquea medallas e insignias por tu lucha contra el cambio climático y gana regalos por usar un transporte sostenible al ir al trabajo, al campus o moverte por tu ciudad.



MÁS INFORMACIÓN

Esta app incentiva el compartir coche con compañeros de oficina, ir en transporte público a la universidad, incluso en bicicleta, patinete eléctrico, andando o corriendo y ganar regalos por ello.

ANDROID APP ON Google play

Available on the iPhone App Store

Economía circular

A.I.R-E

Esta aplicación consiste en un “chatbot” de reciclaje que, al preguntarle sobre un residuo, te recomienda en qué contenedor debes tirar cada objeto para conseguir su correcto reciclaje.

A.I.R-e responde a tus preguntas mediante texto y en castellano, euskera, catalán o gallego. Incluso te dará más información a través de enlaces para que puedas entender mejor el proceso de reciclaje.

MÁSINFORMACIÓN

También es que es capaz de reconocer, mediante fotografías, el tipo de residuo que el usuario tiene entre manos. Cada persona puede mandar imágenes de aquello que quiera reciclar, recibiendo una respuesta inmediata.

ANDROID APP ON Google play

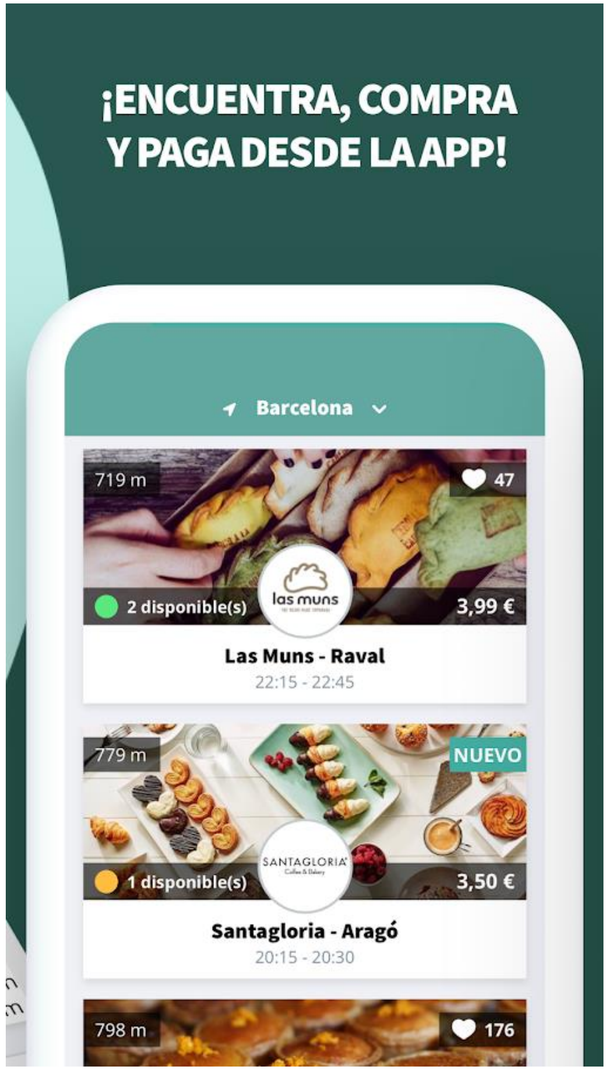
Available on the iPhone App Store

Economía circular

Toogoodtogo

Cada año, un tercio de la comida producida a nivel mundial se tira a la basura.

Con esta app se combate el desperdicio de alimentos permitiendo a establecimientos vender su exceso de comida a precios reducidos, en lugar de tirarla.



MÁS INFORMACIÓN

El proceso a seguir con la app es el siguiente:

- Encuentra un establecimiento que te guste y haz tu pedido pagando a través de la app.
- Recoge tu comida durante el horario establecido.
- Disfruta de la comida, sabiendo que además estás ayudando a preservar el medio ambiente.

ANDROID APP ON Google play

Available on the iPhone App Store

Economía circular

Gratix

Esta app pretende fomentar consumo colaborativo y que que otras personas puedan reutilizar lo que otra ya no use.

MÁS INFORMACIÓN

Con la aplicación y su uso se pueden ganar puntos para canjear por otras cosas.

Regalar y conseguir deseos ayuda a reutilizar y es una manera de cuidar el medio ambiente.

ANDROID APP ON Google play

Available on the iPhone App Store

Domótica

Wattio SmartHome

Esta app permite convertir un hogar en inteligente a través de la configuración de los distintos aparatos inteligentes y su control a través de la misma.

Desde el móvil se puede controlar:

- Encender y apagar la calefacción
- Ahorrar energía
- Simular presencia
- Recibir alertas de lo que ocurre cuando no estés

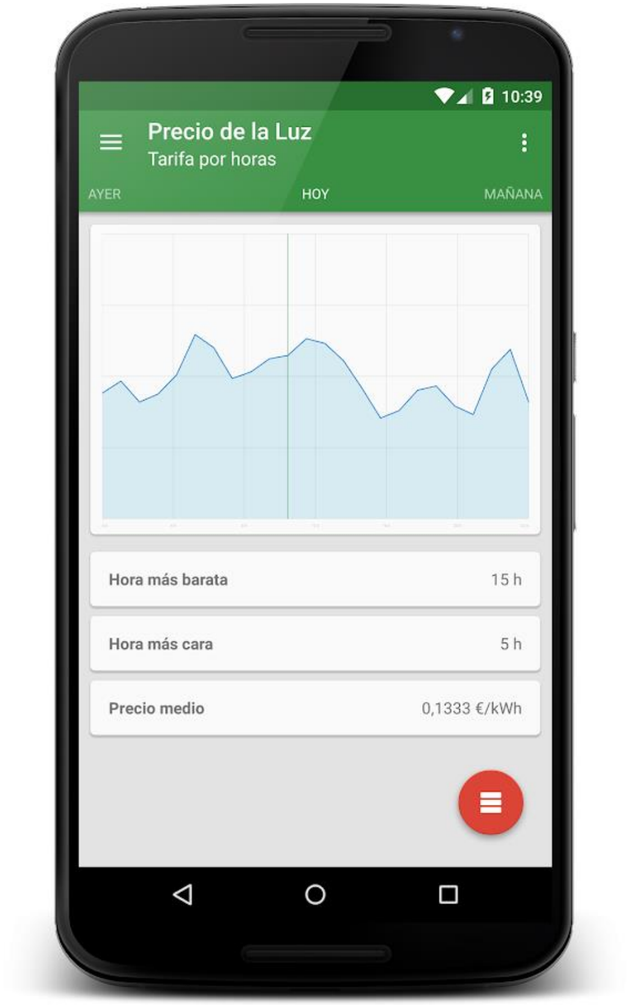
ANDROID APP ON Google play

Available on the iPhone App Store

Ahorro energético

Precio de la Luz

Precio de la Luz es una sencilla aplicación que le permitirá conocer en tiempo real el coste de la energía eléctrica que consume en su hogar o lugar de trabajo.



MÁS INFORMACIÓN

Ajustando el consumo eléctrico de los electrodomésticos o aparatos a las hora con menor coste, se conseguirá ahorrar en la factura de la luz al final de mes.

ANDROID APP ON Google play

Anexo 1

RECURSOS ADICIONALES DE INTERÉS

Libro: 170 acciones para transformar nuestro mundo.

Iniciativa “Haz posible el cambio” de Naciones Unidas. Esta guía recoge 170 ideas para incorporar en nuestro día a día los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) aprobados por la ONU.

DESCARGA

CURSO ONLINE SOBRE ODS

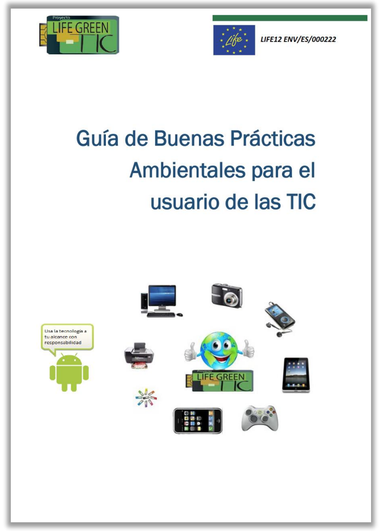
MOOC "Objetivos de Desarrollo Sostenible: una transformación ineludible" de la Universidad Politécnica de Madrid

IR AL CURSO

Frieda – El mensaje universal de los Objetivos de Desarrollo Sostenible

Cuento dirigido a niños y niñas de 3 a 11 años creado por el Centro de Información de la ONU en Windhoek, Namibia.

IR AL RECURSO



GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS AMBIENTALES PARA USUARIOS DE LAS TIC

Guía que recoge diferentes recomendaciones para hacer un uso más inteligente y responsable de los distintos equipos y dispositivos, con el fin de reducir la huella de carbono.

DESCARGA

TEST SOBRE RECICLAJE DE VIDRIO

Quiz con algunas preguntas sobre el reciclaje de vidrio en España.

HAZ EL TEST

JUEGO DE MESA

Juego de mesa de los ODS para niños y aprender más sobre ellos.

EMPIEZA A JUGAR

Thomas y sus amigos con los ODS

Dibujos animados para inspirar a la siguiente generación e iniciar conversaciones y aprendizajes significativos.

IR AL RECURSO

INICIATIVAS SOBRE EL CAMBIO CLIMÁTICO

Iniciativas que ha puesto en marcha el Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente.

VER INFORMACIÓN

Anexo 2

TALLER PRÁCTICO

Propuesta para realización en Centros de Competencias Digitales

Estructura del Taller

DURACIÓN Y DESTINATARIOS	INTRODUCCIÓN	DESARROLLO	CONCLUSIONES	+COMPLEMENTARIO AL TALLER
2 horas **Usuarios Centros Competencias Digitales**	En esta primera parte, se propone una introducción a qué son los ODS y cómo podemos contribuir a ellos, en especial aquellos ODS relacionados con el uso responsable de la Tecnología. Se comentarán algunos datos significativos de las acciones que ya se han llevado a cabo hasta 2019 y aquellas iniciativas que están en marcha en estos momentos.	Para la parte principal del Taller, se comentarán los 10 consejos o tips indicados en la guía sobre las pautas para un uso eficiente y responsable de la Tecnología con el medio ambiente. Se realizará de forma práctica las ideas señaladas en algunos de los tips con los participantes para mostrar recursos y opciones para contribuir a la sostenibilidad ambiental y se les mostrará a los usuarios el funcionamiento de algunas aplicaciones móviles vistas en la última parte de la guía.	Después de realizar las actividades prácticas propuestas y conocer el uso de las aplicaciones móviles indicadas en la guía, se propone un debate a modo de conclusión de los siguientes aspectos: • ¿Qué consejo o tip te ha llamado más la atención porque lo desconocías? • ¿Qué app móvil te ha parecido más interesante y por qué? • ¿Qué ideas se te ocurren para contribuir a que todos pongamos de nuestra parte para alcanzar la sostenibilidad ambiental?	Se recomendará a los usuarios diferentes elementos y formaciones para complementar sus conocimientos en temas relacionados y hacer un uso de la Tecnología más responsable con el medio ambiente como los que aparecen en el Anexo 1 de esta Guía o actividades formativas programadas en el Centro.
	DURACIÓN PROPUESTA 20 minutos	**DURACIÓN PROPUESTA** 90 minutos	**DURACIÓN PROPUESTA** 20 minutos	

somos digital

somos-digital.org