



La ginkana del buen uso del móvil



¿Quiénes somos?

Somos **BOJ FORESTAL S.L.**, una empresa del sector forestal dedicada a la Gestión Ambiental Sostenible, comprometida en la mejora y conservación de nuestro medio ambiente.

Adherida a la **Estrategia Regional de Educación Ambiental de Castilla-La Mancha, Horizonte 2030**, apostamos por una educación ambiental eficaz que aporte beneficios a una sociedad cada vez más preocupada por la naturaleza.

Dentro de nuestro servicio dedicado a la educación ambiental, desarrollamos programas que fomentan en la ciudadanía una relación responsable, crítica y consciente con su entorno.

En este marco, **ACTIVA TU MODO AVIÓN** se integra como una propuesta innovadora que, además de abordar el uso saludable de la tecnología, promueve el respeto hacia el medio ambiente, la reflexión sobre el consumo digital y la comprensión del impacto ecológico asociado a nuestros dispositivos.



¿Qué es ACTIVA TU MODO AVIÓN?

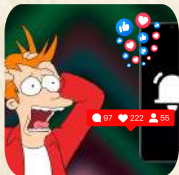
Nos encontramos inmersos en una realidad en la que los dispositivos móviles forman parte esencial de la vida cotidiana de nuestros jóvenes. Sin embargo, su uso —a menudo excesivo o poco crítico— está generando una serie de desafíos que afectan directamente a su bienestar, a su desarrollo personal y a su manera de relacionarse con el mundo. Conscientes de la importancia de abordar esta situación desde la educación y la prevención, presentamos la ginkana **ACTIVA TU MODO AVIÓN**, una actividad dinámica, vivencial y diseñada especialmente para adolescentes.

ACTIVA TU MODO AVIÓN nace con el objetivo de fomentar un uso saludable, equilibrado y consciente del móvil, invitando a los participantes a reflexionar sobre los efectos que estos dispositivos pueden tener en sus vidas, pero también a descubrir alternativas que favorezcan su bienestar físico, emocional y social.

Esta propuesta educativa se alinea directamente con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), trabajando de forma transversal los ODS 3 (Salud y Bienestar), 4 (Educación de Calidad), 12 (Producción y Consumo Responsables) y 13 (Acción por el Clima). A través de cada una de las pruebas, los participantes comprenden cómo sus hábitos digitales no solo afectan a su vida personal, sino también al entorno social y ambiental, promoviendo así una ciudadanía más crítica, responsable y comprometida.



A través de diferentes pruebas, retos y dinámicas de participación, esta ginkana aborda de forma lúdica y pedagógica cinco grandes problemáticas actuales:



Salud mental y capacidad de concentración: exploramos cómo la sobreexposición a notificaciones constantes y estímulos digitales afecta a la atención, el rendimiento académico y el descanso, y planteamos herramientas para gestionarlo de forma saludable.

Impacto medioambiental: visibilizamos la huella ecológica de la fabricación, uso y desecho de los dispositivos móviles, así como la importancia de alargar su vida útil, reciclar adecuadamente y adoptar un consumo más responsable.



Fakes news y distorsión de la realidad: **analizamos cómo circula la información en redes sociales, cómo distinguir fuentes fiables y cómo los filtros, comparaciones y contenidos** engañosos pueden generar baja autoestima, inseguridades y problemas como trastornos alimenticios.



Comunicación y sociabilización: reflexionamos sobre la dependencia del móvil como medio casi exclusivo de comunicación y las dificultades que esto genera en la interacción real, la expresión emocional y la construcción de vínculos significativos.

Privacidad y seguridad digital: descubrimos los riesgos de exponer datos personales en plataformas digitales y la necesidad de comprender su valor, protegerlos y navegar de forma segura y consciente.



La ginkana **ACTIVA TU MODO AVIÓN** está pensada como una experiencia participativa, motivadora y de alto impacto educativo. Su diseño combina información rigurosa, dinámicas prácticas, trabajos en equipo, desafíos creativos y momentos de reflexión. El objetivo es lograr que los adolescentes interioricen estos mensajes desde la vivencia y no únicamente desde la teoría.

Invitamos a los centros educativos a implementar esta actividad como una herramienta efectiva para promover hábitos digitales saludables, mejorar la convivencia, reforzar la educación emocional y desarrollar un pensamiento crítico frente a las tecnologías.

Agradecemos de antemano su interés y quedamos a su disposición para ampliar cualquier información o adaptar la ginkana a las necesidades específicas de su centro.

¿Quieres más información?



Gestión
Ambiental
Sostenible



C/ Hermanos Grimm, 4, Pl:0 acceso por Óscar Wilde s/n



bojforestal.es



info@bojforestal.es



615 39 67 97 / 657 55 09 80