



ACTIVATE

TOOLKIT PARA LA PROMOCIÓN DE LA
PARTICIPACIÓN COMUNITARIA EN LÍNEA



ACTIVATE

El presente documento ha sido elaborado por ACTIVATE, FORMACIÓN Y RECURSOS PARA LA PARTICIPACIÓN ACTIVA DE LAS PERSONAS CON DIVERSIDAD FUNCIONAL EN LA COMUNIDAD.

El proyecto pretende fomentar la participación activa y la inclusión de las personas con discapacidad en sus comunidades, así como su vida independiente y su autonomía.

CONTRIBUCIONES

VIRTUAL CAMPUS LDA (Portugal) - Socio

ASPAYM BALEARES (España) - Socio

C.I.P. CITIZENS IN POWER (Chipre) - Socio

VOLKSHOCHSCHULE IM LANDKREIS CHAM EV (Alemania) - Socio

STEP Institute (Eslovenia) - Socio

ASOCIACIÓN MOVIÉNDOTE (España) - Socio



Cofinanciado por
la Unión Europea

Fuente de financiación: Programa Erasmus+ para la Educación de Adultos de la Unión Europea. El texto y los materiales pueden ser reproducidos, distribuidos, puestos a disposición del público, compartidos y adaptados bajo las siguientes condiciones: En ningún caso se publicará el nombre del autor, la licencia ni la dirección del sitio web de la fuente original.

Para más información sobre el proyecto, acceda a: <https://projectactivate.eu>

SOCIOS



INTRODUCCIÓN

El objetivo de este Toolkit es **proporcionar a los y las profesionales herramientas** para que puedan **sensibilizar a las personas** con las que trabajan (es decir, personas **con diversidad funcional**) y **mostrarles las oportunidades** que las **herramientas digitales y online pueden ofrecerles para ser activos en su comunidad**, así como para poder tener un ocio y unas relaciones sociales satisfactorias sin barreras físicas.

Las **herramientas** que se ofrecen en este Toolkit se han diseñado para que ayuden a los y las profesionales a **dar ese último impulso** que **algunas personas** pueden necesitar para implicarse por sí mismas en sus comunidades.

Esta guía **ofrece:**

Herramientas y recursos prácticos para utilizar con las personas con las que trabajan, como vídeos, buenas prácticas de éxito y dinámicas de participación activa.
Recomendaciones metodológicas e instrucciones para que los/as profesionales puedan adoptar los materiales en sus dinámicas con el grupo destinatario, obteniendo los mejores resultados.

Además, se **estructura** de la siguiente manera:

- Pautas de preparación;
- Actividades;
- Recursos útiles adicionales;
- Planes de acción;
- Actividades de evaluación.

Es importante destacar que todas las herramientas están organizadas y sistematizadas, para ser utilizadas en diferentes situaciones y para trabajar sobre temas/entornos específicos relacionados con la participación comunitaria y las áreas tratadas en el curso de formación.

ORIENTACIONES SOBRE CÓMO AYUDAR A LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA A UTILIZAR LA PLATAFORMA

1. IDENTIFICAR LAS DISCAPACIDADES DE LA PERSONA USUARIA (QUÉ TIPO DE MOVILIDAD TIENE Y DÓNDE).

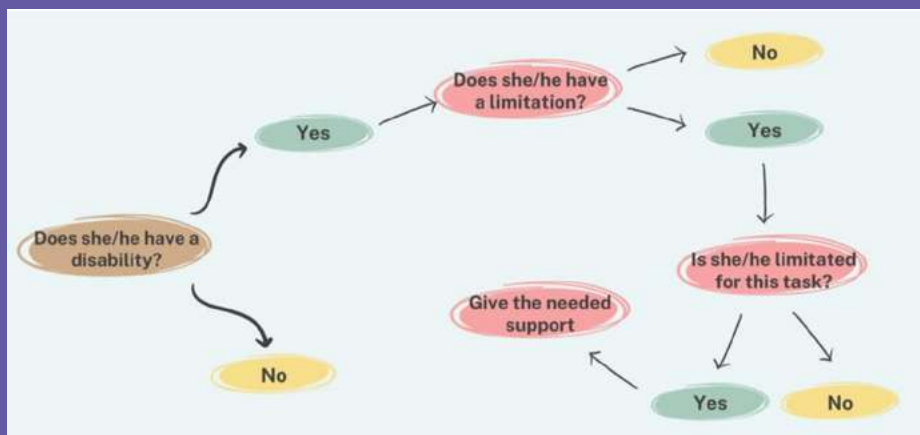
En primer lugar, es necesario explicar en qué consiste la actividad y qué requiere. A partir de aquí, pregunta a la persona usuaria qué necesidades considera necesarias para llevar a cabo esta actividad. Es importante no asumir que una persona puede tener una limitación sólo porque hayamos observado el aspecto visual de la misma. Es decir, esa persona, a pesar de tener una limitación, puede ser funcional. O, de hecho, puede tener otras limitaciones que no se pueden observar. Por eso es fundamental adoptar una comunicación abierta y respetuosa, para poder comprender su situación.

2. EVALUAR EN QUÉ MEDIDA NECESITA APOYO.

Por lo tanto, en relación con lo que hemos podido identificar en el punto anterior, evaluaremos qué tipo de apoyo, en su caso, necesitará para llevar a cabo la tarea propuesta.

En el caso de las personas con discapacidad, es un error muy común caer en el paternalismo y no proporcionar autonomía. Por eso es importante que el/la profesional sea consciente de este hecho y se guíe por las indicaciones que le dé esta persona.

Un ejemplo sería el caso de una persona que tiene movilidad en el brazo y la mano, de modo que puede mover el panel táctil y explorar la plataforma sin problemas, pero no pulsa el botón por falta de fuerza o de sensibilidad en la mano. En este caso, daremos libertad a la persona para que explore a su ritmo y le proporcionaremos apoyo en el caso ocasional de que necesite pulsar el botón del panel táctil. No debemos excedernos ni proporcionar ayuda a quien no la necesita.



3. ANALIZAR CÓMO PODEMOS PRESTAR APOYO.

Para empezar, nos gustaría aclarar que el uso de elementos de apoyo es complementario, pero no esencial.

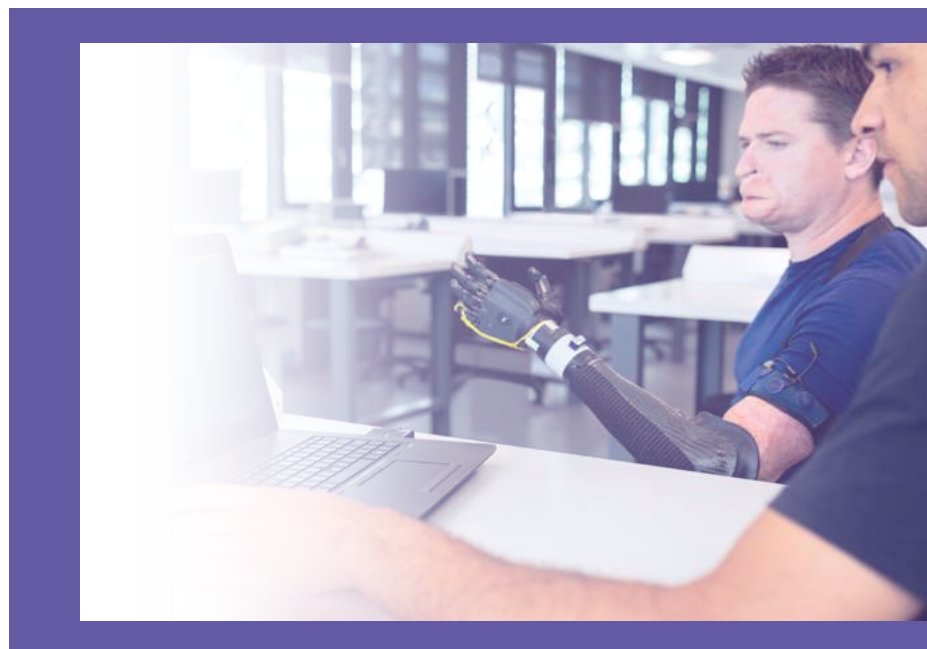
Un ejemplo sencillo sin el uso de elementos de apoyo sería analizar si a la persona le resultaría más fácil utilizar el ratón clásico o el panel táctil en su lugar.

Lo más probable es que en la mayoría de las situaciones no dispongamos de ningún instrumento de apoyo, lo que implicará una mayor intervención de los profesionales, ya que las personas del grupo destinatario podrán participar, pero de forma menos autónoma.

4. RECONOCER LA AUTONOMÍA DE LA PERSONA USUARIA.

Llegados a este punto, conocemos las necesidades de la persona a la que atendemos y hemos acordado cómo se le ofrecerá el apoyo. A partir de este momento, el/la profesional llevará a cabo la tarea específica que la persona usuaria no puede realizar, pero respetando lo que sí puede hacer.

Un ejemplo visual: Una persona tiene movilidad reducida en el lado derecho de su cuerpo y es diestra. En este caso, no puede mover el brazo ni la mano. El/la profesional será quien mueva el panel táctil, pero siguiendo los pasos y/o indicaciones que le proporcione la persona con discapacidad. De esta forma, se le ayuda a la persona específicamente en la tarea que no puede realizar (el movimiento del panel táctil), pero se respetan las capacidades que sí tiene (toma de decisiones).



RECOMENDACIONES METODOLÓGICAS PARA EL TRABAJO DIDÁCTICO CON EL GRUPO DESTINATARIO

1. CÓMO ORGANIZAR LA SESIÓN

Antes de poner en marcha las actividades formativas, define claramente quién es el **público destinatario**. Presta atención a las especificidades o barreras que puedan tener las personas participantes.

Define la **duración** prevista y el **formato** de la actividad, si será presencial, online o una combinación de ambas.

Haz una lista del **material** que necesitas y prepárala al detalle.

Define claramente los **objetivos** de las actividades previstas. Haz que sean lo más concretos posible. Puedes utilizar el método SMART.

Para asegurarte de que tienes en cuenta todos estos aspectos, puedes elaborar un “plan de trabajo” antes de empezar. Se trata de un documento de planificación de la implantación que debe contener los siguientes componentes:

- Título de la actividad;
- Duración;
- Contenido;
- Objetivos de aprendizaje;
- Métodos;
- Materiales.

Cuando planifiques la formación, ten en cuenta los **márgenes de tiempo**. Los y las participantes pueden variar en cuanto a conocimientos previos y participación activa. Siempre es buena idea contar con una actividad o dinamizador/a de reserva si el tiempo lo permite. Al mismo tiempo, prevé qué contenidos pueden acortarse sin afectar a la calidad de la sesión.

Planifica algo de tiempo al inicio de la actividad para que **los/as participantes se conozcan**. Es un elemento muy importante para el éxito de la iniciativa. Preguntáles qué **expectativas** tienen, también puedes marcar objetivos internos.

Ten siempre a mano **material adicional** (por ejemplo, papelógrafos para las sesiones presenciales, pizarras virtuales para las online) por si necesitan más explicaciones.

2. MÉTODOS DIDÁCTICOS ÚTILES

A. EJERCICIOS PARA ROMPER EL HIELO Y DINAMIZAR

Los ejercicios para romper el hielo (“icebreakers”) son métodos diseñados para preparar a los participantes hacia la conversación u otras actividades. El propósito de los ejercicios de animación es elevar los niveles de energía durante las sesiones cuando la motivación parece disminuir.

Ejemplo 1: **Historias de objetos**

Esta actividad está pensada para realizarse de forma presencial. Selecciona algunos objetos de la sala y mételos en una bolsa. Pueden ser objetos cotidianos o algo fuera de lo común. Invítales a meter la mano en la bolsa y sacar un objeto cada vez. La primera persona que saque un objeto empezará a contar una historia imaginaria con ese objeto. Después de 20 segundos, la siguiente saca otro, y continúa la historia hasta que todos hayan tenido su turno.

Ejemplo 2: **Nube de humor**

La actividad puede realizarse digitalmente, utilizando herramientas como Mentimeter o Jamboard. Es fácil de poner en práctica. Se pregunta a los y las participantes cómo se sienten: cada cuál contribuye de forma anónima sobre qué siente. De este modo, ya habremos iniciado la actividad con una reflexión. El facilitador/a puede empezar y utilizar un estado de ánimo que no sea completamente básico (es decir, no sólo triste o feliz) para animar a los participantes a reflexionar también.

Ejemplo 3: **Recuento aleatorio**

Esta actividad puede realizarse de forma presencial o digital. La tarea consiste en contar juntos, pero no a la vez. Alguien empieza y dice uno, y luego cuentan números consecutivos en orden aleatorio. La tarea consiste en llegar a un número lo más alto posible y que dos personas no digan el mismo número al mismo tiempo. Por lo tanto, los participantes deben turnarse al azar después de contar. Puede hacerse más difícil pidiendo a los participantes que cierren los ojos.

B. MÉTODOS DE DEBATE

Ejemplo 1: **1-2-4-TODOS**

Este método aumenta gradualmente el debate sobre un tema. Damos a los participantes una pregunta y les pedimos que piensen la respuesta durante un minuto cada uno. Luego discuten sus respuestas en parejas. A continuación, dos parejas se juntan en un grupo de cuatro para debatir sobre el mismo tema. Posteriormente, todos los grupos de cuatro se reúnen para formar un grupo completo. Se pueden añadir subpreguntas en cada turno. La idea es implicar a cada persona más activamente en el tema que si todo el grupo debatiera desde el principio y algunas personas se quedaran sin participar.

Ejemplo 2: **Debate tradicional**

En un debate tradicional, los participantes se dividen en dos grupos. Uno argumenta “a favor” y el otro “en contra” sobre un tema concreto. Puede haber varias rondas, por ejemplo, primero el representante de cada grupo presenta su postura, luego tienen un tiempo limitado para preparar contraargumentos y presentarlos. El debate debe ser moderado.

Ejemplo 3: **Voces en círculo**

Los/as participantes crean grupos de cinco personas. Los grupos disponen de 3 minutos de silencio para reflexionar sobre un tema concreto. Cada miembro del grupo dispone de 3 minutos ininterrumpidos para debatir el tema con los demás miembros. Después, los demás pueden responder a los comentarios que se hayan hecho.

3. REFLEXIÓN

La reflexión es una parte esencial de la conclusión de las actividades. Es tarea principal del animador/a permitir que los participantes reflexionen sobre **lo que han aprendido y cómo se han sentido al respecto**. El moderador/a de la actividad también reflexionará sobre la sesión.

Hay varios enfoques posibles. Puede utilizarse una técnica de grupo interactivo, y la reflexión puede hacerse mediante **debate**. Los participantes pueden recibir cuestionarios para responder de forma **anónima**. Otra posibilidad es utilizar una de las **herramientas digitales** (por ejemplo, Mentimeter), en la que todos dan anónimamente sus respuestas sobre la sesión y luego se revisan y discuten en grupo.





SECCIÓN 1

**ACTIVIDADES PRÁCTICAS Y MATERIALES SOBRE
ALFABETIZACIÓN DIGITAL**

1.1 - PREPARACIÓN



DURACIÓN:

Aproximadamente 5 horas pedagógicas y pausas. Los formadores deben adaptar el horario en función de las necesidades del grupo.



ALUMNADO:

Personas con discapacidad que desean saber más sobre la aplicación de competencias digitales básicas.



OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Aumentar la motivación para el voluntariado, desarrollar un enfoque proactivo en la búsqueda de oportunidades, comprender los beneficios de la alfabetización digital básica y capacitar a las personas mediante el reconocimiento de sus puntos fuertes.



METODOLOGÍA:

ejercicios de activación, actividades de trabajo en grupo, debate, plan de acción y evaluación.



EQUIPAMIENTO:

Papeles A4, rotuladores de colores, bolígrafos, proyector, ordenador(es) y acceso a Internet, timbre/temporizador, materiales de los recursos [\(1.2.2. Perfil Digital plantilla, 1.2.4.Las claves del Storyteling y 1.2.6.Actividad de reflexión\)](#)



PREPARACIÓN DEL AULA:

Cuando realices una actividad en un entorno virtual, elige las plataformas apropiadas para el trabajo en grupo y el diseño de folletos (Zoom: ofrece salas para el trabajo en grupo, Jamboard, Padlet...).



MÓDULO DE LA PLATAFORMA DE E-LEARNING:

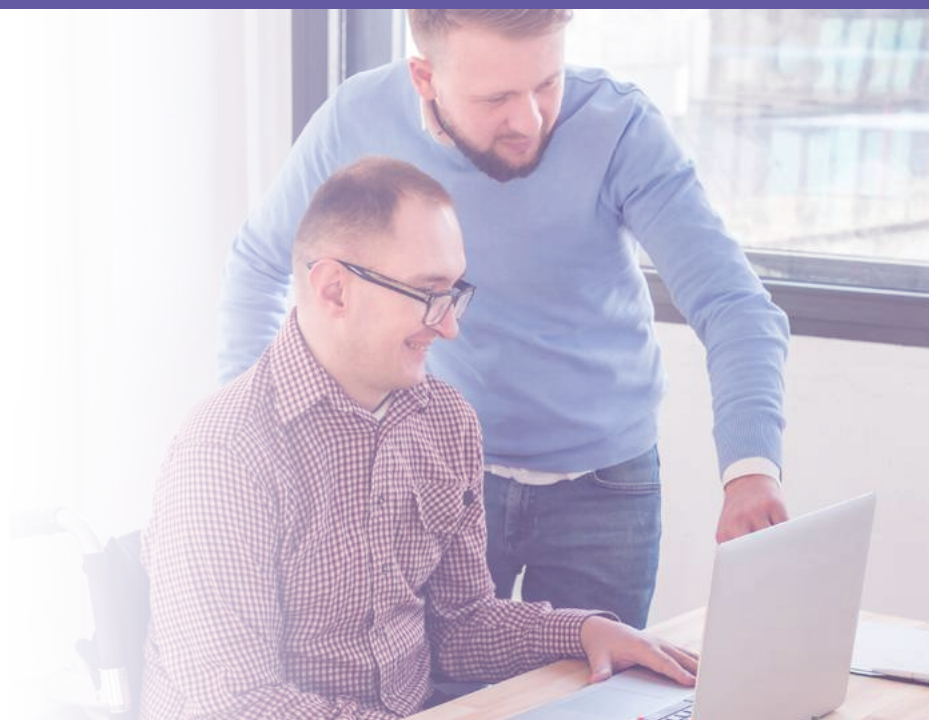
Antes de la sesión de formación, se recomienda que el alumnado repase el módulo de la plataforma de e-learning 1 ALFABETIZACIÓN DIGITAL BÁSICA PARA LA PARTICIPACIÓN COMUNITARIA, disponible aquí: <https://projectactivate.eu/es/training>

En caso de que a los alumnos/as no les sea posible acceder a la plataforma de e-learning con antelación, pueden consultar los contenidos principales durante la formación, o bien, quien dinamice puede presentar los contenidos más importantes de la plataforma online durante la formación.

1.2.1 - ICEBREAKER

El objetivo de esta actividad es motivar a las personas que participan y hacerles reflexionar sobre el tema planteándoles una pregunta más general y personal.

DURACIÓN	DESCRIPCIÓN DE CADA PARTE DE LA ACTIVIDAD
10 minutos (el tiempo puede variar en función del número de alumnos/as)	<p>ICEBREAKER: “Competencias digitales básicas. Introducir el concepto de oportunidades virtuales y sus ventajas.”</p> <ol style="list-style-type: none">1. Comienza hablando de las ventajas de las competencias digitales, como la flexibilidad que ofrecen y la posibilidad de colaborar desde casa.2. A continuación, buscad oportunidades virtuales de participación en línea y debatir en grupo cuáles se ajustan a sus intereses y capacidades. <p>Los y las participantes aprenderán a buscar oportunidades virtuales, así como a comprender los beneficios de las competencias digitales básicas.</p>



1.2.2 - CREACIÓN DE UN PERFIL DIGITAL

DURACIÓN	DESCRIPCIÓN DE CADA PARTE DE LA ACTIVIDAD
15 minutos	<p>LA IMPORTANCIA DEL PERFIL DIGITAL</p> <p>1. Comienza presentando la importancia de tener un perfil digital y qué debe incluirse en él. Encontrarás varios consejos en la sección denominada ¡Me gusta! Por último, pide a los participantes que compartan sus perfiles con el grupo y comenten lo que han aprendido.</p> <p><i>Aprenderán a crear un perfil de voluntario/a y comprenderán la importancia de tener uno.</i></p>
45 minutos	<p>CREACIÓN DE UN PERFIL</p> <p>2. A continuación, pide que creen su propio perfil digital utilizando la plantilla 1.2.2 proporcionada. Pueden editar los colores, las imágenes, el tipo de letra, así como añadir su propia información. Puede utilizarse para el voluntariado, la búsqueda de empleo, la participación en programas, etc.</p>
30 minutos	<p>COMPARTIENDO LOS RESULTADOS</p> <p>3. Por último, los y las participantes compartirán sus perfiles con el grupo y debatirán lo que han aprendido.</p> <p><i>*Sugerencia digital: El formador puede cargar la plantilla en Drive para cada grupo, de modo que todos/as los miembros puedan editarla.</i></p> <p>4. Después de mostrar sus perfiles, pueden elegir el que más les guste y el ganador se puede compartir en los perfiles de las redes sociales.</p>

1.2.3 - CONCIENCIA SOBRE SEGURIDAD Y SALUD DIGITAL

En relación con la sección Mantener la salud y la seguridad digitales, el objetivo de esta actividad es aumentar la concienciación y la comprensión de los riesgos para la salud y la seguridad digital asociados al mundo virtual y cómo mitigarlos.

Objetivos de aprendizaje:

- Comprender los posibles riesgos digitales para la seguridad y la salud asociados al entorno digital;
- Desarrollar estrategias para mitigar estos riesgos y proteger la información personal;
- Comprender mejor la importancia de la seguridad y la salud digitales.

DURACIÓN	DESCRIPCIÓN DE CADA PARTE DE LA ACTIVIDAD
5 minutos	<p>DOS ESCENARIOS</p> <p>Los y las participantes trabajarán juntos para identificar los posibles riesgos digitales para la seguridad y la salud asociados al mundo en línea y las formas de mitigarlos.</p> <p>1. Dividirás a las personas en dos grupos y habrá dos escenarios diferentes.</p> <ul style="list-style-type: none">• Creación de una campaña en las redes sociales para una organización benéfica local.• Coordinación de una recogida de alimentos por correo electrónico.
20 minutos	<p>DEBATE EN GRUPO</p> <p>2. Mediante escenarios hipotéticos, los y las participantes tendrán la oportunidad de aplicar sus conocimientos sobre seguridad y salud digitales a situaciones del mundo real. A través del debate en grupo y la retroalimentación, pueden aprender unos de otros y desarrollar una comprensión más profunda de la importancia de la seguridad y la salud digitales en el voluntariado.</p> <p>3. Cada grupo identificará los posibles riesgos para la salud y la seguridad digital asociados al escenario y realizará una lluvia de ideas para mitigarlos.</p>
20 minutos	<p>¡LA HORA DE LAS SOLUCIONES!</p> <p>4. Cada grupo presentará su hipótesis y sus conclusiones al resto de participantes para recabar sus opiniones y debatirlas.</p>

1.2.4 - DIGITAL STORYTELLING

En esta actividad de grupo, los y las participantes trabajarán juntos para crear una historia digital convincente con la que solicitar un puesto de voluntariado. Al desarrollar habilidades de narración digital, pueden crear contenidos atractivos que atraigan a posibles reclutadores. Mediante comentarios y debates en grupo, podrán perfeccionar sus historias digitales y aprender de las experiencias de los demás.

DURACIÓN	DESCRIPCIÓN DE CADA PARTE DE LA ACTIVIDAD
5 minutos	CÓMO PRESENTARSE A UNA OPORTUNIDAD DIGITAL 1. Divídelos en grupos pequeños. Trabajarán juntos para crear una historia digital convincente para presentarla a una asociación/trabajo/oportunidad de voluntariado.
*30 minutos	CREANDO UNA HISTORIA DIGITAL 2. Cada grupo creará una historia digital (utilizando vídeo, audio o imágenes) que promueva una oportunidad previamente seleccionada. 3. Pueden encontrar una plantilla con las 4 claves del storytelling en el documento 1.2.4 . Se recomienda consultar el Módulo 1 en la plataforma e-learning para conocer el impacto de los medios sociales.
20 minutos	DEBATE Y CONSULTA CON EL RESTO 4. Cada grupo presentará su historia digital al grupo en general para recabar opiniones y debatir. Al compartir la historia digital con los y las demás, reflexionarán sobre la eficacia de esta e identificarán áreas de mejora.

1.2.5 - PLAN DE ACCIÓN

Un plan de acción es un documento escrito que describe las metas, objetivos y estrategias de un proyecto o iniciativa virtual. El plan suele incluir detalles como la finalidad del proyecto, el público destinatario, el calendario, los recursos necesarios y las tareas específicas que deben realizarse.

Crear un plan de acción para un proyecto virtual puede ayudar a garantizar que este esfuerzo esté bien organizado y sea eficiente y eficaz. También puede ayudar a identificar posibles retos u obstáculos, así como las formas de abordarlos. En general, un plan de acción proporciona una hoja de ruta para las tareas, y puede ser una herramienta útil para los responsables de proyectos y las partes interesadas.

En esta actividad, crearán un plan de acción que incorpore los conocimientos que han adquirido a lo largo del documento. Al incorporar a su plan las competencias digitales, las consideraciones de salud y seguridad, y las estrategias de las redes sociales, podrán asegurarse de que trabajan de forma eficaz, eficiente y segura.

DURACIÓN	DESCRIPCIÓN DE CADA PARTE DE LA ACTIVIDAD
10 minutos	<p>¿QUÉ HAN APRENDIDO?</p> <ol style="list-style-type: none">1. Revisar la información proporcionada sobre competencias digitales, consideraciones de salud y seguridad, y estrategias de medios sociales para el voluntariado.2. Trabajar individualmente o en pequeños grupos para crear un plan o acción para un proyecto virtual que incorpore estos elementos.
30 minutos	<p>CREACIÓN DEL PLAN DE VOLUNTARIADO/ACCIÓN</p> <ol style="list-style-type: none">1. Aplicar las competencias digitales a la planificación y ejecución.2. Incorporar consideraciones de salud y seguridad en la planificación y ejecución.3. Desarrollar estrategias de difusión y promoción de oportunidades en las redes sociales.4. Crear un plan de acción global que incorpore estos elementos.

1.2.6 - REFLEXIÓN

El objetivo de esta actividad es que hagan una retrospectiva de todo el trabajo que han realizado y aporten comentarios sobre la consecución de resultados de aprendizaje específicos de forma interactiva. La plantilla que debe utilizarse para esta reflexión es [1.2.6.Actividad de reflexión](#).

DURACIÓN	DESCRIPCIÓN DE CADA PARTE DE LA ACTIVIDAD
30 minutos	<p>El documento está dividido en cinco secciones y cada una de ellas representa un tema sobre el que los alumnos/as aportan sus comentarios.</p> <p>Los temas son:</p> <p>1. Autoconciencia:</p> <ul style="list-style-type: none">• ¿Qué has aprendido sobre ti mismo/a a lo largo de estas actividades?• ¿Cómo te has sentido al participar en estas actividades?• ¿Has tenido algún problema durante las actividades? ¿Cómo los superaste? <p>2. Aprendizaje:</p> <ul style="list-style-type: none">• ¿Qué conocimientos o habilidades específicas has adquirido con estas actividades?• ¿Ha habido algún concepto o tema que te haya resultado especialmente difícil de entender? ¿Cómo abordaste esos retos?• ¿Hay algún área en la que crees que necesitas más desarrollo o exploración? <p>3. Solicitud:</p> <ul style="list-style-type: none">• ¿Cómo puedes aplicar lo aprendido en estas actividades a tus futuras competencias digitales?• ¿Qué importancia pueden tener las competencias y conocimientos adquiridos para tus futuras aspiraciones profesionales?• ¿Cómo podrías incorporar lo aprendido a tu vida personal? <p>4. Comentarios y mejoras:</p> <ul style="list-style-type: none">• ¿Qué opinión tienes de las actividades que has realizado?• ¿Qué harías de forma diferente si tuvieras que repetir estas actividades?• ¿Cómo puedes utilizar los comentarios recibidos para mejorar tu rendimiento en el futuro? <p>5. Participar en una causa importante para mí</p> <ol style="list-style-type: none">1. Teniendo en cuenta la respuesta a estas preguntas, la persona evaluará cada apartado de 1 a 3, siendo 1 la peor nota y 3 la mejor.2. Darán una estrella a la sección que más les haya gustado o a la que más destaquen.3. Después de haberlo completado, puede haber un debate al respecto. Si quieren intervenir, pueden hacerlo.

RECURSOS PARA LA EJECUCIÓN DE LA SECCIÓN

SECCIÓN 1

Los recursos se pueden descargar para que el/la dinamizador y quienes participen puedan imprimir las actividades y seguir las instrucciones para completar las tareas.

Perfil digital



PERFIL PERSONA

Quién eres; nombre, edad, objetivos vitales, intereses, etc.



HABILIDADES & PUNTOS FUERTES

Esta sección es una buena oportunidad para presentarte un poco mejor y tomar nota de los puntos fuertes que podrías utilizar para ayudar a hacer crecer la organización.



EXPERIENCIA PREVIA

Experiencias previas que puedas tener.



MOTIVACIÓN

Es importante que averigües cuál es tu motivación.



EXPECTATIVAS

Qué esperas de la organización a la que te presentas.

CONCLUSIÓN FINAL

Mensaje final para mostrar tu compromiso y dejar un buen sabor de boca.

Proyecto ACTIVATE

Las 4 claves del Storytelling

01 mensaje

motivación

persuasión

curiosidad

02 conflicto

reto

dualidad

mejora

03 personajes

empatía

conexión

emoción

04 trama

contenido

estructura

narrativa

Actividad de Auto-reflexión

1	2	3	★	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Autoconciencia
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Aprendizaje
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Solicitud
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Comentarios y mejoras
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Participar en una causa importante para mí

%



**Cofinanciado por
la Unión Europea**

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo del proyecto ERASMUS+ de la Comisión Europea. Esta publicación refleja únicamente las perspectivas de sus autores, y ni la Comisión Europea ni el SEPIE pueden ser considerados responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.