

Agenzie
Civibox

Ordini scolastici
Scuola secondaria I grado,
Scuola secondaria II grado

Classi
Scuola sec. I grado classe I,
Scuola sec. I grado classe II,
Scuola sec. I grado classe III,
Scuola sec. II grado classe I,
Scuola sec. II grado classe II,
Scuola sec. II grado classe III,
Scuola sec. II grado classe IV,
Scuola sec. II grado classe V

Anno scolastico
2025/26

361 - Riconnettiamoci. Tecnologia e relazioni

Finalità

Il progetto "Riconnettiamoci" si impegna a contrastare la dipendenza tecnologica e a promuovere relazioni umane più autentiche e soddisfacenti tra le nuove generazioni.

Attraverso l'educazione, la formazione e la creazione di spazi di riflessione, miriamo a costruire una società più equa, inclusiva e consapevole del valore del tempo trascorso insieme, lontano dai dispositivi digitali.

Obiettivi del Percorso

Consapevolezza Digitale: Comprendere l'impatto dell'uso eccessivo della tecnologia sulle relazioni e sul benessere personale.

Sviluppo Critico: Riflettere sull'importanza della gestione consapevole della tecnologia e del tempo offline.

Riscoperta della Noia: Esplorare come i "tempi vuoti" siano essenziali per la creatività e il benessere emotivo.

Strategie di Riduzione: Apprendere tecniche pratiche per limitare l'uso dei dispositivi.

Referente

A.P.S. Civibox
info@civibox.it
Tel. 3342617216

Modalità di prenotazione

Adesione

Sarà il referente a contattare la scuola per concordare la data.

È importante indicare nella scheda di prenotazione un recapito telefonico personale o facilmente raggiungibile.

Modalità di pagamento

Tramite bonifico bancario a conclusione dell'itinerario didattico (il referente contatterà le scuole per i dettagli del pagamento).

Documentazione

Slide di presentazione semplici e visive, per introdurre i concetti chiave.

Questionario di monitoraggio durante la "settimana Detox".

Modulo di riflessione finale per raccogliere pensieri, idee e feedback su quanto appreso.

Note

È necessario l'uso di una LIM o di un videoproiettore, oltre ad un collegamento ad Internet.

Caratteristiche

Titolo: Incontro con i docenti

Descrizione:

Incontro con i docenti di presentazione del percorso che verrà proposto ai ragazzi in classe.
La data dell'incontro verrà comunicata via mail (dopo l'iscrizione all'itinerario).

Dove: Net Garage 2.0, presso Windsor Park, Strada San Faustino, 155/U 41124 Modena

Tempi: 1 h

Costo: Gratuito

Obbligatoria: No

Titolo: Laboratorio

Descrizione:

PRIMO INCONTRO: "Connessione vs. Dipendenza"

Obiettivo: Analizzare il ruolo dei social e dello smartphone nella vita dei ragazzi, stimolando il pensiero critico.

Attività:

- Brainstorming: 'Quante ore al giorno passiamo davanti agli schermi?'
- Discussione aperta su esperienze personali
- Analisi critica: Video o slide su come i social media influenzano emozioni e relazioni.

- Domande stimolo: Quali emozioni proviamo quando riceviamo una notifica? Perché sentiamo il bisogno di controllare il telefono frequentemente?

Dipendenza tecnologica e FOMO:

- Test anonimo: 'Sei dipendente dallo smartphone?'
- Analisi con la psicologa: il legame tra noia, ansia e uso compulsivo

Settimana Detox

Obiettivo: Testare nuove strategie per ridurre l'uso dei dispositivi e favorire la connessione umana.

Attività proposte:

Challenge del 'Tempo Vuoto': 30 minuti al giorno senza schermi e scrivere cosa si è provato.

Scambio di Esperienze: Condivisione con amici o familiari di momenti "off-screen".

Osservazione Sociale: Notare come le persone attorno a noi usano i dispositivi nella vita quotidiana.

SECONDO INCONTRO: "Riconnettiamoci al Mondo Reale"

Obiettivo: Consolidare le strategie di gestione consapevole della tecnologia.

Attività: Condivisione esperienze

- Racconto delle emozioni e difficoltà della challenge
- Discussione guidata: 'Cosa ci ha insegnato il tempo senza schermi?'
- Riflessione su creatività e benessere mentale
- Attività: creazione di una lista di alternative offline (hobby, sport, chiacchierate reali)

Strategie Detox Digitale

- Modalità aereo e silenziosa durante pasti/studio
- Tempo senza social prima di dormire
- App per monitorare l'uso dello smartphone

Momento di Riflessione:

- Realizzazione del 'Manifesto Digitale': ogni studente scrive una regola personale per migliorare il proprio rapporto con la tecnologia

Dove: Da concordare se presso la scuola o la sede Civibox

Tempi: 2 incontri di 2 ore ciascuno

Costo per classe: 180 €

Obbligatoria: Sì
