

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

2026/27

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 – Stefano Marani
Tel.: 334/2617216
E-mail: info@civibox.it

Modalità di prenotazione

Adesione.

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

È importante indicare nel campo note 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. Tablet o computer portatili (forniti dalla scuola o richiesti agli studenti, a seconda delle disponibilità).

Tra l'Incontro 1 e l'Incontro 2 è prevista una "Settimana Detox" autogestita dai partecipanti con compilazione di un questionario di monitoraggio: per questo motivo i due incontri, se prenotati insieme, devono essere distanziati di almeno 7 giorni.

Caratteristiche

Titolo: Incontro con i docenti

Descrizione:

Incontro di presentazione del percorso che verrà proposto ai ragazzi in classe. Verranno illustrati gli strumenti, le metodologie e i materiali utilizzati. 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 (oppure online se richiesto).

Tempi: 1 h

Costo: Gratuito

Obbligatoria: No

Titolo: Incontro 1

Descrizione:

Connessione vs. Dipendenza

Primo modulo: analizzare il ruolo dei social e dello smartphone nella vita dei ragazzi, stimolando il pensiero critico. Si conclude con il lancio della "Settimana Detox" da svolgere autonomamente.

Attività:

- Brainstorming: "Quante ore al giorno passiamo davanti agli schermi?".
- Discussione aperta su esperienze personali; analisi critica con 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?
- Test anonimo: "Sei dipendente dallo smartphone?" e analisi del legame tra noia, ansia e uso compulsivo.
- Lancio della Settimana Detox: challenge del "Tempo Vuoto" (30 minuti al giorno senza schermi), scambio di esperienze con amici/famiglia, osservazione sociale.

Output: avvio della Settimana Detox con questionario di monitoraggio.

Dove: Presso la scuola.

Tempi: 2 h + settimana di sperimentazione autonoma

Costo per classe: 90 €

Obbligatoria: No

Titolo: Incontro 2

Descrizione:

Riconnettiamoci al Mondo Reale

Secondo modulo: consolidare le strategie di gestione consapevole della tecnologia, a partire dall'esperienza della Settimana Detox. Si chiude con la stesura del Manifesto Digitale personale.

Attività:

- Condivisione esperienze: racconto delle emozioni e delle difficoltà della challenge.
- Discussione guidata: "Cosa ci ha insegnato il tempo senza schermi?" – riflessione su creatività e benessere mentale.
- Creazione di una lista di alternative offline (hobby, sport, relazioni reali).
- Strategie di Detox Digitale: modalità aereo durante pasti/studio, tempo senza social prima di dormire, app per monitorare l'uso dello smartphone.
- Realizzazione del "Manifesto Digitale" personale: ogni studente scrive una regola personale per migliorare il proprio rapporto con la tecnologia.

Output: Manifesto Digitale personale di ciascuno studente.

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

Tempi: 2 h

Costo per classe: 90 €

Obbligatoria: No
