

***Stop Phubbing Please!***

**Non sarà il plexiglass a dividere le persone, ma il cellulare.**

# Phubbing = phone + snubbing

Quante volte abbiamo guardato il nostro smartphone anziché comunicare con le persone accanto a noi, senza accorgercene?

Viviamo in un'epoca dove controllare le notifiche almeno una volta all'ora è diventato automatico, secondo uno studio guardiamo lo smartphone almeno 150 volte al giorno.





# SVOLGIMENTO

## → INCONTRI NELLE SCUOLE E ONLINE:

Uno psichiatra ci parlerà della **nomofobia**:

- Paura incontrollata di rimanere sconnessi dalla rete di telefonia mobile tra i più giovani
- Come la tecnologia rovina i nostri rapporti interpersonali.
- Come riuscire a stoppare questa dipendenza.

**-> Nei nostri incontri online e nelle scuole lasceremo spazio alle persone che vorranno porre delle domande.**

»Un professionista ci spiegherà come controllare le ore che passiamo al giorno con il telefonino



**->Verrà creato un questionario online dove raccoglieremo dei dati per conoscere le abitudini della popolazione ,che verranno poi riportati durante gli incontri.**

# Avete mai pensato a come sarebbe la nostra vita senza social?



**Alfredo 27 anni**

**:" A volte mi fermo a pensare come potrebbe essere la nostra vita se comunicassimo con le lettere proprio come facevano i nostri nonni"**



*GRAZIE PER L'ATTENZIONE*