

Al Monte Generoso è tempo per un'esperienza Digital Detox!

Fa parte delle tante novità della stagione 'green' proposte dalla Ferrovia Monte Generoso che, totalmente impegnata in vari progetti sostenibili legati al territorio, incoraggia i suoi ospiti anche a pianificare un Digital Detox Day in mezzo alla natura del Monte Generoso. Alla riscoperta della vita e delle relazioni reali, esplorando i suoni e gli spazi autentici e non filtrati dallo schermo dei propri smartphone.

Il lungo lockdown e il distanziamento sociale, senza la tecnologia sarebbero stati sicuramente molto difficili. Smartphone e tablet ci hanno salvato dall'isolamento sociale, professionale e scolastico, diventando i nostri compagni più fidati e presenti. Ma abbiamo davvero fatto il pieno, fino quasi a raddoppiare i tempi di connessione ed ora, è arrivato il momento di riprendere in mano le redini della nostra vita reale e di trovare il giusto equilibrio con quella virtuale.

“La nuova società digitale non può prescindere da un percorso parallelo fondato sulla consapevolezza e la responsabilità nell'uso delle tecnologie digitali,” spiega **Alessandro Trivilini, Responsabile del Servizio Informatica Forense del Dipartimento Tecnologie Innovative della SUPSI** e sensibile al tema delle dipendenze digitali, “per questo c'è un tempo per tutto, anche per scoprire se siamo noi ad usare lo smartphone oppure è lui ad usare noi. Di questi tempi è necessario 'staccare la spina' e assaporare il gusto del nostro tempo”.

Ed è in questo contesto che la Ferrovia Monte Generoso lancia una nuova iniziativa che permette a tutti coloro che lo vorranno, di immergersi nella natura del Monte Generoso senza dispositivi elettronici. Alla biglietteria della stazione di Capolago sono stati infatti installati 14 Safe Box per depositare il proprio smartphone o tablet e dare inizio all'esperienza Digital Detox, per molti la prima in assoluto!

Il **Digital Detox Day** al Monte Generoso inizia con la prenotazione online del proprio box, ma è proprio l'unica attività digitale richiesta! Perché una volta arrivati alla stazione di Capolago nel giorno prescelto per la propria pausa digitale, si sale a bordo del primo trenino della giornata (ore 09:25) senza smartphone o tablet, ma accompagnati da un **Kit Digital Detox composto da un blocchetto memo, una penna, una cartolina, un cordoncino a cui legare la chiave del box e un vademecum** che fornisce brevi ma sensate indicazioni su cosa fare sul treno o in vetta, come rilassarsi, scrivere, leggere o semplicemente guardare fuori dal finestrino, esplorare, camminare, fotografare (con una macchina fotografica), meditare, gustare, conversare, etc.



“L’iniziativa vuole dare la possibilità fisica di staccare, anche se solo per un giorno, dal proprio mondo digitale,” sottolinea **Monica Besomi, Head Sales & Marketing della Ferrovia Monte Generoso**, “perché solo quando finalmente non si è più iperconnessi, ci si rende conto di quanto tempo sprechiamo sui nostri inseparabili smartphone e di quanto diventi importante tutto quello che ci circonda e le persone che ci stanno accanto! Persino i sensi diventano più ricettivi, i profumi, i colori, il silenzio sono essenziali, ed è giunto il momento di riscoprirli. Il Kit Digital Detox suggerisce anche alcuni step da seguire nei giorni successivi, per cambiare routine ed essere più consapevoli”, conclude Monica Besomi, “l’ideale sarebbe appunto non avere fretta a riconnettersi, e cambiare alcune abitudini per un effetto duraturo”.

È un’esperienza che tutti possono provare: famiglie che desiderano godersi dei momenti con figli o genitori social addicted, manager bisognosi di staccare la spina, amici che si sfidano a chi resiste di più senza smartphone, ma anche aziende che vogliono assicurarsi la piena concentrazione dei propri collaboratori durante un ritiro strategico. O ancora chi, più semplicemente, vuole recuperare il tempo per sé, senza distrazioni.

“Solo chi l’ha già sperimentato capisce pienamente quanto sia importante prendersi una pausa da internet,” continua **Marco Alberti, Presidente di SicuraChiave SA** di Lugano, partner del progetto. “Prendersi cura di sé stessi è importante... e poi quanto sarà più bella ed intensa l’esperienza sul Monte Generoso liberi dalla connessione perenne? Siamo veramente entusiasti di partecipare a questa iniziativa e di garantire che all’interno dei nostri box, gli smartphone, saranno perfettamente al sicuro!”

A chi vuole sperimentare il Digital Detox Day al Monte Generoso, si consiglia, inoltre, di portarsi un buon libro da leggere in treno o all’aria aperta e la macchina fotografica per immortalare il Fiore di pietra di Mario Botta e il panorama mozzafiato a 1704 metri in vetta al Generoso come ricordo da mostrare. Resta comunque l’opzione di inviare la cartolina, che si trova nel kit, ripristinando la romantica usanza di scrivere ai propri cari: Al Monte Generoso andai e a te pensai...

Immagini libere da copyright: <https://we.tl/t-aUoLSuyVlu>

Per informazioni contattare:

Viviana Carfi

Media & PR Manager

T. +41 (0) 91 640 23 42 – M. +41 (0) 79 307 00 94

E-Mail: media@montegeneroso.ch

La Ferrovia Monte Generoso è una delle più antiche ferrovie a cremagliera della Svizzera e dal 1941 è di proprietà della Migros. La sua conservazione si deve esclusivamente all’impegno personale del fondatore della Migros, Gottlieb Duttweiler. Oggi il Percento culturale Migros supporta la ferrovia a cremagliera e la struttura "Fiore di pietra" in vetta al Monte Generoso, progettata dall’architetto Mario Botta.

www.montegeneroso.ch

Il Percento culturale Migros è un impegno volontario di Migros, ancorato nel suo statuto, dedito ad attività per la promozione della cultura, della società, dell’istruzione, del tempo libero e dell’economia.

www.percento-culturale-migros.ch