

Auf dem Monte Generoso ist es Zeit für eine Digital Detox-Erfahrung!

Es ist eine der vielen Neuheiten der "grünen" Saison, die von der Ferrovia Monte Generoso vorgeschlagen werden, die, ganz im Zeichen verschiedener nachhaltiger Projekte in Bezug auf das Gebiet, auch ihre Gäste dazu ermutigt, einen Digital Detox Day inmitten der Natur des Monte Generoso zu planen. Das echte Leben und echte Beziehungen wiederentdecken, die authentischen Klänge und Räume erkunden, die nicht durch den Bildschirm Ihres Smartphones gefiltert werden.

Das lange Einsperren und die soziale Distanzierung wäre ohne Technik sicher sehr schwierig gewesen. Smartphones und Tablets haben uns vor sozialer, beruflicher und schulischer Isolation bewahrt und sind zu unseren treuesten und präsentesten Begleitern geworden. Aber wir haben uns wirklich gefüllt, unsere Verbindungszeiten verdoppelt und jetzt ist es an der Zeit, die Zügel unseres realen Lebens wieder in die Hand zu nehmen und die richtige Balance mit unserem virtuellen Leben zu finden.

"Die neue digitale Gesellschaft kann einen parallelen Weg nicht ausser Acht lassen, der auf dem Bewusstsein und der Verantwortung im Umgang mit den digitalen Technologien beruht", erklärt **Alessandro Trivilini, Leiter des forensischen Informatikdienstes der Abteilung für innovative Technologien der SUPSI** (die Fachhochschule Südschweiz) und sensibel für das Thema der digitalen Sucht, "deshalb gibt es für alles eine Zeit, auch für die Entdeckung, ob wir das Smartphone benutzen oder es uns benutzt. Heutzutage müssen wir 'unplug' sein und den Geschmack unserer Zeit auskosten".

In diesem Zusammenhang startet die Ferrovia Monte Generoso eine neue Initiative, die es allen, die es wünschen, ermöglicht, ohne elektronische Geräte in die Natur des Monte Generoso einzutauchen. Am Bahnhof von Capolago wurden 14 Safe Boxes installiert, in denen Sie Ihr Smartphone deponieren und die Digital Detox-Erfahrung beginnen können - für viele die erste überhaupt!

Der **Digital Detox Day** auf dem Monte Generoso beginnt mit der Online-Buchung Ihrer Box, aber das ist wirklich die einzige digitale Aktivität, die erforderlich ist! Denn wenn Sie an dem Tag, den Sie für Ihre digitale Auszeit gewählt haben, am Bahnhof von Capolago ankommen, steigen Sie in den ersten Zug des Tages (um 09:25 Uhr) ohne Ihr Smartphone oder Tablet ein, aber mit einem **Digital Detox Kit, bestehend aus Memoblock, Stift, Postkarte, Schnur, an die der Boxschlüssel gebunden wird und einem Vademecum**, das kurze, aber sinnvolle Hinweise gibt, was Sie im Zug oder auf dem Gipfel tun können, z. B. entspannen, schreiben, lesen oder einfach aus dem Fenster schauen, erkunden, spazieren gehen, fotografieren (mit einer Kamera), meditieren, genießen, sich unterhalten, usw. (www.montegeneroso.ch/digitaldetox).



“Die Initiative zielt darauf ab, Menschen die Möglichkeit zu geben, sich physisch von ihrer digitalen Welt zu trennen, und sei es nur für einen Tag“ betont **Monica Besomi, Head of Sales & Marketing von Ferrovio Monte Generoso**, "denn erst wenn wir endlich nicht mehr hypervernetzt sind, merken wir, wie viel Zeit wir an unseren untrennbaren Smartphones verschwenden und wie wichtig alles und die Menschen um uns herum werden! Unsere Sinne werden empfänglicher, Düfte, Farben, Stille sind essenziell, aber das haben wir völlig vergessen. Das Digital Detox Kit schlägt einige Schritte vor, die in den folgenden Tagen zu befolgen sind, um die Routine zu ändern und bewusster zu sein", schliesst Monica Besomi, "das Ideal wäre, nicht in Eile zu sein, um sich wieder zu verbinden, und einige Gewohnheiten ändern, um einen nachhaltigen Effekt zu erzielen".

Es ist eine Erfahrung, die jeder ausprobieren konnte: Familien, die Momente mit ihren social addicted Kindern oder Eltern geniessen wollen, Manager, die mal abschalten müssen, Freunde, die sich gegenseitig herausfordern, um zu sehen, wer am meisten ohne Smartphone aushalten kann. Aber auch für diejenigen, die sich einfach mal ohne Ablenkung Zeit für sich selbst nehmen wollen.

“Nur wer es bereits erlebt hat, versteht, wie wichtig es ist, sich eine Auszeit vom Internet zu nehmen“, fährt **Marco Alberti, Präsident von SicuraChiave SA** in Lugano, Partner des Projekts, fort. "Auf sich selbst aufzupassen ist wichtig... und wie viel schöner und intensiver wird das Erlebnis auf dem Monte Generoso sein, frei ohne Verbindung? Wir sind wirklich begeistert, an dieser Initiative teilzunehmen und zu garantieren, dass die Smartphones in unseren Boxen absolut sicher sind!"

Wer den **Digital Detox Day** auf dem Monte Generoso erleben möchte, sollte ausserdem ein gutes Buch mitbringen, um im Zug oder an der frischen Luft zu lesen. Und natürlich die Kamera, um die Fiore di pietra von Mario Botta und die atemberaubende Aussicht auf 1704 Metern Höhe auf dem Gipfel des Generoso als Souvenir zu verewigen. Es gibt aber immer noch die Möglichkeit, die Postkarte zu verschicken, die Sie im Kit finden, und so den romantischen Brauch wieder aufleben zu lassen, seinen Liebsten zu schreiben: *„Al Monte Generoso andai e a te pensai...“ (Zum Monte Generoso ging ich und an dich dachte ich...)*

Bilder – ohne Copyrights: <https://we.tl/t-aUoLSuyVlu>

Für Informationen kontaktieren Sie:

Viviana Carfi - Medien & PR-Manager

media@montegeneroso.ch

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

Die Ferrovio Monte Generoso ist eine der ältesten Zahnradbahnen der Schweiz und seit 1941 im Besitz der Migros. Deren Gründer Gottlieb Duttweiler hat sich persönlich für ihren Erhalt eingesetzt. Heute unterstützt das Migros-Kulturprozent die Zahnradbahn und das Gipfelgebäude «Fiore di pietra», welches von Architekt Mario Botta entworfen wurde. www.montegeneroso.ch

Das Migros-Kulturprozent ist ein freiwilliges, in den Statuten verankertes Engagement der Migros für Kultur, Gesellschaft, Bildung, Freizeit und Wirtschaft. www.migros-kulturprozent.ch