



# Benessere Digitale

## Laboratori digitali per famiglie ed educatori

A cura del Dott. Davide Moreno  
Orari: 16.00-17.30



COMUNE di USSANA

**Sede**  
Monte Granatico  
via Municipio 2 - Ussana

### Sportello online di consulenza psicologica

Oltre agli incontri di gruppo è disponibile uno **sportello di consulenza psicologica online su richiesta**, per un supporto individuale.

**dott.ssa Fabiana Strina**  
fabiana.strina@gmail.com

La partecipazione è libera e gratuita. Durante gli incontri sono previste **attività di animazione per i bambini**.

**Info:** [arcobalenodeipiccoli.org](http://arcobalenodeipiccoli.org)  
**E-mail:** [segreteria@arcobalenodeipiccoli.org](mailto:segreteria@arcobalenodeipiccoli.org)

### calendario incontri a Ussana

**09 Febbraio 2026 - ore 16:00-17:30**

**1° seminario – Perché gli schermi catturano l'attenzione**  
Un incontro per capire cosa rende gli schermi così attrattivi per adulti e bambini. Analizzeremo il ruolo della dopamina nel cervello 0-6 anni e il fenomeno della tecnoferenza, che può interferire con relazione e sguardo educativo.

**13 Aprile 2026 - ore 16:00-17:30**

**2° seminario – Dal ciuccio digitale alla relazione**

Come distinguere l'uso passivo degli schermi da quello attivo e relazionale. Affronteremo il tema dello sharenting e forniremo strumenti per osservare i segnali di iper-esposizione digitale senza giudizio.

**22 Giugno 2026 - ore 16:00-17:30**

**3° seminario – Costruire regole condivise per lo 0-6**

Un laboratorio pratico per creare un ambiente digitale sano. Lavoreremo sul Patto tra Adulti, sulle Zone Tech-Free e sulla Carta delle Regole 0-6 per una gestione consapevole degli schermi. Un laboratorio per riconoscere punti di forza, difficoltà e strumenti utili nel quotidiano.

**Coordinamento Pedagogico  
Territoriale dei Comuni di**



COMUNE di NURAMINIS



COMUNE di MONASTIR



COMUNE di USSANA



COMUNE di SAMATZAI

**Passaparola**  
Cooperativa Sociale Onlus