

Beatrice Baroni, Nicole Rissena, Paola Vailati

Allen@Menti ai tempi dell'IA

**12 ABILITÀ PER PROMUOVERE
IL BENESSERE DIGITALE
NELLE NUOVE GENERAZIONI**

Dall'ascolto degli adolescenti
a percorsi concreti

Hanno partecipato alla revisione e al layout:
Francesco Rossini, Chiara Valdameri, Alba Zucchetti.

Il progetto è stato promosso e sostenuto da NOI Crema Aps e dalla diocesi di Crema, in particolare dal Servizio per la Pastorale Giovanile e degli Oratori e dal Consultorio diocesano familiare Insieme, con la partecipazione degli operatori dell'Area Formazione e Benessere.



Fotografie Designed by Freepik

© 2026 ITL srl a socio unico
Via Antonio da Recanate, 1 – 20124 Milano
tel. 02 6713161.39
E-mail: libri@chiesadimilano.it
www.itl-libri.com



Proprietà letteraria riservata – Printed in Italy

ISBN 979-12-5595-077-6

È stato e sarà un cammino prezioso

«Costruire un mondo in cui tutti possono “fiorire” esige... una corresponsabilità coraggiosa. Nessuna mano, da sola, è sufficiente a sostenere il peso delle sfide che attraversano il mondo; e nessuna è così debole da non poter offrire il proprio contributo: “La forza infatti si manifesta pienamente nella debolezza” (2Cor 12,9). A ciascuno il suo tratto di muro: scienziati e ricercatori, imprenditori e lavoratori, educatori e legislatori, società civile, movimenti popolari e comunità di fede. Questa è la logica della sussidiarietà, che valorizza la cooperazione tra generazioni, tra popoli, tra discipline e culture come via maestra per far crescere stabilità, prosperità e pace.»

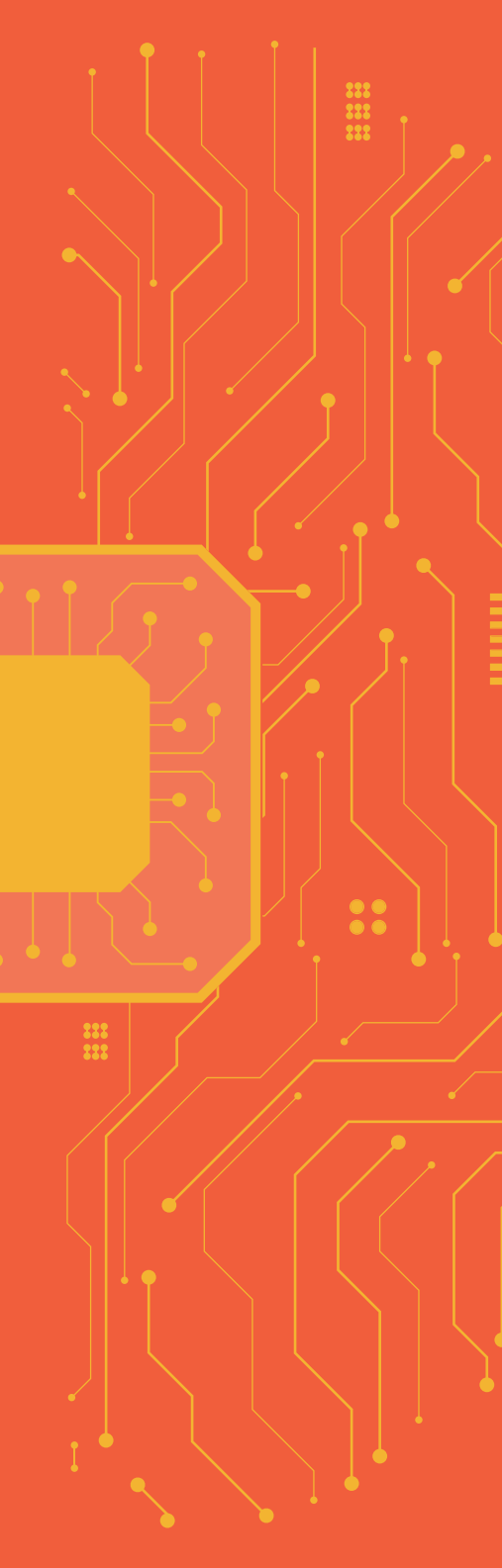
(Leone XIV, *Magnifica humanitas* 13)

Allen@Menti ai tempi dell'IA è uno strumento che nasce dalla “corresponsabilità coraggiosa” di cui parla papa Leone XIV e, al tempo stesso, si propone di promuoverla ancora. Contribuisce a costruire “un tratto di muro” in una zona particolarmente impervia dell'umana città odierna (l'ambiente digitale, l'“infosfera”), chiamando adolescenti e giovani a costruire “attiv@Mente” un pezzo di muro di cui tutti (non solo loro, come noi adulti, a torto, tendiamo a pensare) abbiamo bisogno.

Grazie a chi ha dato il suo contributo a costruire questo strumento e a chi lo userà perché si realizzi il sogno di Dio: «Vecchi e vecchie siederanno ancora nelle piazze di Gerusalemme, ognuno con il bastone in mano per la loro longevità. Le piazze della città formicoleranno di fanciulli e di fanciulle, che giocheranno sulle sue piazze» (Zac 8,4-5).

+ *Daniele Gianotti*

Vescovo di Crema, presidente della Commissione episcopale CEI per l'educazione cattolica, la scuola e l'Università



Introduzione

Viviamo in un tempo in cui il digitale non è più semplicemente uno strumento: è un ambiente. Per questo non si tratta solo di “usare” il digitale, ma di **allenare la mente ad abitare questo luogo** mentre viviamo connessi, scorriamo, ci informiamo, ci confrontiamo, ci scriviamo, ci distraiamo. E adesso, sempre più spesso, mentre deleghiamo un compito a un’app, una risposta a un assistente virtuale, un dubbio a una chatbot.

Lo *scrolling* è diventato il movimento più normale delle nostre giornate: scorriamo per informarci, per distrarci, per restare aggiornati, per non sentirci soli. A volte ci fa bene, a volte ci porta altrove: ci ruba tempo senza che ce ne accorgiamo, frammenta la nostra attenzione, ci rende reattivi, ci mette addosso ansia, ci fa dire parole che non diremmo guardandoci in faccia.

Ecco che allora questo volume non parte da un’idea di allarme, né da una morale contro gli schermi. Parte da una domanda forse più utile:

come si fa a stare bene nel digitale?

Abbiamo cercato la risposta in due “fonti vive”, cioè in due esperienze concrete, fatte sul campo.

La prima è **l’ascolto degli adolescenti**, in una serie di focus group realizzati con ragazzi e ragazze di età e provenienze diverse: non interviste veloci, ma conversazioni guidate, dove gli adolescenti hanno potuto raccontare che cosa fanno online, che cosa cercano, che cosa li mette in difficoltà, che cosa li aiuta, che cosa vorrebbero dagli adulti, dalle figure di riferimento e dagli ambienti che frequentano nel quotidiano. Da quei dialoghi sono emersi paroloni, episodi e immagini molto realistici: l’uso dei social come passatempo e relazione, la fatica della concentrazione, il confine sottile tra reale e virtuale, il tema delle fake news, e anche l’uso del digitale per il proprio cammino di fede.

La seconda è **LogOut – Trova la via d’uscita**, un’esperienza di gioco educativa proposta

negli oratori della diocesi di Crema dal Servizio diocesano di Pastorale Giovanile e Oratori insieme al Consultorio familiare diocesano. Una sorta di percorso a tappe, con prove e missioni, dove i ragazzi “mettono in scena” dinamiche tipiche del digitale e provano a uscirne allenando abilità concrete. Mettendo insieme queste due fonti, una cosa è emersa in modo chiaro: si sta meglio online quando si è allenati a riconoscere i rischi, a trovare il proprio ritmo, a stare nel conflitto, a distinguere vero e falso, a focalizzare l'attenzione, a gestire il tempo, a costruire relazioni sane... insomma, quando si hanno a disposizione tutte quelle abilità che permettono di **restare protagonisti della propria vita**.

Allen@Menti ai tempi dell'IA (in seguito *Allen@Menti*) non è un manuale da esperti, ma una traccia di lavoro che prova a tenere insieme realtà e speranza: ciò che i ragazzi raccontano, ciò che gli adulti vedono e ciò che una comunità può scegliere di fare per **promuovere il benessere digitale nelle nuove generazioni**. È uno strumento che propone una mappa di possibilità. Ciascun adul-

to o contesto educativo potrà scegliere in autonomia quali piste approfondire, con quali destinatari (ragazzi, genitori, educatori), con quali tempi e con quali alleanze educative. In questo momento storico, in oratorio, a scuola o in famiglia, la preoccupazione ha spesso la stessa forma: vediamo ragazzi immersi in un mondo potente e ambivalente e ci chiediamo «Da dove si comincia?». A volte ci spaventano i tempi (che scappano via), i toni (che si alzano), certe dinamiche (esclusione, aggressività), la fatica di distinguere il vero dal falso, o semplicemente l'impressione che attenzione e sonno siano più fragili di prima. E oggi si aggiunge un'altra domanda: «Che posto diamo all'IA, perché sia un aiuto e non una scorciatoia che sostituisce il pensiero?». L'obiettivo è quindi semplice e concreto: passare dalla preoccupazione all'azione, dalla sensazione di “ci sta sfuggendo di mano” a una responsabilità condivisa, **offrendo un metodo e gesti praticabili**, per abitare l'online senza subirlo. Perché il mondo digitale non è solo un luogo “dove si rischia”: è anche **uno spazio da arredare e abitare insieme**.

Come usare questo strumento?

Quando si parla di digitale, la cosa più utile da fare è smettere di parlare del digitale. È dei ragazzi che bisogna iniziare a parlare: di quello che cercano quando aprono un'app, di cosa li accende, di cosa li ferisce, di cosa li fa sentire parte di "qualcosa". Perché lo schermo è solo la superficie: sotto ci sono bisogni veri, emozioni vere, relazioni vere.

Questo strumento nasce così, da un percorso di ascolto e confronto con ragazzi, giovani e adulti delle comunità educanti della Diocesi di Crema. Abbiamo raccolto voci, episodi, inciampi e domande, notando che a emergere era un'idea semplice: il benessere digitale non si costruisce evitando il mondo online, ma allenando abilità per starci dentro.

Per questo *Allen@Menti* va tenuto sul tavolo, non in un cassetto, in tasca, o anche solo in testa. È pensato per essere aperto e usato a pezzi: una scheda alla volta, un gesto educativo alla settimana, un esperimento ogni tanto. Non serve fare tutto, e nemmeno fare tanto. *Allen@Menti* serve soprattutto a guidare lo sguardo: ti sposta dalla domanda «Come li controllo?» alla domanda «Che cosa li aiuta a stare bene?».

E se scorrendolo ti senti "non competente", sappi che sei in buona compagnia. Qui non si cerca la figura educante perfetta: si cerca **la figura educante curiosa**, che resta e prova a capire.

Imparare a nuotare

Immagina un fiume: un fiume vero, con la corrente che cambia, con tratti limpidi e tratti torbidi, con anse dove ti fermi e punti in cui scivoli via più veloce di quanto pensavi. I ragazzi, in quel fiume, ci sono già dentro: ci entrano presto, spesso da soli, spesso da piccoli.

Hanno in mano un telefono che è uno scivolo per questo fiume, sempre aperto e facilmente accessibile: ci passano ore, costruiscono relazioni, cercano conferme, si distraggono, studiano, si raccontano. A volte ci sguazzano felici. A volte annaspano, senza dire nulla.

E noi adulti? Spesso arriviamo dopo, perché il fiume scorre veloce e loro sembra sempre che sappiano dove mettere i piedi meglio di noi. Conoscono app, linguaggi, scorciatoie, mentre noi facciamo fatica perfino a capire dove siamo. E quando non capiamo, scatta l'istinto più umano del mondo: proteggere chiudendo. Vorremmo tenerli lontani dall'acqua, alzare barriere, costruire



dighe, mettere filtri ovunque. **Vorremmo evitare** che vedano contenuti pericolosi, che vengano agganciati da estranei, che mandino in giro pezzi della loro vita senza consenso, che si facciano male con le parole o con i commenti.

È comprensibile, è amore ed è umano. Ma spesso è anche un'illusione.

Perché il punto è questo: possiamo davvero tenerli fuori dal fiume? Possiamo controllare ogni corrente, ogni incontro, ogni contenuto? Passeremmo la vita a inseguirli, e **loro imparerebbero a nascondersi meglio.**

Per questo abbiamo bisogno di cambiare la domanda. Non più «Come li tengo lontani?» ma «Che cosa li rende capaci di stare dentro, senza affondare, e magari di divertirsi?».

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) definisce la salute non come assenza di malattia (o pericolo), ma come presenza di una condizione di completo benessere fisico, mentale e sociale. In questa prospettiva, educare significa aumentare le risorse, le competenze e la fiducia in sé stessi. Significa dare strumenti per attraversare la corrente, senza dover can-

cellare ogni rischio o eliminare i pericoli.

Allenare abilità genera questo: quando un ragazzo scivola in un tratto difficile (una chat che diventa aggressiva, una richiesta ambigua, un contenuto che lo destabilizza, un tempo che si mangia la notte) non si sente subito in balia. Ha più appigli: riconosce che cosa sta succedendo, si accorge di come sta, prova a scegliere un passo.

Perché non possiamo essere sempre lì a salvarlo, **possiamo però insegnargli a nuotare.**

E nuotare, qui, significa anche una cosa molto concreta: crescere in autoefficacia, coltivare quella voce interna che dice «Posso farcela», «Posso chiedere aiuto», «Posso fermarmi», «Posso proteggermi».

Allenare le abilità emotive

La figura educante è un **allenatore emotivo**. Non qualcuno che urla indicazioni dalla riva, ma che entra in acqua, fa qualche bracciata accanto, tiene d'occhio dove la corrente cambia e, quando serve, dice: «Fermati un attimo... respina... riproviamo».

Allenare abilità emotive e relazionali richiede tempo, ripetizione, pazienza. John Gottman (psicologo e ricercatore statunitense noto per i suoi studi sulle relazioni e per l'approccio dell'*Emotion Coaching*) lo diceva parlando di figli e di sentimenti: «Se vuoi che un ragazzo impari a cavarsela con lo stress e con le relazioni, non togliergli tutte le partite difficili. Stai lì con lui, senza spegnere quello che sente, anche se spiacevole». Ecco, nel digitale succede la stessa cosa: le emozioni arrivano di colpo, spesso senza preavviso. Un commento, una foto, un gruppo che cambia tono, una richiesta ambigua. E lì si vede

se uno ha fiato, se sa chiedere aiuto, se sa fermarsi.

Il lavoro dell'allenatore comincia dalla postura, dal modo in cui sta con i ragazzi. Il primo movimento è semplice: **spostarsi di lato e mettersi accanto**, nel punto in cui vedi meglio la corrente e puoi prendere per mano. È da questa posizione che nasce la curiosità. L'allenatore non deve sapere tutto, ma deve aver voglia di sapere e capire. «Com'è andata online oggi? Come funziona quel gioco? Ma questa parola... da dove viene? Mi spieghi questa canzone?» Accanto, le domande hanno l'effetto di far sentire i ragazzi competenti e visti.

Il secondo movimento è **stare in modalità "occasione"**. La vita, spesso, non arriva a capitoli ordinati, arriva a episodi. Un messaggio che ferisce, una foto che agita, una risata che esclude, un silenzio improvviso. E proprio lì passa l'educazione.

Si chiama metodo occasionale: non aspetti “il momento perfetto”, prendi sul serio quello che succede e lo usi come appiglio per dialogare, conoscere, allenarsi. L’Azione Cattolica lo chiama metodo esperienziale: fede e vita si parlano reciprocamente. La vita porta domande vere, la fede rimette al centro il valore della persona, la dignità, la cura delle relazioni, la libertà. Poi si torna alla vita con un passo piccolo, praticabile: un gesto diverso in chat, un confine più chiaro, una parola riparativa, una richiesta d’aiuto fatta in tempo.

Questa postura fa una cosa preziosa: prende tutte le emozioni sul serio, le mette in parola, le fa diventare esperienza che insegna. E così ogni episodio (anche storto) può diventare allenamento. Una bracciata in più. Il terzo movimento è **non fare movimenti**. Nel digitale il dito parte prima del pensiero, l’attenzione viene catturata, l’impulsività prende spazio. Ma qui non stiamo parlando solo della pausa prima di rispondere: stiamo parlando dell’attesa. Quel fermarsi per non sostituirsi.

Attendere, per un allenatore, vuol dire lasciare che siano i ragazzi al centro. Vuol dire non rubare loro subito la scena con la soluzione pronta, non rispondere al posto loro, non prendere in mano il telefono per sistemare la cosa, non entrare in chat come se fossimo i manager della loro vita. Vuol dire restare lì, presenti, mentre loro provano a fare un passo: a spiegarsi, a riparare, a mettere un confine, a uscire da un gruppo, a chiedere scusa, a chiedere aiuto.

È un’attesa attiva: fai domande che aprono invece di chiudere («Tu che cosa vuoi fare? Che cosa ti serve adesso? Qual è il passo più piccolo che riesci a fare?»). E poi, stai con loro, dai tempo.

Perché l’obiettivo non è che vada tutto bene (non è “assenza di malattia”). È che loro imparino a muoversi nella corrente con le proprie gambe, sapendo che accanto c’è qualcuno che regge, senza prendere il posto.

Il quarto movimento è **mettere i confini**. Qui la figura educante educa davvero: consegna un perimetro dentro cui si può fare esperienza.

Va bene nuotare, va bene provare, va bene anche sba-

gliare... ma non dappertutto. Non quando c'è il rischio di farsi male.

Mettere confini è dire quei no che fanno crescere. È proteggere spazio, tempo e relazioni perché dentro quel perimetro un ragazzo possa diventare più libero, non più controllato. Per questo funzionano regole chiare e spiegate: sono boe che non fermano il fiume, ma ti tengono lontano dai pericoli e ti indicano dove sei al sicuro.

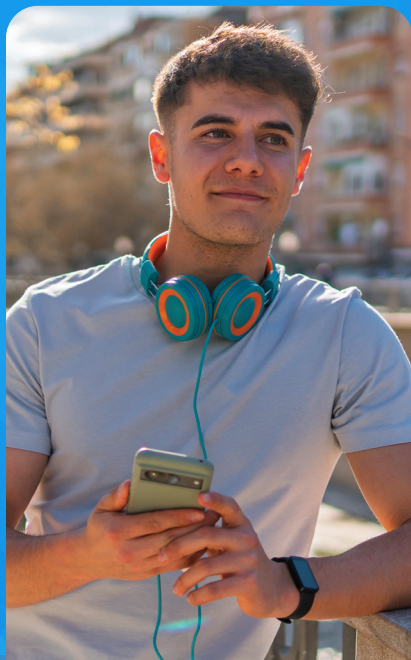
Quattro movimenti per mettersi nella postura dell'allenatore: quattro aggiustamenti semplici che, messi insieme, cambiano il modo di stare nel fiume con i ragazzi e le ragazze. Queste posture contano perché i ragazzi non imparano da quello che spieghiamo. Ci guardano, ci prendono le misure. E, senza accorgersene, **copiano il modo in cui stiamo nelle cose.**

Quindi ecco: **sii imperfetto.** Un giovane imperfetto, un adulto imperfetto, un volontario imperfetto. Un essere umano imperfetto. Uno che ogni tanto perde l'equilibrio, sbaglia tono, prende il telefono per abitudine... e poi se ne accorge, si ferma, fa un respiro e

torna protagonista della propria vita.

Questa è la testimonianza che puoi dare. Dice ai ragazzi: non devi essere impeccabile per valere. Non devi meritarti l'amore facendo tutto bene. Sei benedetto già solo per il fatto di essere, **sei creatura amata perché creata.** Non per merito, non per prestazione, non perché fai le cose giuste.

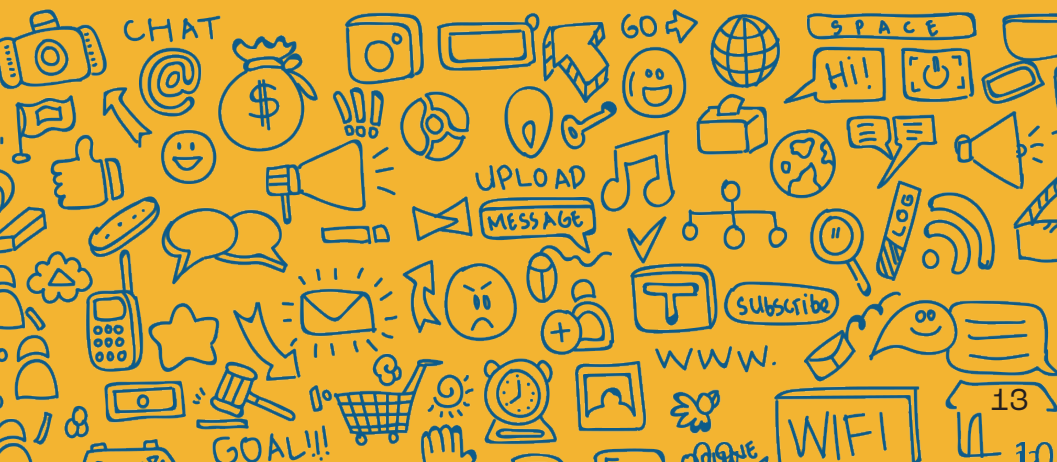
E sai qual è la cosa più bella? Che lo stai già facendo. Magari non sempre, magari non come vorresti, però ci sei. E questo è esattamente da dove si comincia: una bracciata alla volta, senza vergogna, con fiducia.



Le 12 abilità del benessere digitale

Le **life skills** (letteralmente “abilità per la vita”) sono competenze di base riconosciute dall’Organizzazione Mondiale della Sanità: non sono materie da studiare, ma capacità che usiamo ogni giorno per stare bene. Entrano in gioco quando dobbiamo capire cosa proviamo, reggere una pressione, comunicare senza ferire, scegliere cosa fare, risolvere un problema, affrontare un conflitto, chiedere aiuto, prenderci cura di noi e degli altri. Nel digitale si accendono continuamente, spesso tutte insieme. In questo strumento abbiamo fatto un lavoro di

traduzione: **dalle competenze per la vita ad abilità riconoscibili e allenabili nel proprio quotidiano.** Ogni scheda è una traccia concreta per partire da ciò che succede davvero (una chat, un video, una foto, una tensione) e trasformarlo in occasione educativa. Ogni scheda è pensata per essere usata in gruppo, in famiglia, in oratorio, in classe o anche in una chiacchierata da cinque minuti: offre una chiave di lettura e alcuni gesti semplici per allenare l'abilità che, in quel momento, è in gioco. Nonostante ciò, le **12 schede** non vogliono “chiudere il di-



scorso” sul digitale. Sarebbe una promessa impossibile da mantenere: piattaforme, linguaggi e mode cambiano a una velocità che spiazza anche chi ci lavora dentro. Quello che oggi sembra centrale, domani è già un ricordo. Un'app nasce, esplode, cambia regole, sparisce. Un *trend* dura il tempo di una settimana. Una funzione nuova rimescola tutto.

Per questo, le schede che trovi qui raccolte non inseguono l'ultima novità. Ti propongono

un modo di stare dentro le situazioni: i contenuti corrono, le abilità restano. Se un ragazzo riceve una richiesta ambigua, se in chat parte una valanga, se un video dice una cosa e ne fa sentire un'altra, se l'attenzione si rompe e il tempo scappa... il punto non è conoscere il nome dell'ennesima piattaforma.

Il punto è avere una postura,
qualche domanda pronta, un
gesto educativo possibile.
Quello difficilmente invecchia.



SCHEMA 01

Sicurezza nel mondo digitale

Skill: Valutare i rischi e proteggersi online

Capacità di navigare in modo critico e sicuro nello spazio digitale, riconoscendo rischi, minacce e dinamiche della rete. Include la comprensione delle conseguenze delle proprie azioni online, la protezione dei dati personali e il riconoscimento delle fake news.

La parola ai ragazzi



«Molti ragazzi ricevono il telefono molto presto e, spesso lasciati soli a casa, non sanno bene come usare i social. Per questo l'oratorio o la scuola possono aiutare a comprenderne meglio sia le risorse positive sia i pericoli.» (Focus Group)

«Secondo noi la sicurezza online è importante perché su internet non sai mai davvero chi c'è dall'altra parte. A volte condividiamo foto, messaggi o informazioni personali senza pensarci troppo, ma poi possono essere usati male. Stare attenti non vuol dire non divertirsi online, ma usare la testa: scegliere bene cosa pubblicare, con chi parlare e proteggere i propri account. Internet è una grande opportunità, ma solo se lo usiamo in modo responsabile.» (Padlet LogOut)



Perché questa abilità conta?

Bambini e adolescenti crescono oggi in una dimensione *onlife*, in cui la vita offline e quella online si intrecciano a tal punto da non poter più essere inscindibili. Tuttavia, la pervasività di internet nella loro vita quotidiana non significa che abbiano gli strumenti necessari per rapportarsi consapevolmente.

Negli ultimi anni i ragazzi parlano di più dei rischi e spesso si sostengono tra pari, anche grazie a scuola e prevenzione. Eppure le situazioni problematiche continuano: sapere che esistono i pericoli non basta. La difficoltà vera è **accorgersene mentre succede**, dentro una chat, davanti a un link, sotto pressione. Allenare la sicurezza significa imparare a **fermarsi un attimo, farsi domande, leggere i segnali** e scegliere cosa fare senza farsi trascinare dall'urgenza.

Che cosa può fare la figura educante?

In adolescenza la percezione del rischio e la capacità di fermarsi a riflettere stanno ancora maturando. Per questo l'adulto di riferimento aiuta soprattutto con l'accompagnamento: crea un clima in cui si può parlare, e guida i ragazzi a leggere con senso critico ciò che vivono online, cogliendone rischi e possibilità. **Prende sul serio le esperienze digitali e si interessa alla loro vita online, videogiochi inclusi**, con domande curiose più che con controllo. Insieme a loro costruisce regole d'uso, poche e credibili, orientate a responsabilità e competenze, perché i divieti in adolescenza spesso non reggono, anzi: rischiano di ostacolare l'espressione di sé e le relazioni con i pari. Quando serve, fa' un'escursione negli spazi digitali frequentati dagli adolescenti per comprenderli meglio e instaurare un dialogo più autentico.

Spunti pratici

Informati

Se vuoi aiutare un ragazzo a riconoscere un pericolo mentre lo affronta, devi avere un minimo di dimestichezza con il terreno. Apri i social che usa, guarda come funziona una storia, una chat di gruppo, i link che girano. Fatti un giro nelle impostazioni privacy, prova a segnalare un contenuto, guarda dove finiscono i dati. Ti bastano anche venti minuti ogni tanto. Da fuori si vede poco, e spesso si parla per sentito dire. Da dentro si capisce dove inciampano i ragazzi.

Per **restare al passo** è sufficiente seguire un paio di profili affidabili che parlano di educazione digitale, tenere d'occhio una newsletter, chiedere ogni tanto a chi se ne occupa di professione. Inoltre, lo sguardo intergenerazionale tra giovani e adulti è un'ottima risorsa.

Sii curioso

Ogni tanto, invece del classico: «Com'è andata oggi?», prova con: «Com'è andata oggi, **online**?». Molti ragazzi non parlano spontaneamente di quello che succede sui social, nelle chat o nei giochi. Non perché lo vogliono nascondere, piuttosto lo vivono come “roba mia”, oppure pensano che agli adulti non interessi o che scatti subito il giudizio. Se tu lo nomini con naturalezza, stai dicendo: questo pezzo di vita può entrare qui, senza imbarazzo. E quando arriverà qualcosa di più difficile, la strada per dirtelo sarà già aperta.

Ricordati di respirare

Se un ragazzo ti racconta un episodio sgradevole o rischioso, la tentazione è andare in allarme e arrabbiarsi. Succede perché ci spaventa. E spesso la reazione forte ha una conseguenza: la volta dopo non te lo dirà più. Aiuta di più fare una cosa semplice: **respira**, resta presente, e parlatene insieme. Questo allena sicurezza perché permette al più grande di avere lo spazio per raccontare e mostrare i rischi rimanendo in dialogo.

Fammi da navigatore

Ogni tanto chiedi ai ragazzi di farti da navigatore nel mondo digitale, dichiara apertamente: «Io qui non sono bravissimo, mi aiuti?». Fa bene a tutti vedere che un adulto può non sapere, e che va bene così. Li agganci perché **li riconosci competenti**, e intanto tu ne comprendi linguaggi, dinamiche e inciampi tipici.

Tu come educante porti altro: la capacità di leggere i segnali, di nominare i rischi senza panico, di immaginare conseguenze, di scegliere un passo sicuro. L'obiettivo non è controllarli. È costruire un posto dove possono tornare quando qualcosa li mette in difficoltà.

Prove generali

Proponi piccole simulazioni a partire da scene comuni: un link “troppo bello”, una richiesta insistente in chat, uno screenshot condiviso nel gruppo, un profilo che scrive in privato, una foto che viene richiesta “solo per noi”. Attraverso un **gioco di ruolo**, simula uno scambio online a rischio: uno interpreta chi invia il messaggio, un altro il ragazzo o la ragazza che lo riceve; poi ci si ferma insieme per pensare a una risposta che aiuti a prendere tempo e a proteggersi. L'obiettivo è avere in testa due o tre frasi pronte, da usare quando serve, senza improvvisare sotto pressione.

Aggiornamento in corso

Ogni tanto porta un contenuto breve da guardare o leggere insieme: un articolo, un post fatto bene, una storia di qualcuno, il testo di una canzone, un estratto di documentario. Bastano pochi minuti. E poi, **se ne può parlare**: «Che cosa ci portiamo a casa per come stiamo online?». Lascia spazio alle letture dei ragazzi, ai dettagli che notano, alle cose che per loro sono normali. Tu aiutali a mettere in fila i segnali e a trasformare quella chiacchierata in una piccola regola di sicurezza che abbia senso.

I miei appunti

