



## CORSO DI FORMAZIONE ATIEF: “EDUCAZIONE DIGITALE E DIGITAL DETOX NELL’ERA COVID-19”

### PROGRAMMA DELLA GIORNATA (v01)

Candriai – Monte Bondone, martedì 07/09/2021 (recupero per pioggia giovedì 09/09/2021)

ORARIO	ATTIVITÀ	FORMATORE
09:00 – 09:30	Check-in, ritiro dello smartphone e spostamento al parco giochi di Candriai	Mark L. Miller
09:30 – 11:00	Brännboll e altri sport innovativi	Mark L. Miller
11:00 – 12:30	Laboratorio Detox: l'alfabetizzazione emotiva offline/online e la mindfulness	Riccardo Codevilla
PRANZO		
13:30 – 15:00	Seminario Detox: “Una dieta digitale per procrastinatori seriali”	Laura Endrighi
15:00 – 16:30	Yoga ammazza stress	Melissa Scommegna
16:30 – 16:45	Discussione finale	Mark L. Miller

URL di riferimento al corso: [www.socialmediadetox.it](http://www.socialmediadetox.it)