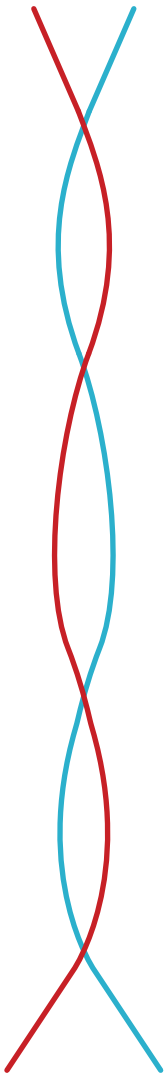
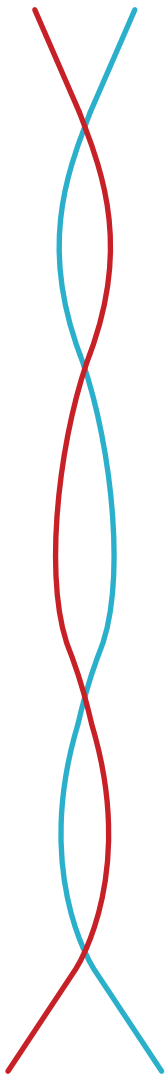
Campagna
Di Sensibilizzazione



Uso Consapevole
Dei Social

Alfabeto visivo



Manifesto generale

Dalla a



abdefghijklmnopqrstuvwxyz
ABDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ

alla z

“Il web siamo noi, una lettera alla volta.”

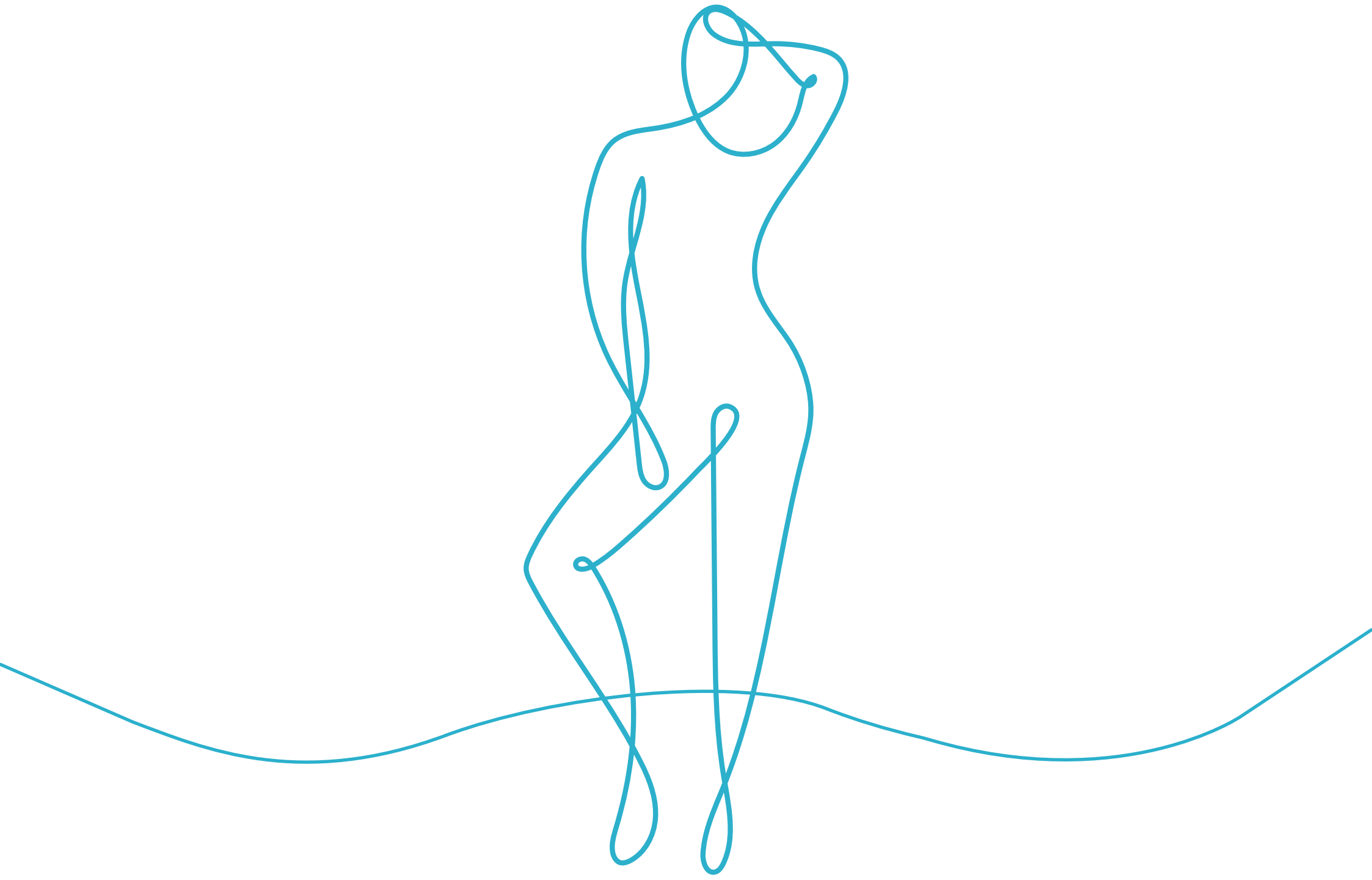
Ansia da like



La dipendenza dai like alimenta un circolo vizioso: più like otteniamo, più ci sentiamo apprezzati; meno like riceviamo, più ci sentiamo invisibili. Così facendo, il nostro valore dipende dalle approvazioni esterne, anziché da una solida autostima interna.

“Il web siamo noi, una lettera alla volta.”

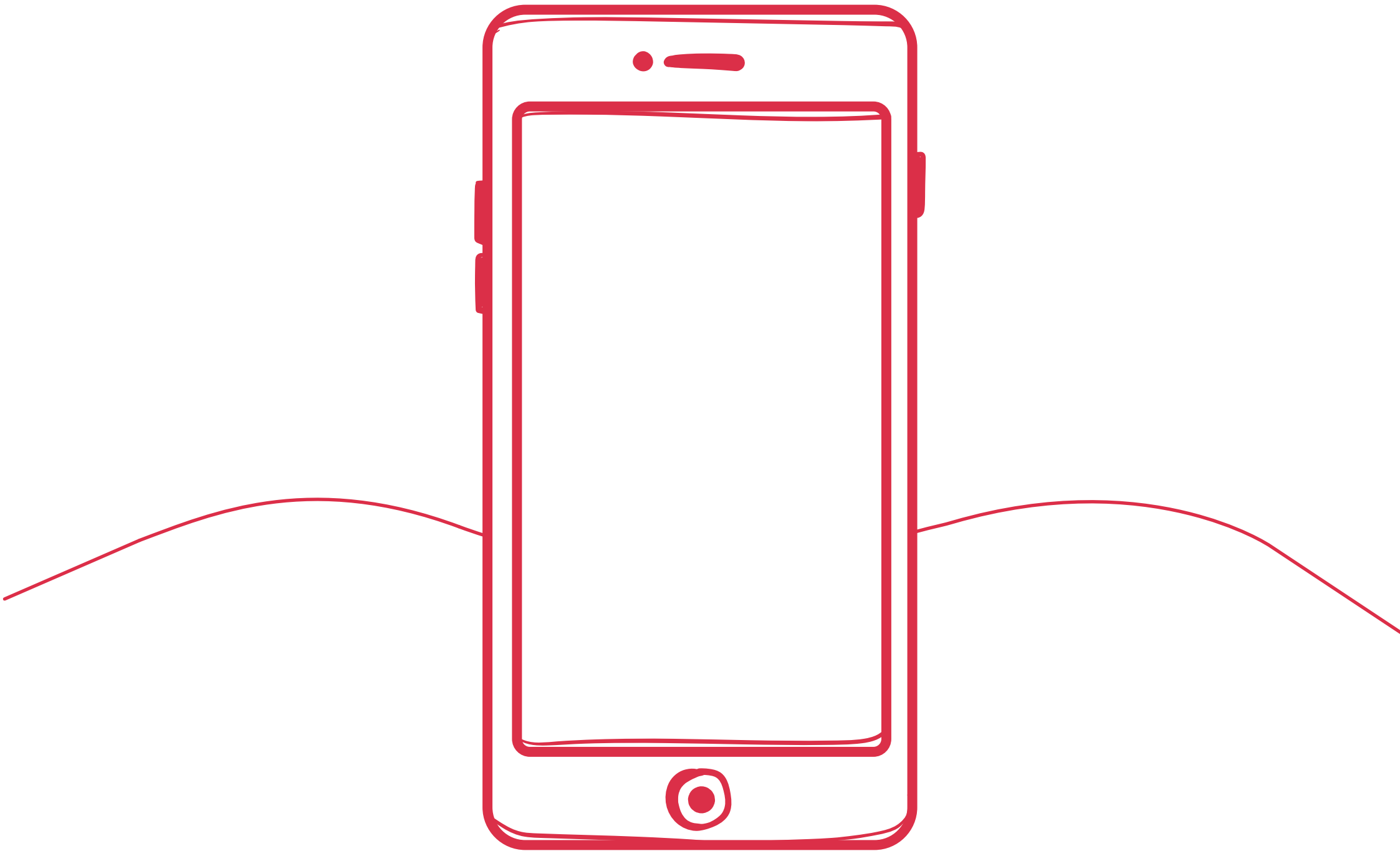
Body shaming



Il body shaming è una forma di bullismo che umilia una persona per il suo aspetto fisico. Sui social è molto diffuso, perché dietro uno schermo molti si sentono liberi di giudicare, dimenticando che dall'altra parte c'è una persona vera con emozioni e fragilità.

"Il web siamo noi, una lettera alla volta."

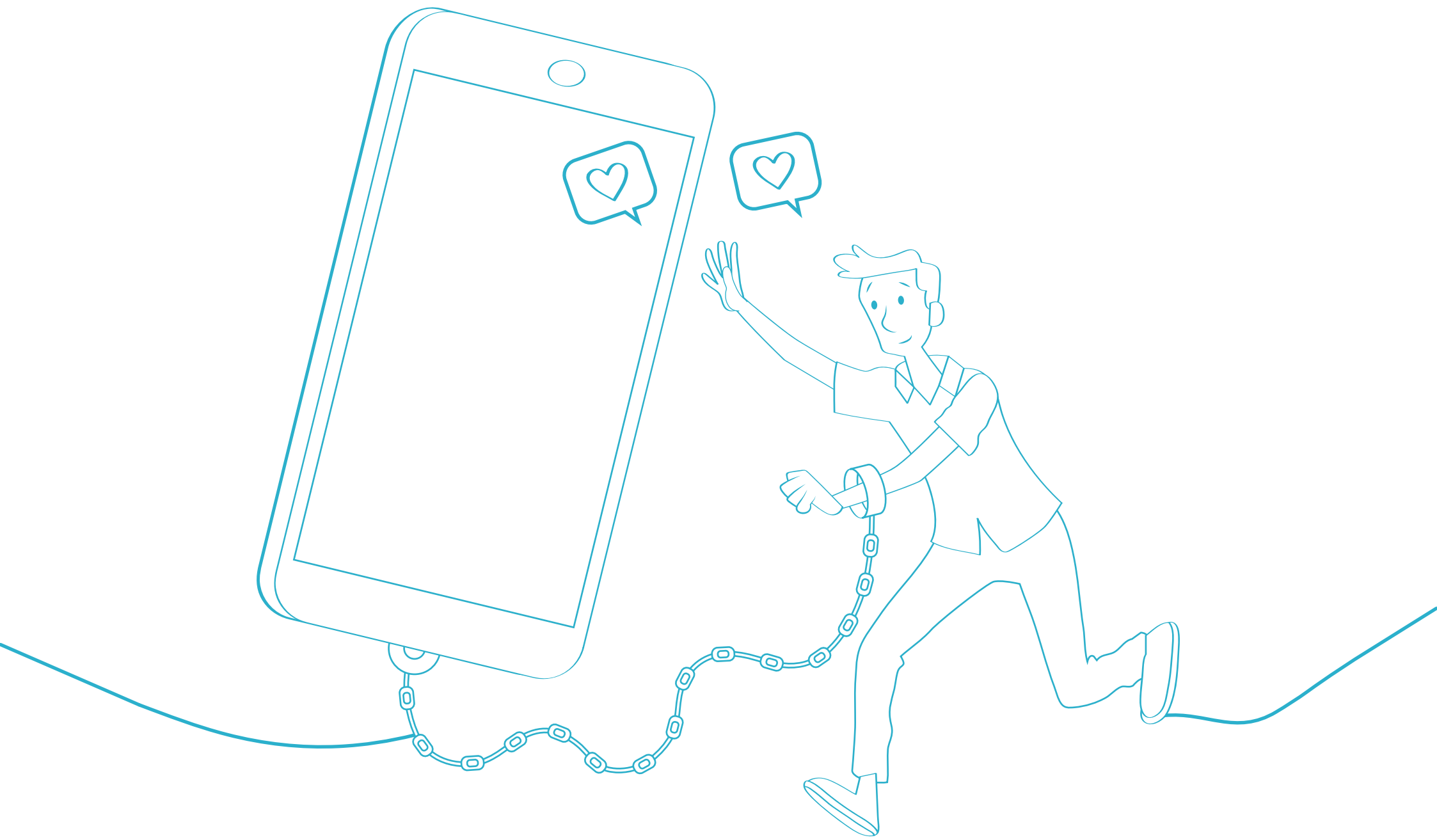
Cyberbullismo



Il cyberbullismo è un bullismo online che ferisce con insulti, offese o falsità. Chi lo pratica dimentica che dietro ogni profilo c’è una persona reale: anche uno scherzo può lasciare segni profondi. Serve rispetto ed empatia, sempre.

“Il web siamo noi, una lettera alla volta.”

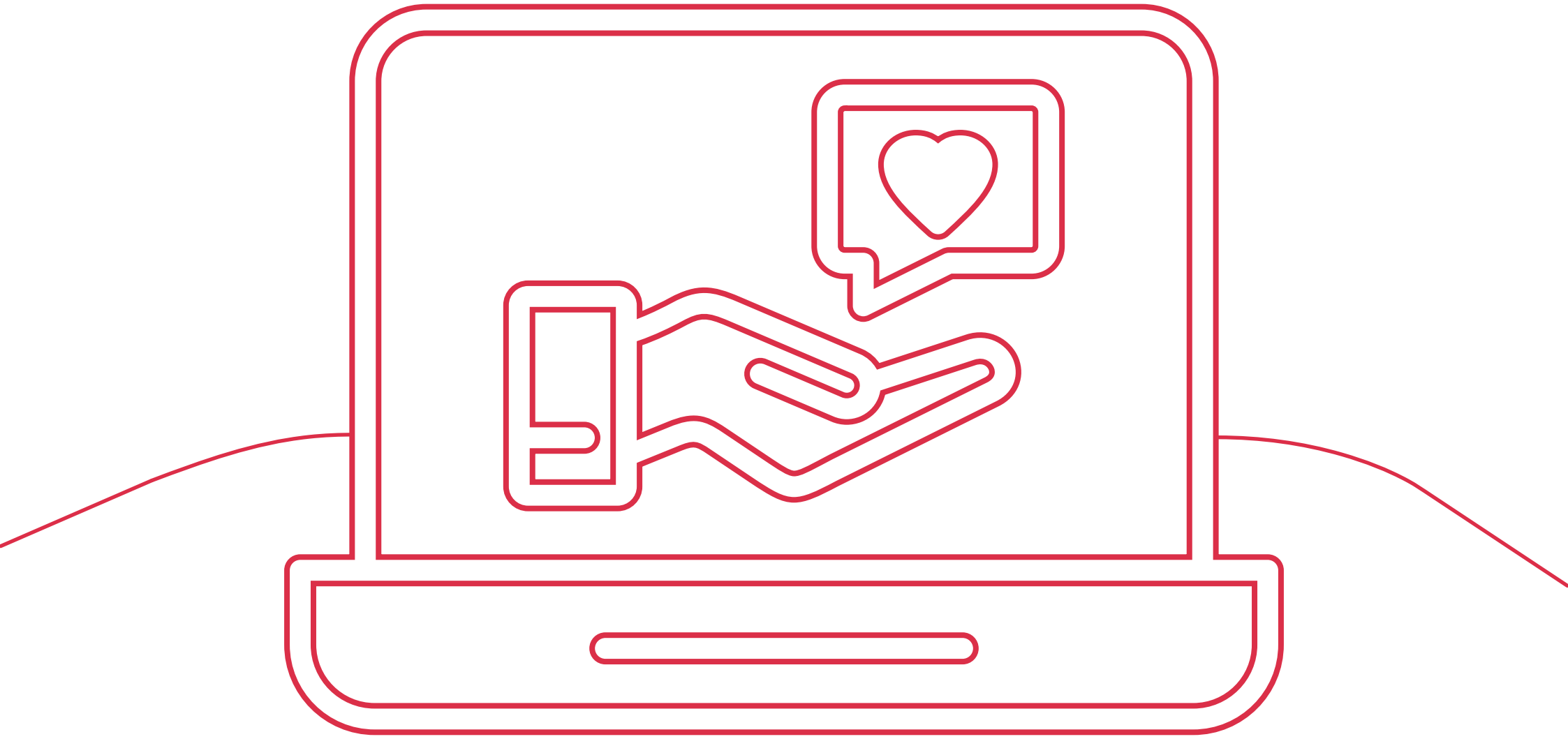
Dipendenza digitale



La dipendenza digitale può allontanarci da noi stessi e dagli altri. Disconnettersi ogni tanto permette di ritrovare equilibrio e serenità. Solo così possiamo davvero riconnetterci con ciò che conta.

“Il web siamo noi, una lettera alla volta.”

Empatia online



L’empatia online significa rispetto e gentilezza nei commenti.
Scrivere come vorremmo che gli altri scrivessero a noi crea dialoghi positivi.
Così il web diventa uno spazio più umano e costruttivo.

“Il web siamo noi, una lettera alla volta.”

Fake news



Le fake news si diffondono facilmente online.
Verificare le fonti prima di condividere evita di diffondere falsità.
La verità è più importante della fretta di un click.

“Il web siamo noi, una lettera alla volta.”

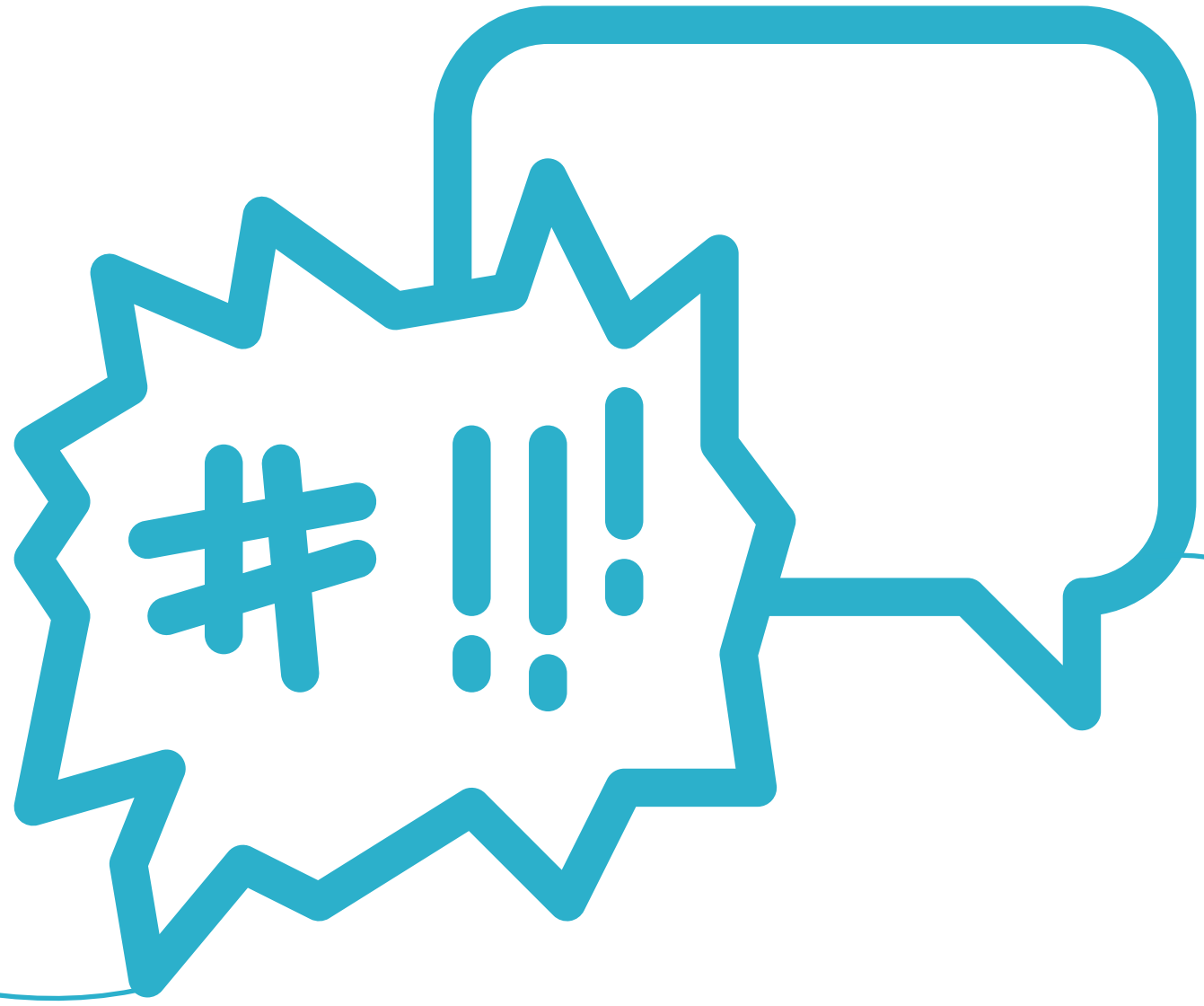
Grooming



Il grooming è quando un adulto si finge amico per ingannare i minori online.
Proteggere i propri dati aiuta a evitare rischi e manipolazioni.
Fidati solo di chi conosci davvero nella vita reale.

“Il web siamo noi, una lettera alla volta.”

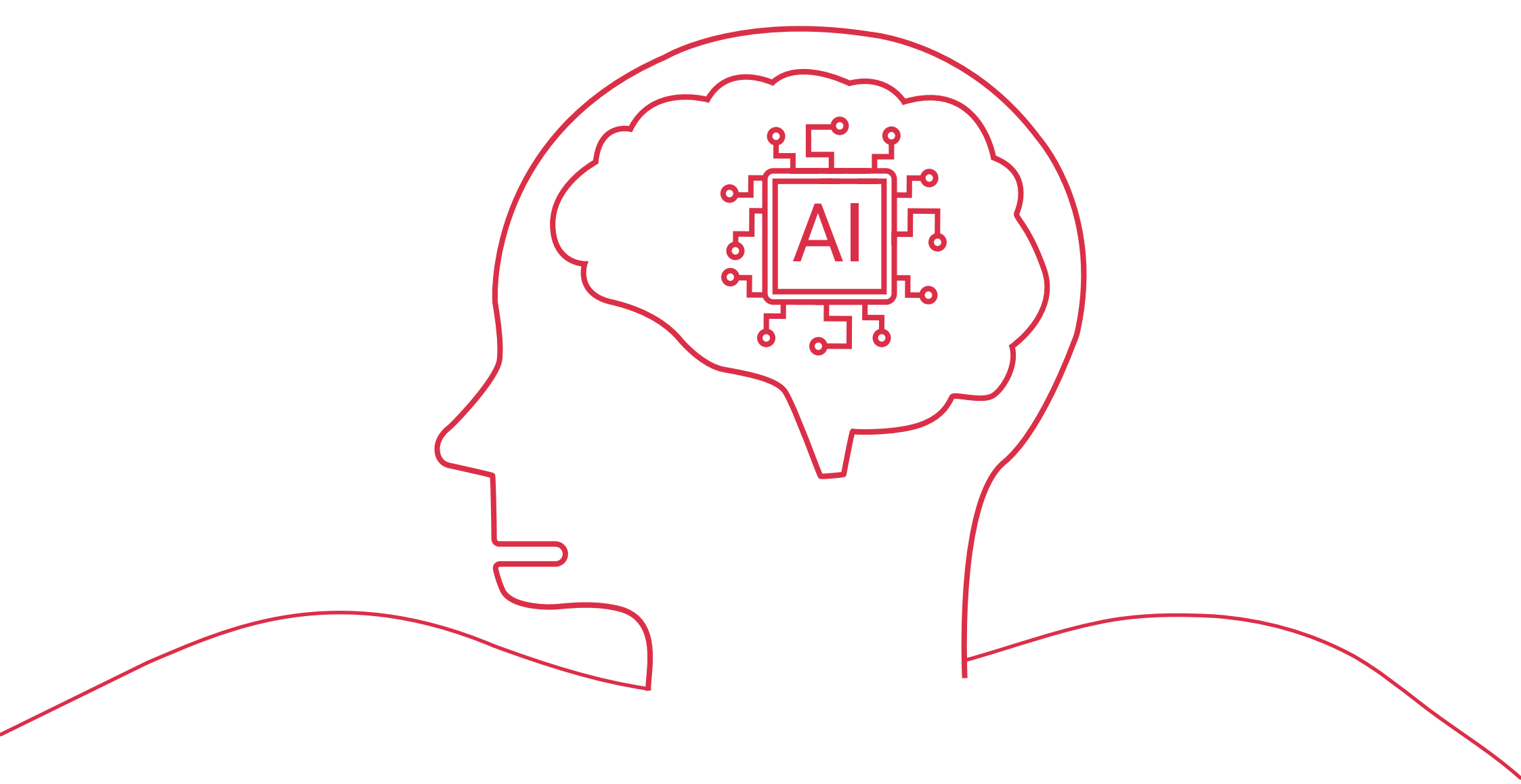
Hate speech



L’hate speech diffonde rabbia e divisione online.
Usare rispetto e gentilezza rende la rete un luogo migliore.
Le parole possono ferire, ma anche costruire.

“Il web siamo noi, una lettera alla volta.”

Intelligenza artificiale



L’intelligenza artificiale va usata in modo etico e responsabile.
Può migliorare la vita delle persone se orientata al bene comune.
Sta a noi scegliere di usarla per creare, non per danneggiare.

“Il web siamo noi, una lettera alla volta.”

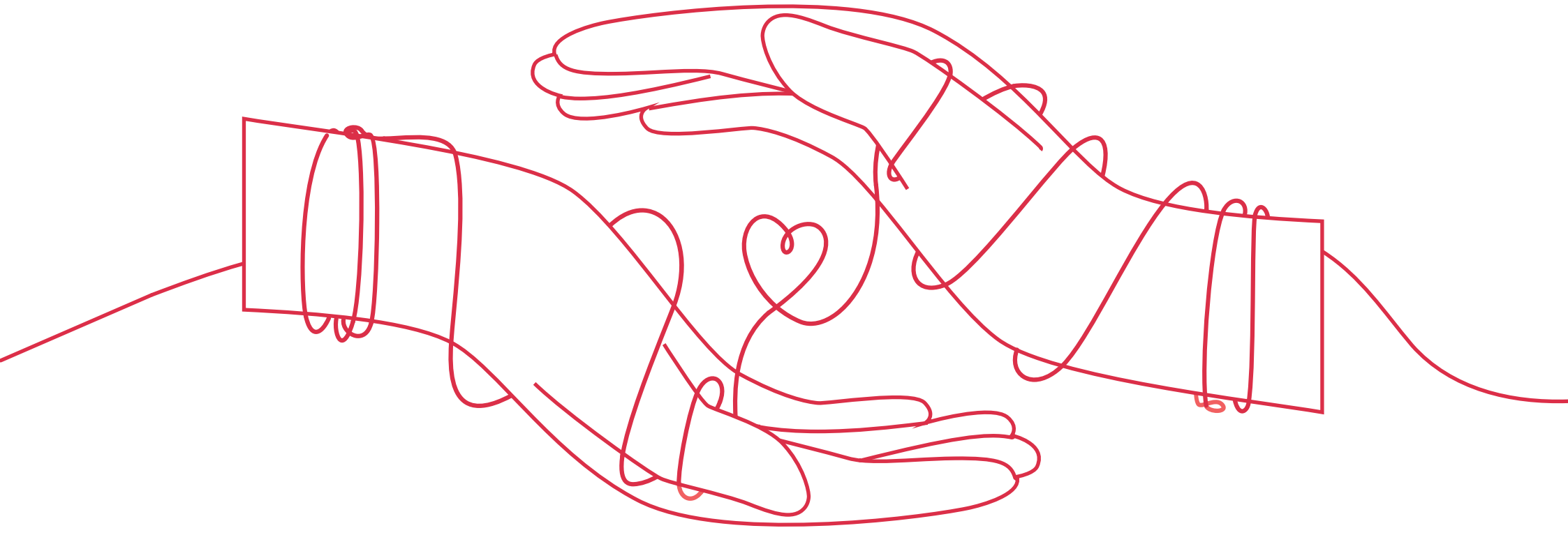
Justice online



La giustizia online significa rispetto e uguaglianza per tutti.
Ogni utente deve poter navigare in sicurezza e libertà.
Un web giusto tutela i diritti di ciascuno.

“Il web siamo noi, una lettera alla volta.”

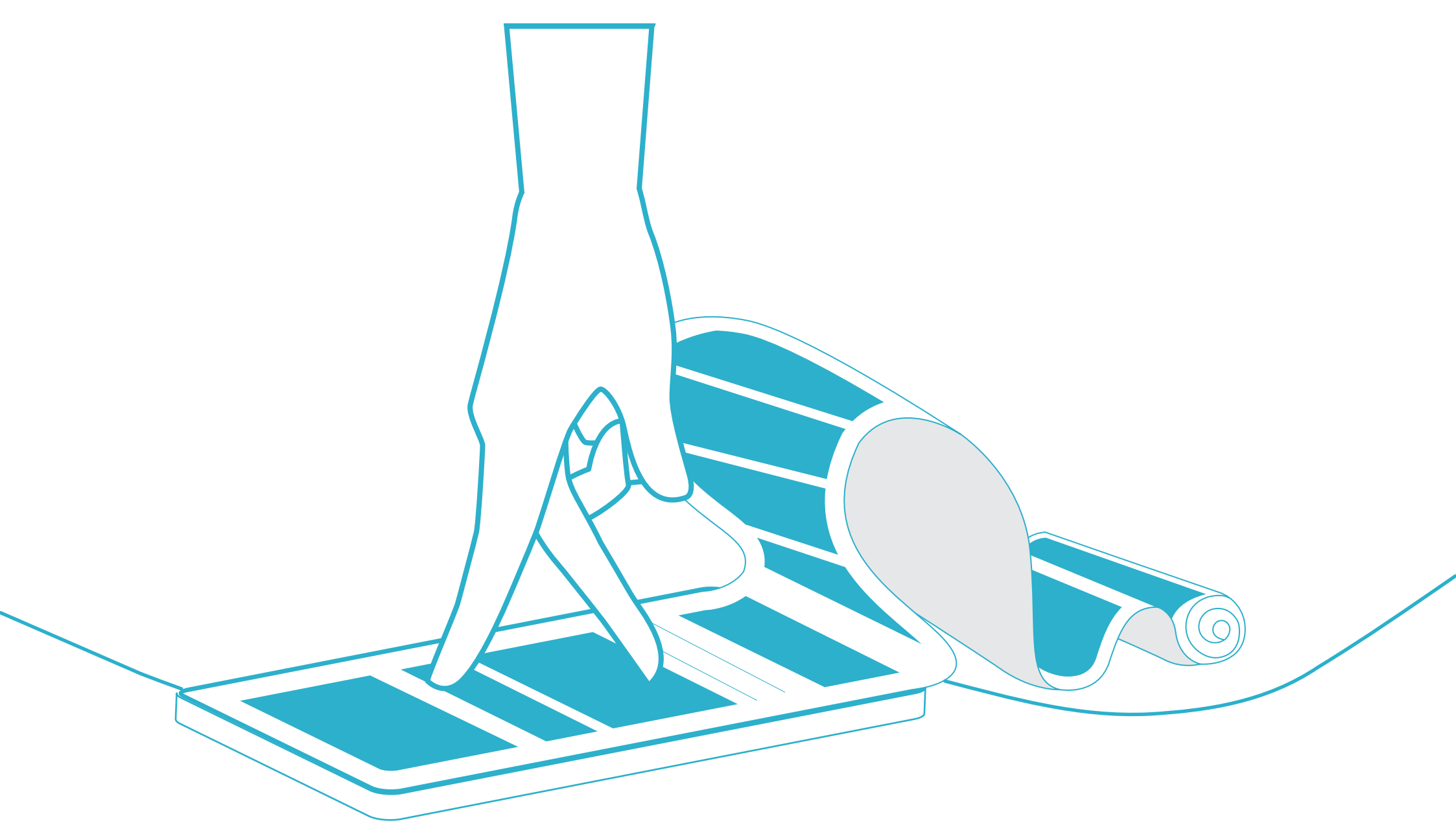
Kindness



La gentilezza online diffonde positività e rispetto. Anche un piccolo gesto può migliorare la giornata di qualcuno.

“Il web siamo noi, una lettera alla volta.”

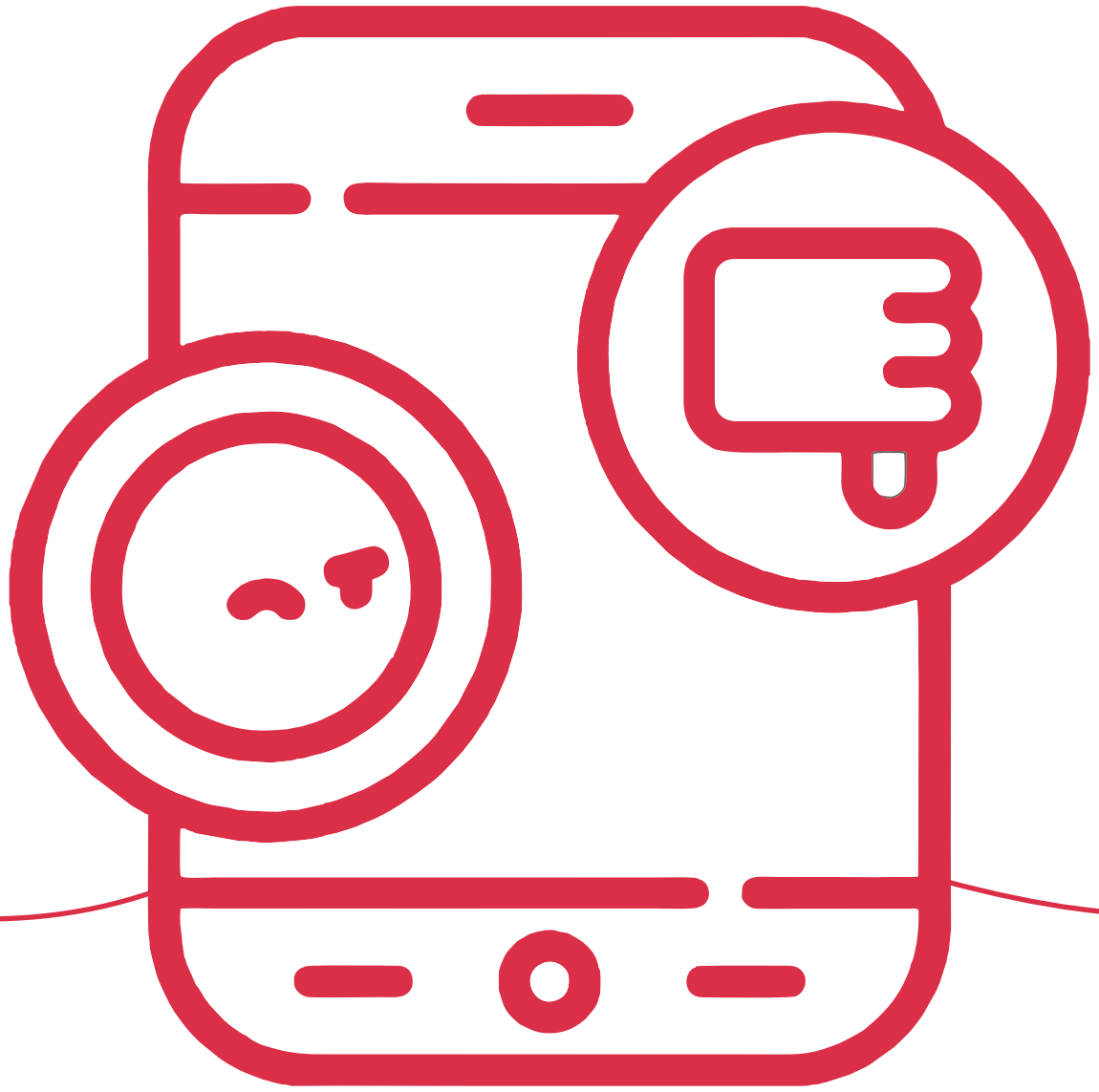
Libertà digitale



La libertà digitale permette di navigare e esprimersi online.
Essere responsabili significa rispettare gli altri e le regole.
Libertà e responsabilità devono andare insieme.

“Il web siamo noi, una lettera alla volta.”

Memoria digitale



La memoria digitale conserva tutto ciò che condividiamo online.
Prima di postare, è importante riflettere sulle conseguenze.
Pensare prima di pubblicare prote

“Il web siamo noi, una lettera alla volta.”

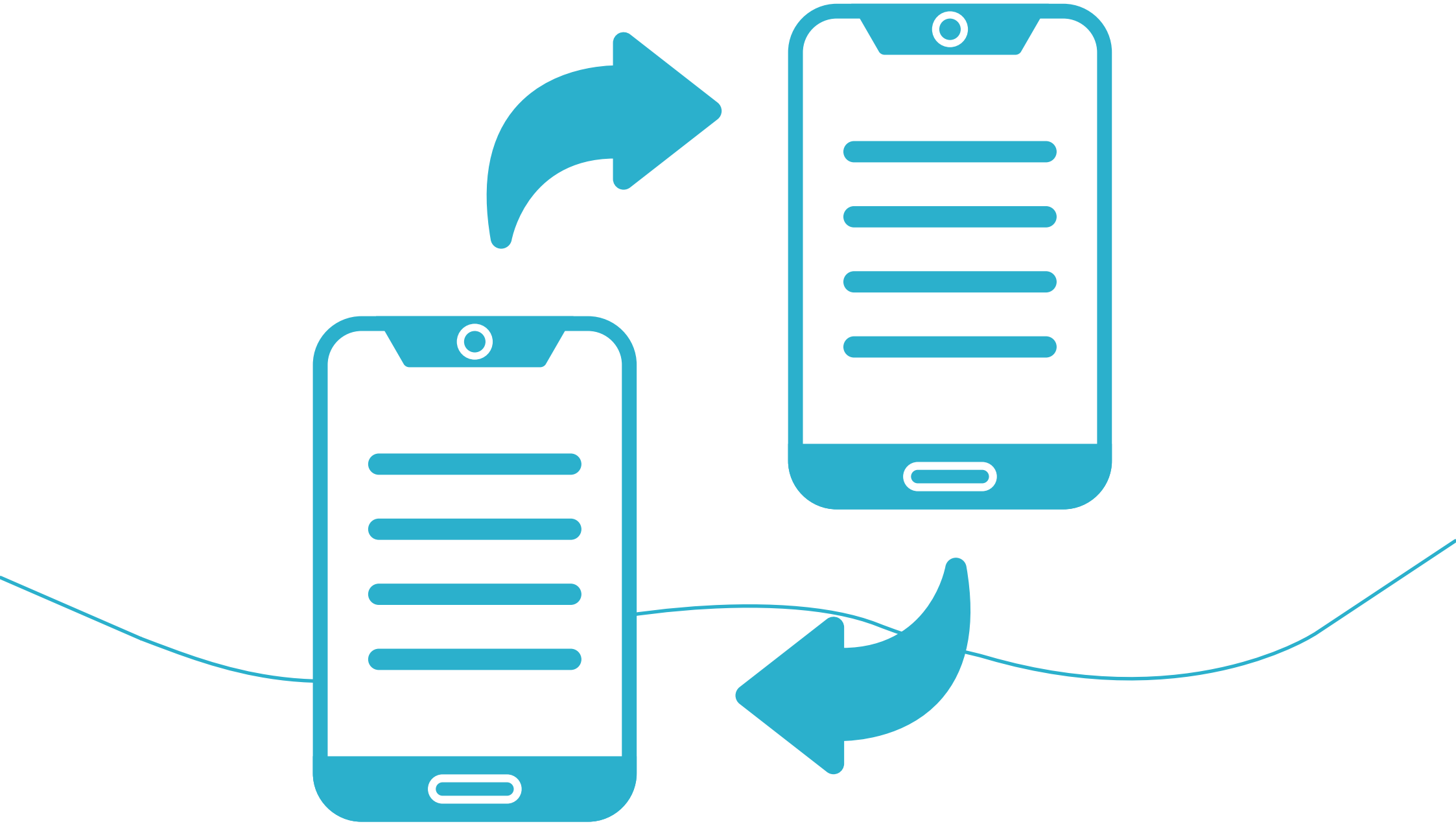
Notorietà tossica



Nei social network la popolarità è diventata una valuta sociale, ma si tratta di un’illusione: like e follower non misurano il valore reale di una persona. Spesso la notorietà nasce da provocazioni o scandali, generando una fama effimera e priva di autenticità.

“Il web siamo noi,
una lettera alla volta.”

Overthinking



Vivere pensando a come raccontare un momento significa sostituire la realtà con la sua immagine: cercare approvazione sui social distrae dal presente e toglie autenticità alle emozioni, che talvolta dovrebbero restare intime.

“Il web siamo noi,
una lettera alla volta.”

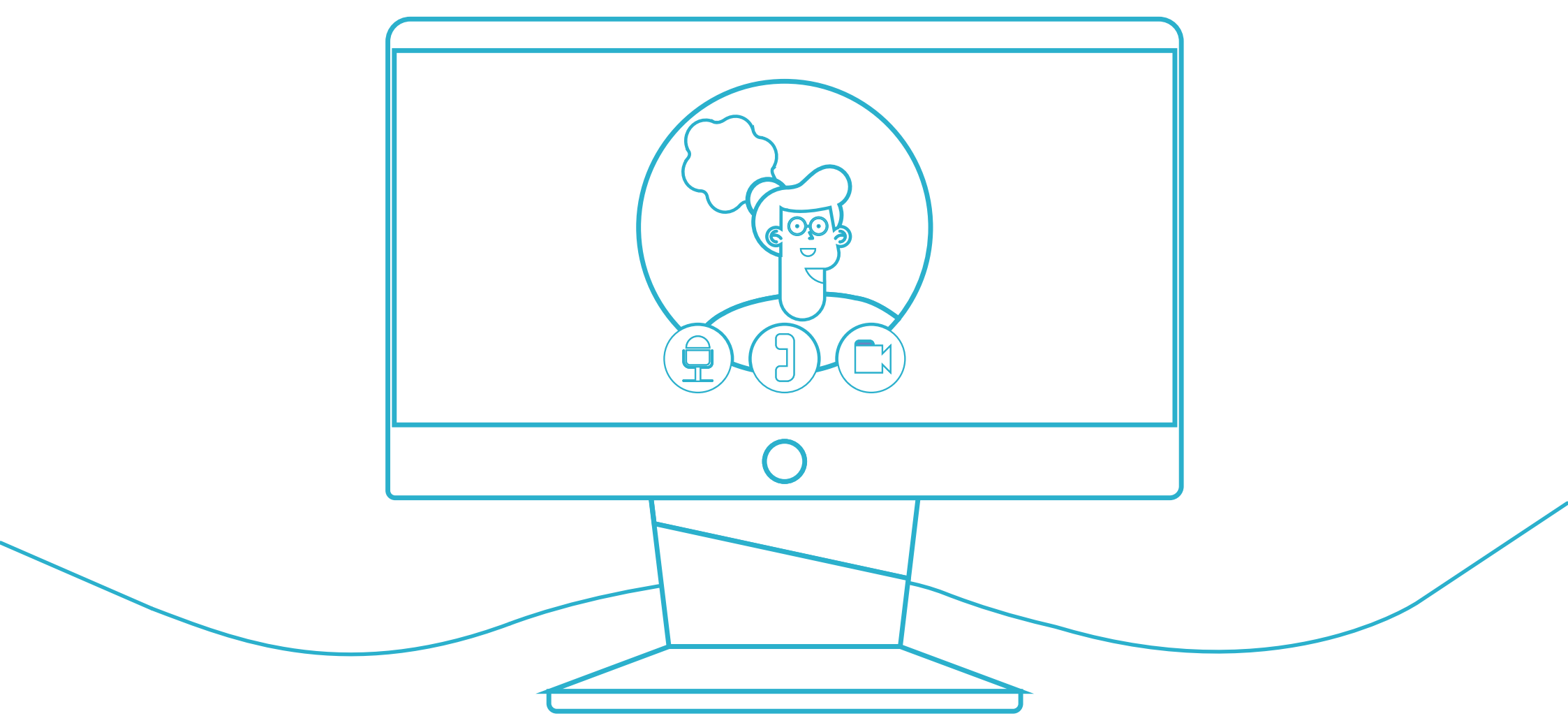
Privacy



Molti ignorano che condividere troppo online espone a rischi come truffe, furti d’identità e manipolazioni: una vita digitale troppo “trasparente” può mettere in pericolo sicurezza e reputazione.

“Il web siamo noi,
una lettera alla volta.”

Qualità delle relazioni online



Coltivare la qualità nelle relazioni online significa portare umanità nel digitale: empatia, rispetto, ascolto, autenticità. La tecnologia deve essere un mezzo di connessione, non una barriera emotiva. Quando usata con consapevolezza, può persino ampliare la nostra capacità di entrare in relazione, superando distanze geografiche e culturali.

“Il web siamo noi,
una lettera alla volta.”

Responsabilità digitale



Ogni click non è solo un gesto tecnico, ma anche un atto comunicativo. Un commento, una condivisione o un “mi piace” contribuiscono a diffondere idee, emozioni e informazioni. Essere utenti responsabili significa evitare hate speech, fake news o contenuti dannosi, e promuovere invece un uso rispettoso e costruttivo del web.

“Il web siamo noi,
una lettera alla volta.”

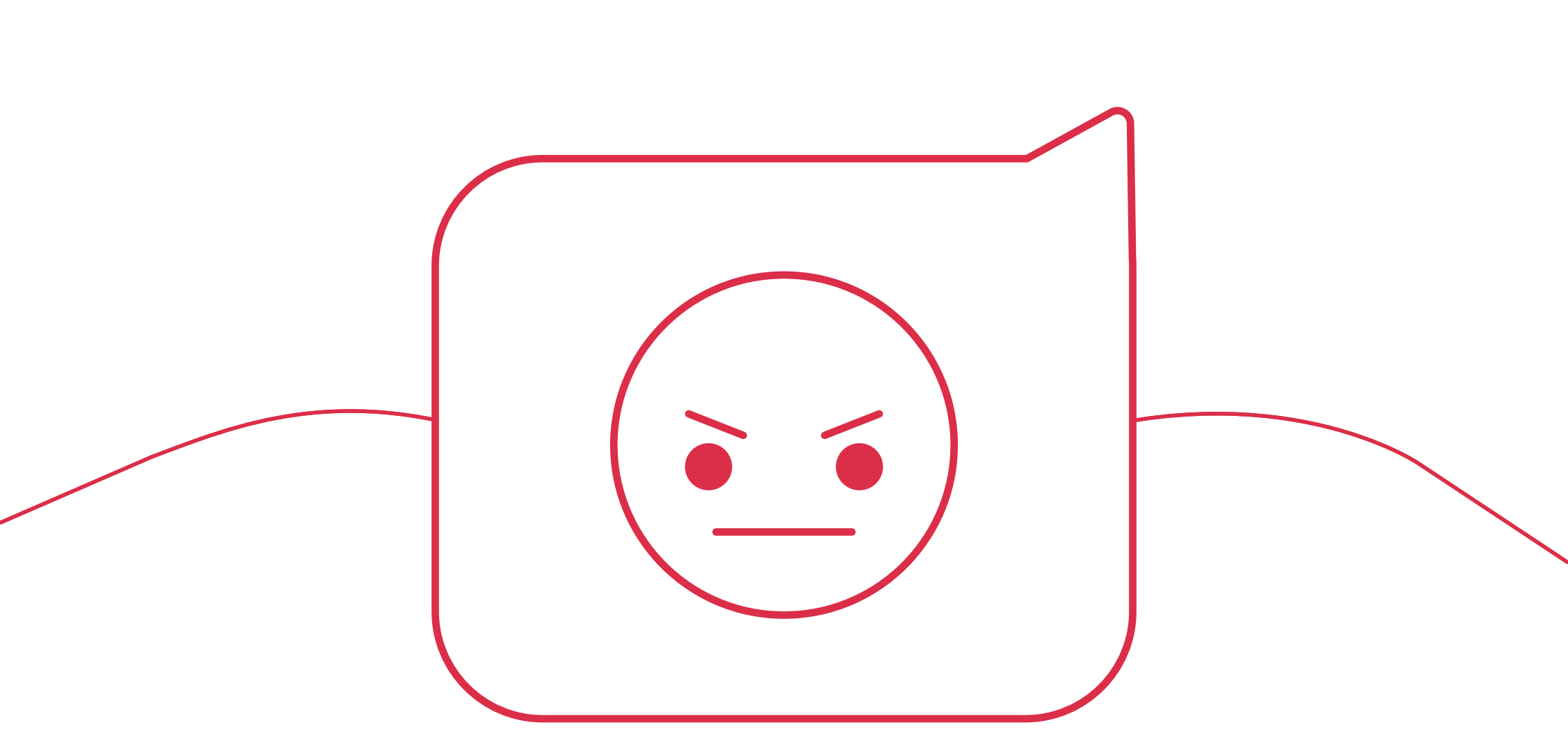
Sexting consapevole



Ricevere un contenuto intimo è un atto di fiducia. Trattarlo con leggerezza, mostrarlo o inoltrarlo significa tradire quella fiducia e mancare di rispetto. La responsabilità digitale si misura anche in questi gesti: ogni click può ferire o proteggere qualcuno.

“Il web siamo noi,
una lettera alla volta.”

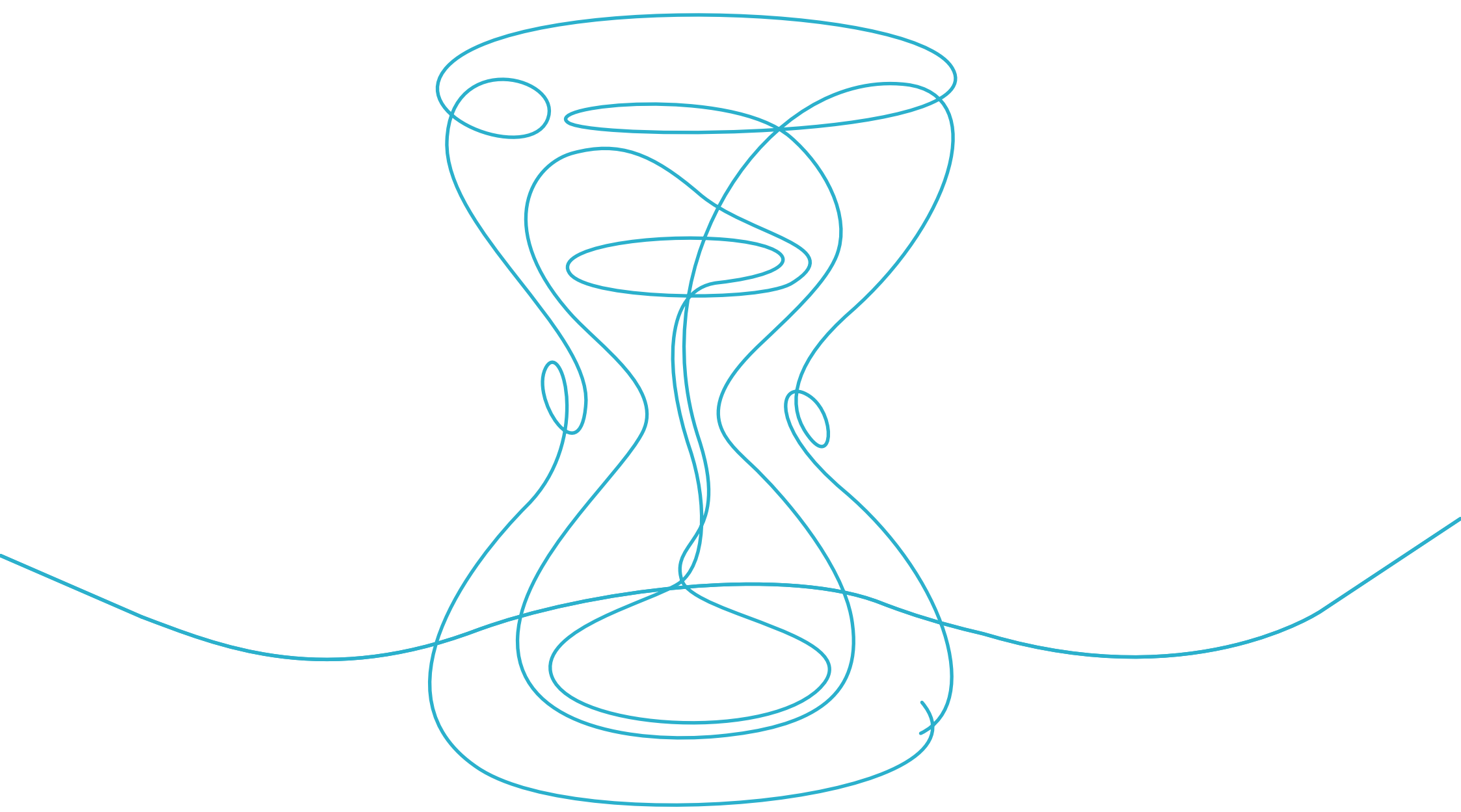
Troll e provocazioni



Il silenzio non è indifferenza: segnalare gli abusi e sostenere le vittime dell’odio online significa agire in modo positivo. Rispondere con rispetto e calma, invece che con rabbia, è una forma di resistenza intelligente che può dare il buon esempio agli altri.

“Il web siamo noi,
una lettera alla volta.”

Uso consapevole del tempo



Gestire bene il proprio tempo digitale è un atto di responsabilità verso se stessi. Significa dare valore ai propri interessi, non farsi trascinare dagli algoritmi e scegliere con intenzione come spendere le proprie ore.
Ogni minuto online è una scelta: può essere tempo perso o tempo vissuto bene.

“Il web siamo noi,
una lettera alla volta.”

Violenza verbale



La violenza verbale è sempre più diffusa online, dove l’anonimato facilita insulti e odio. Molti dimenticano che dietro ogni profilo c’è una persona reale: la libertà di parola non deve mai diventare il diritto di ferire.

“Il web siamo noi,
una lettera alla volta.”

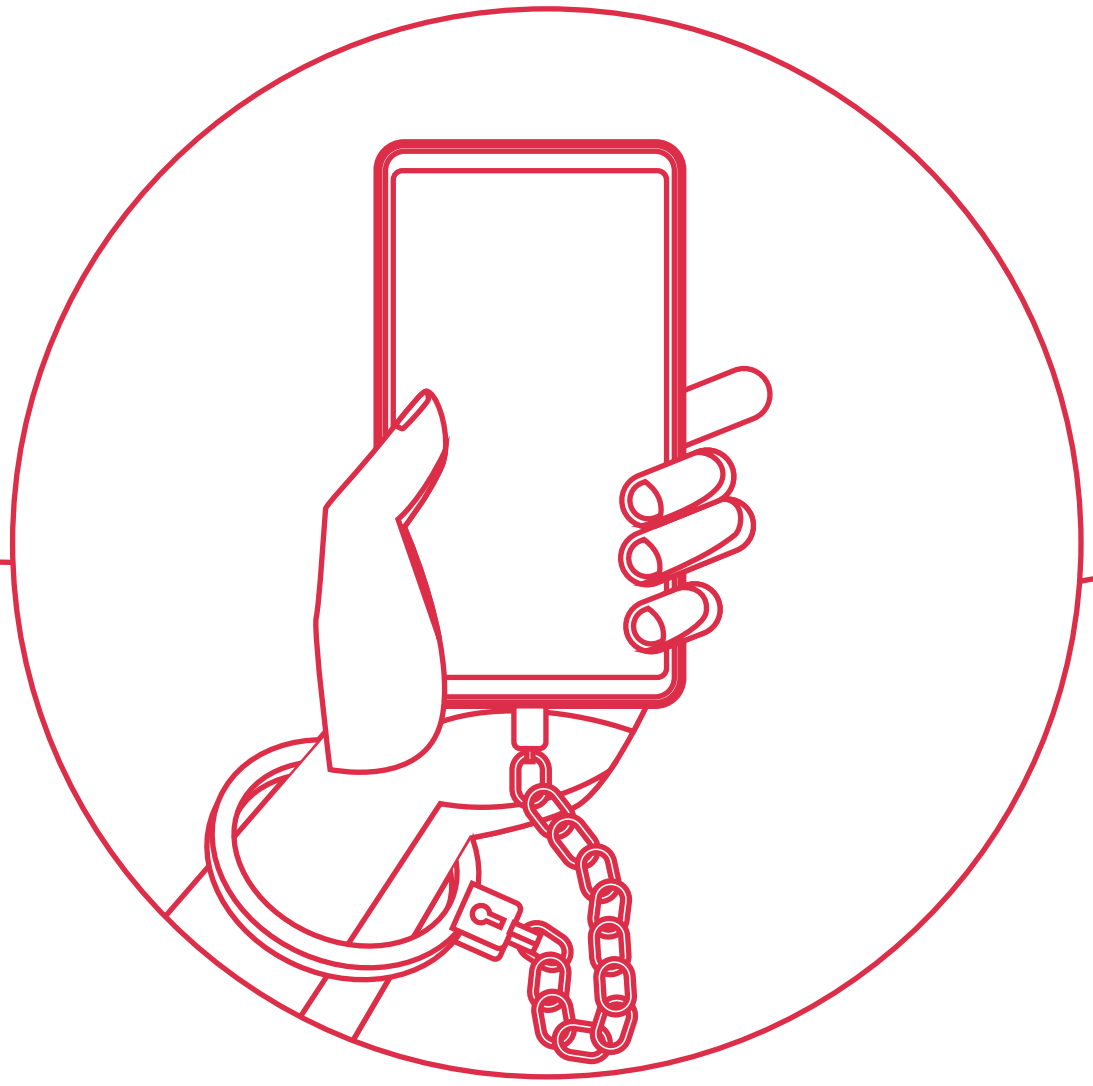
Web reputation



Essere coerenti tra ciò che si è online e ciò che si è nella vita reale è fondamentale. La responsabilità digitale consiste nel pensare prima di agire, nel rispettare se stessi e gli altri, e nel capire che ogni click contribuisce a raccontare una parte di noi.

“Il web siamo noi,
una lettera alla volta.”

Xenofobia digitale



Combattere la xenofobia digitale non significa solo non offendere, ma anche intervenire quando si assiste a un’ingiustizia online, segnalando contenuti discriminatori e sostenendo chi ne è vittima. Ogni utente può contribuire a creare una rete più sicura e rispettosa, scegliendo di usare le parole per costruire ponti e non muri.

“Il web siamo noi,
una lettera alla volta.”

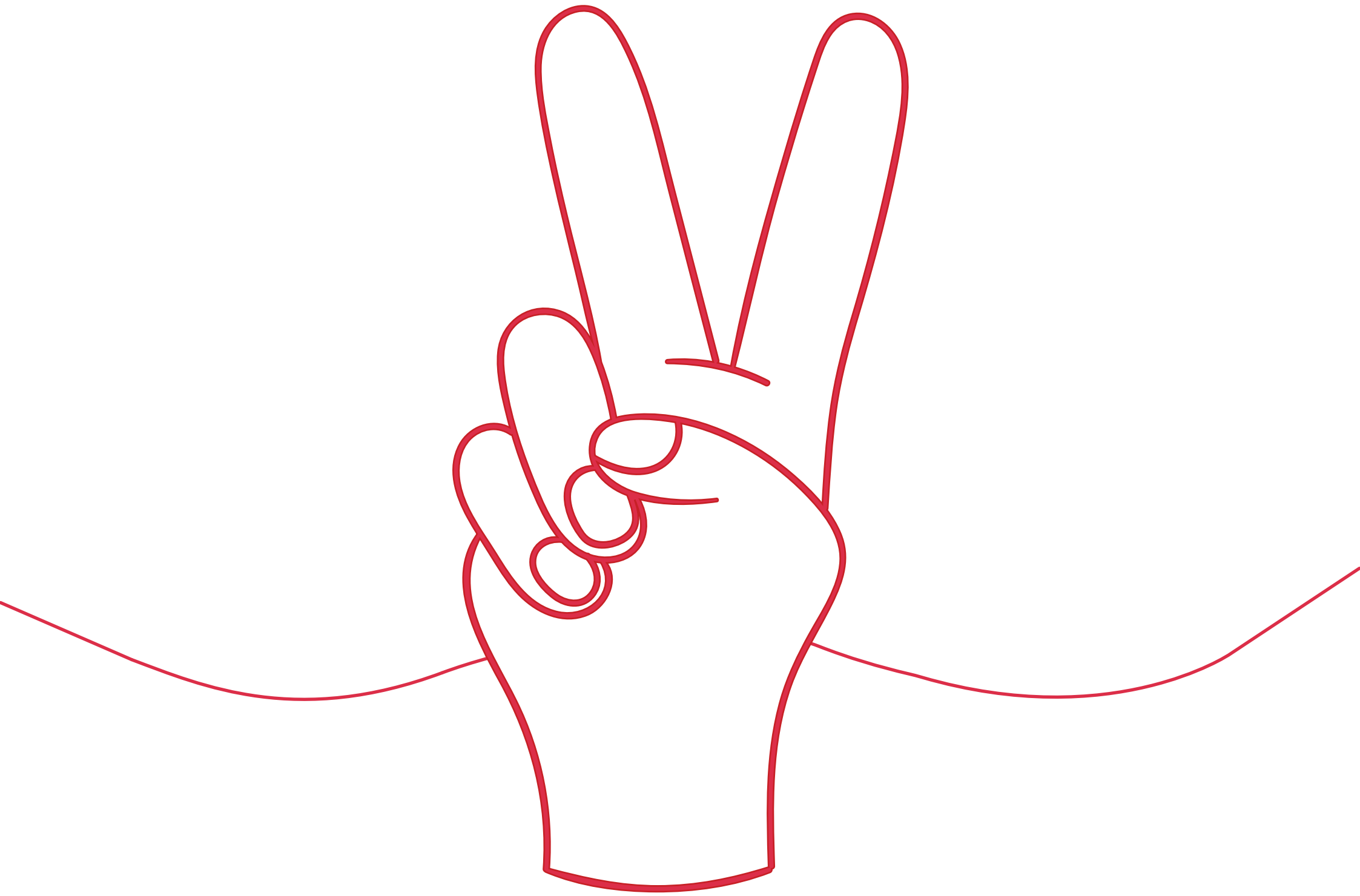
Youth power



Attraverso un uso consapevole del digitale, i giovani possono ispirare coetanei e adulti, dimostrando che Internet non è solo intrattenimento, ma anche uno spazio per imparare, collaborare e costruire opportunità.

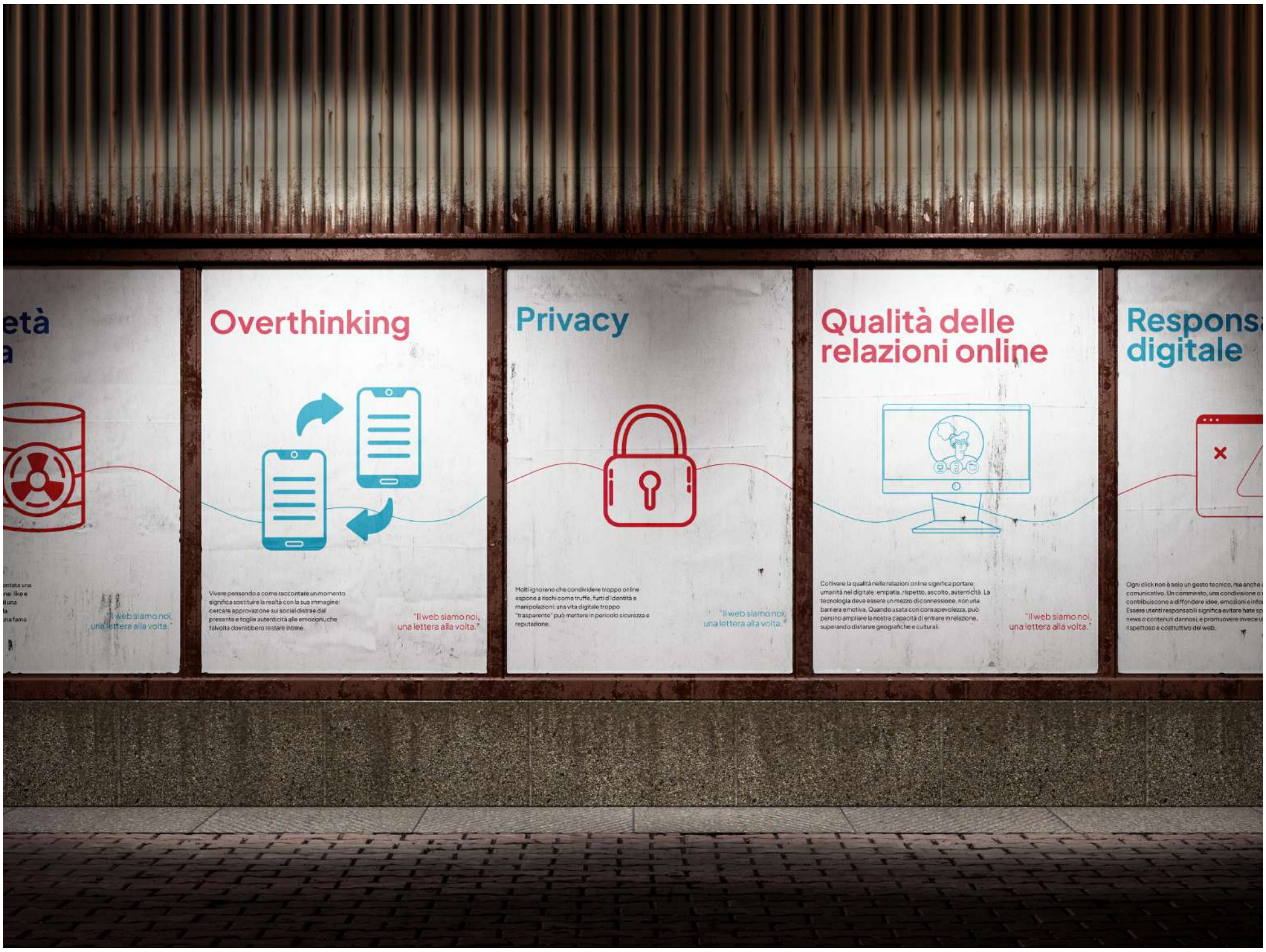
“Il web siamo noi,
una lettera alla volta.”

Zero hate

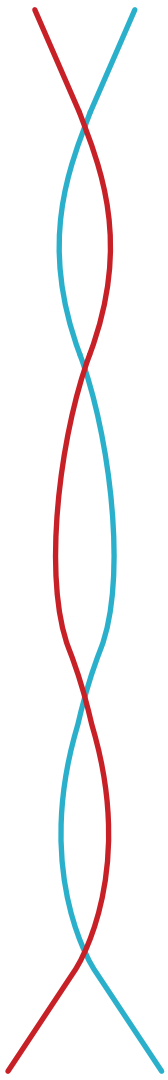


L’odio online si manifesta attraverso insulti, discriminazioni, minacce e atteggiamenti aggressivi nei confronti di persone o gruppi. Social network, forum e piattaforme digitali possono diventare spazi in cui la rabbia e la violenza verbale si diffondono rapidamente, spesso amplificate dall’anonimato.

“Il web siamo noi,
una lettera alla volta.”


età
"Il web siamo noi, una lettera alla volta."
Overthinking
Vivere pensando a come raccontare un momento significa sostituire la realtà con la sua immagine: cercare approvazione sui social distrae dal presente e toglie autenticità alle emozioni, che talvolta dovrebbero restare intime.
"Il web siamo noi, una lettera alla volta."
Privacy
Molti ignorano che condividere troppo online espone a rischi come truffe, furti d'identità e manipolazioni: una vita digitale troppo "trasparente" può mettere in pericolo sicurezza e reputazione.
"Il web siamo noi, una lettera alla volta."
Qualità delle relazioni online
Coltivare la qualità nelle relazioni online significa portare umanità nel digitale: empatia, rispetto, ascolto, autenticità. La tecnologia deve essere un mezzo di connessione, non una barriera emotiva. Quando usata con consapevolezza, può persino ampliare la nostra capacità di entrare in relazione, superando distanze geografiche e culturali.
"Il web siamo noi, una lettera alla volta."
Responsa
digitale
Troll e provocazioni
Il silenzio non è indifferenza: segnalare gli abusi e sostenere le vittime dell'odio online significa agire in modo positivo. Rispondere con rispetto e calma, invece che con rabbia, è una forma di resistenza intelligente che può dare il buon esempio agli altri.
"Il web siamo noi, una lettera alla volta."

Alfabeto visivo



Libretto per le scuole


Cyberbullismo
Dipendenza digitale
abc
Elia Zeni
Riccardo Marostica


Presentazione Progetto
Abbiamo realizzato una campagna di sensibilizzazione composta da 26 poster tematici da distribuire nelle città e un libretto informativo destinato alle scuole per formare i ragazzi.
Il progetto vuole mettere in evidenza che ogni parola, azione e comportamento in rete ha un peso e può influenzare gli altri. L'obiettivo è imparare a navigare con consapevolezza e gentilezza, ricordando che ogni lettera ha un significato e che il web è uno spazio che costruiamo insieme.
Il progetto nasce con l'obiettivo di farci riflettere sul nostro modo di utilizzare internet e sull'importanza di collaborare per costruire un ambiente digitale più sicuro, rispettoso e positivo.

