Azione “Io rinuncio” 2026**:**

**“Offline è il nuovo lusso”**

**‘Offline è il nuovo lusso’ è il motto che guida la ventiduesima edizione dell’azione “Io rinuncio”. Dal 18 febbraio, Mercoledì delle Ceneri, fino al 4 aprile, Sabato Santo, l’invito per la popolazione è di prendersi una pausa per riflettere consapevolmente sull’equilibrio tra mondo digitale e mondo analogico.**

Per diffondere questo messaggio, saranno distribuiti **segnalibri**, utilizzabili anche come **cartellini** da appendere alle maniglie delle porte. L’obiettivo è ricordare quanto sia importante, per il benessere personale e sociale, il tempo vissuto lontano dagli schermi.

La campagna sarà promossa anche con manifesti e messaggi sui social media e sui treni “Flirt”.

Durante le sette settimane di Quaresima verranno proposte diverse iniziative analogiche, in cui lo smartphone sarà volutamente lasciato in disparte. Sono inoltre previste due azioni partecipative per Tutte le organizzazioni aderenti, parteciperanno con **2 iniziative** personalizzate da realizzare internamente insieme ai propri componenti, che saranno coinvolti attivamente nelle azioni.  
“In un mondo sempre più digitale, vogliamo spostare l’attenzione su ciò che possiamo vivere solo stando offline, per comprendere e apprezzare pienamente il valore aggiunto che ne deriva. Si vuole così sensibilizzare sull’uso consapevole dei media digitali”, afferma Peter Koler del Forum Prevenzione, che insieme a Caritas, al Katholischer Familienverband Südtirol, ai dipartimenti di istruzione tedesco e ladino e all’associazione Arbeitsgemeinschaft der Jugenddienste, ha fondato questa iniziativa nel 2004. Di anno in anno ha raccolto l’adesione di sempre più istituzioni, enti e associazioni. L’Azione “Io rinuncio” è finanziata dall’Azienda Sanitaria dell’Alto Adige e dal Dipartimento provinciale alla salute.  
Ulteriori informazioni e consigli per partecipare sono disponibili su [www.aktion-verzicht.it](http://www.aktion-verzicht.it) e [www.io-rinuncio.it](http://www.io-rinuncio.it).

Bolzano, 02.12.2025