Unplug & Connect: Building Healthy Digital Habits" – pentru un echilibru sănătos în lumea digitală



Școala Gimnazială Nr. 43 „Ferdinand" Constanța participă în acest an școlar la proiectul internațional eTwinning **„Unplug & Connect: Building Healthy Digital Habits"**, adresat elevilor cu vârste cuprinse între **11 și 14 ani**.

Proiectul reunește **școli partenere din România, Italia și Turcia**, oferindu-le elevilor oportunitatea de a colabora, de a face schimb de idei și de a descoperi împreună modalități mai sănătoase și mai responsabile de utilizare a tehnologiei.

Într-o lume în care mediul digital ocupă un loc tot mai important în viața copiilor și adolescenților, proiectul își propune să îi ajute pe elevi să găsească un **echilibru sănătos între activitățile online și experiențele din viața reală** și să utilizeze tehnologia într-un mod conștient, sigur și responsabil.

Prin **ateliere interactive, discuții între elevi, jurnale foto și video, activități colaborative și utilizarea instrumentelor Web 2.0**, participanții vor explora teme de actualitate precum **starea de bine digitală, gestionarea timpului petrecut în fața ecranelor, siguranța online și sănătatea emoțională**.

Un obiectiv important al proiectului este dezvoltarea capacității elevilor de a reflecta asupra propriilor obiceiuri digitale și de a face alegeri mai echilibrate. Astfel, aceștia sunt încurajați să treacă de la rolul de simpli consumatori de conținut digital la cel de **cetățeni digitali activi, responsabili și conștienți**.

Colaborarea internațională va contribui, de asemenea, la dezvoltarea **competențelor digitale, lingvistice, sociale și interculturale**, precum și a capacității de a lucra în echipă și de a identifica soluții comune la provocările lumii digitale.

Prin **„Unplug & Connect: Building Healthy Digital Habits"**, ne dorim să îi sprijinim pe elevi să descopere că tehnologia poate fi un instrument valoros atunci când este utilizată cu măsură, responsabilitate și discernământ.

Unplug. Connect. Find the balance!