

Στόχοι για την νέα χρονιά

Αυτή τη χρονιά υπόσχομαι να...

- ... θα φροντίζω περισσότερο τις σχέσεις μου στον πραγματικό κόσμο με την φυσική και πνευματική μου παρουσία σε αυτόν.
- ... θα προστατεύω τα προσωπικά μου δεδομένα και τις συσκευές μου.
- ... θα ορίσω μια μέρα την εβδομάδα χωρίς ηλεκτρονικές συσκευές και διαδίκτυο και για να απολαύσω δραστηριότητες που πραγματικά με ευχαριστούν.
- ... θα βάζω το κινητό σε λειτουργία πτήσης και θα απενεργοποιώ το wifi το βράδυ, για να μειώσω την ακτινοβολία που δέχεται το σώμα μου.
- ... θα ορίσω συγκεκριμένη ώρα την ημέρα που θα τσεκάρω για μηνύματα, e-mails και τα social media.
- ... θα βάζω στην άκρη το κινητό μου την ώρα του φαγητού ή του καφέ με φίλους και στην έξοδο με την οικογένεια μου. Αυτό θα συμβάλει στις βελτίωση της επικοινωνίας και των σχέσεων μου.
- ... θα προστατεύω από την δημοσιότητα τις προσωπικές μου φωτογραφίες και τις φωτογραφίες στις οποίες απεικονίζονται άλλα άτομα των οποίων δεν έχω την έγκριση για δημοσίευση.
- ... θα έχω περισσότερη προσωπική επικοινωνία με τους ανθρώπους και λιγότερη διαδικτυακή.
- ... θα χρησιμοποιώ τα social media προς όφελος μου αλλά και προς το κοινό καλό και δεν θα προάγω την ρητορική του μίσους.
- ... θα αντικαταστήσω το like με μια καλή κουβέντα που θα πω στον συνάνθρωπο μου. Ένα like δεν μπορεί ποτέ να αντικαταστήσει την αγκαλιά, την προσωπική επαφή και το σ' αγαπώ.

