Lugano, 29 aprile 2025

Comunicato stampa congiunto

Happiness2.0: al via la nuova edizione del progetto su benessere e uso consapevole dei social media e dell'intelligenza artificiale in adolescenza

Il mondo digitale rappresenta una grande opportunità di crescita, ma pone anche interrogativi importanti, soprattutto per le nuove generazioni. Per stimolare una riflessione consapevole sull'uso dei social media, intelligenza artificiale e il benessere in adolescenza riparte Happiness2.0, un'iniziativa rivolta a studenti, genitori e adulti, promossa da IBSA Foundation per la ricerca scientifica, Lugano Living Lab e USI. Attraverso laboratori esperienziali e creativi, il progetto invita a esplorare temi come identità digitale, relazioni sociali e intelligenza artificiale, con l'obiettivo di promuovere un rapporto più sano ed equilibrato con il mondo online.

Dopo il successo del 2024, prende il via la seconda edizione del progetto Happiness2.0 – Uso dei social media, intelligenza artificiale e benessere in adolescenza, promosso da IBSA Foundation per la ricerca scientifica, Università della Svizzera italiana e, da quest'anno, anche dalla Città di Lugano attraverso il Lugano Living Lab, nuovo partner per le edizioni 2024-25 e 2025-26.

La collaborazione tra enti pubblici, fondazioni private e istituzioni accademiche rende il progetto Happiness2.0 un esempio virtuoso di sinergia al servizio delle nuove generazioni e della cittadinanza, per promuovere un utilizzo più consapevole e umano delle tecnologie digitali. Il progetto fa parte, infatti, dell'iniziativa di sensibilizzazione pubblica Digitale Consapevole promossa da Lugano Living Lab - Città di Lugano e rientra nel progetto *Let's Science!* promosso da IBSA Foundation e dal Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport del Canton Ticino (DECS). L'evento ha il patrocinio del DECS e il supporto scientifico della Dr.ssa Laura Marciano, Harvard T.H. Chan School of Public Health, Lee Kum Sheung Center for Health and Happiness dell'Università di Harvard.

Nel 2024 il progetto è stato finanziato dal Fondo Nazionale Svizzero per la ricerca scientifica (FNS) e ha coinvolto nella prima edizione oltre 400 studenti delle scuole superiori del Canton Ticino, promuovendo una riflessione consapevole su tematiche legate alla felicità soggettiva, allo sviluppo della personalità e al ruolo delle relazioni sociali nel contesto digitale.

Per le nuove edizioni, Happiness2.0 amplia la propria offerta con un numero maggiore di laboratori chiamati "HappyLab" dedicati non solo agli studenti, ma anche al pubblico adulto. I laboratori, ideati con un approccio esperienziale e interattivo, uniscono momenti teorici ad attività pratiche e creative, con l'obiettivo di stimolare un pensiero critico sull'impatto della tecnologia e dei social media sulla vita quotidiana e sul benessere. Tra i moduli centrali figura il laboratorio con le maschere, che esplora le dinamiche tra identità reale e virtuale. Una novità dell'edizione 2025 sarà l'introduzione del tema dell'intelligenza artificiale, oggi sempre più presente nell'ecosistema digitale e dei social media.

Le esperienze e i contenuti emersi dai laboratori HappyLab saranno presentati alla conferenza CitSciHelvetia 2025 di Losanna (5-6 giugno) e durante l'AI Week di Lugano, in programma dall'1 al 5 dicembre 2025 presso l'Asilo Ciani. In questa occasione è previsto anche un momento di dibattito aperto al pubblico, dedicato al tema dell'intelligenza artificiale e del benessere digitale, con il coinvolgimento di studenti, esperti e cittadinanza.

Gli esperti coinvolti:
I laboratori saranno guidati da un team di esperti qualificati nel campo della psicologia e della comunicazione:

- Laura Marciano, Harvard T.H. Chan School of Public Health, Lee Kum Sheung Center for Health and Happiness e responsabile scientifica del progetto;
- Silvia Misiti, Direttrice di IBSA Foundation;
- Elena Marchiori, Docente USI e Capoprogetto Lugano Living Lab, Città di Lugano;
- Peter Schulz, Professore di Teorie della comunicazione e comunicazione sanitaria dell'USI.
- Dario Gennari, Psicologo e Psicoterapeuta;
- Pietro Bianchi, Psicologo e Assistente di ricerca presso USI.

Il luogo:
I laboratori si svolgeranno presso Casa Carlo Cattaneo, un edificio storico e simbolico di Castagnola e Lugano che dal 2022 è la sede di IBSA Foundation per la ricerca scientifica. Questo luogo d'importanza culturale rappresenta un nuovo luogo di ricerca e pensiero di riferimento per la città. I partecipanti potranno quindi immergersi in un'esperienza formativa unica in un contesto nuovo, che combina riflessione, creatività e dialogo intergenerazionale.

Iscrizioni aperte agli Happy Lab:

- **HappyLab per le classi delle scuole superiori del Canton Ticino:** per aderire con la propria classe, contattare info@ibsafoundation.org
- **HappyLab per genitori e adulti,** in programma martedì 7 maggio alle ore 18.00 presso Casa Cattaneo, Lugano (posti limitati). Per annunciarsi: info@ibsafoundation.org
- È inoltre possibile preannunciarsi per la partecipazione agli **HappyLab autunno 2025 per genitori e adulti** (date in fase di definizione), sempre all'indirizzo: info@ibsafoundation.org

Tutto sul progetto:
https://luganolivinglab.ch/it/projects/happiness
https://www.ibsafoundation.org/it/happiness2.0-2025