



## Raggiungere il benessere digitale, una sfida alla volta

**Problema** La Generazione Z trascorre più di 7 ore al giorno sui dispositivi mobili. Oltre 420 milioni di persone considerano questo utilizzo eccessivo dello smartphone come un grande problema nella loro vita: si sentono meno concentrate su ciò che conta davvero.

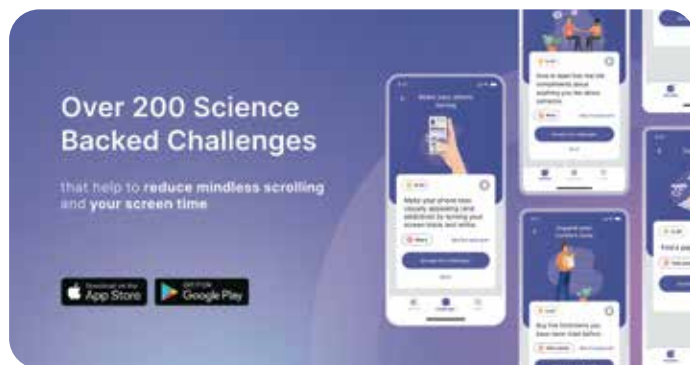
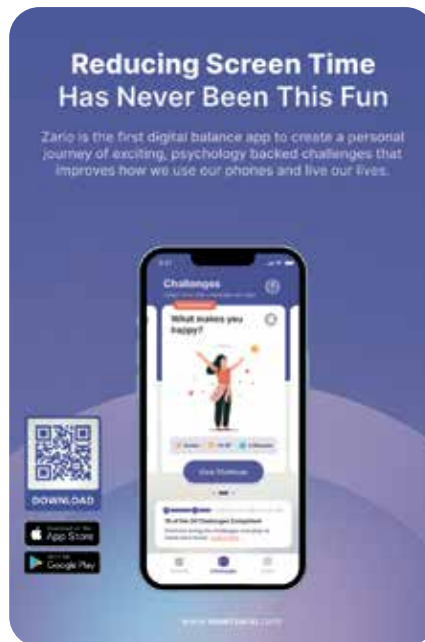
**La nostra soluzione** Zario è una piattaforma di benessere digitale che combina psicologia e gamification in sfide quotidiane volte ad aiutare le persone a vivere una vita digitalmente equilibrata, riducendo e sostituendo il tempo trascorso sullo schermo e coltivando abitudini sane, rendendo il processo coinvolgente e motivante. Gli utenti ricevono sfide quotidiane di due tipi:

- di riduzione, che aiutano a comprendere e modificare le proprie abitudini digitali - identificare i fattori scatenanti interni ed esterni, stabilire obiettivi, ecc.
- di sostituzione, che aiutano a trovare alternative coinvolgenti allo scrolling inconsapevole, suddivise in nove diverse categorie in base agli interessi e alla motivazione degli utenti.

L'applicazione è stata votata come l'app numero 1 del giorno e la numero 5 della settimana su ProductHunt.com; ha inoltre ricevuto una sovvenzione da Zühlke consulting, NTN User Centric Health Tech, Venture Kick 1&2.

Il nostro team, che vanta al suo interno il co-fondatore Killian Fjellbakk annoverato quest'anno nella classifica di Forbes 30 Under 30, sta inoltre sviluppando una nuova funzionalità, il Circuit Breaker™, che interromperà l'automatismo dell'apertura delle app che distraggono. Aprendo una nuova schermata decisionale di Zario prima di tutte le app distraenti, Zario sarà in grado di interrompere il circuito della dopamina e di affrontare il problema alla radice.

Per saperne di più  
[www.meetzario.com](http://www.meetzario.com)



UN PROGRAMMA DI



CON LA COLLABORAZIONE DI



SOSTENUTO E FINANZIATO DA



SPONSORIZZATO DA



PARTNER ISTITUZIONALI



MEDIA PARTNER



NETWORK PARTNER



SPONSOR



CO-SPONSOR

