

# День без интернета. Как отметить необычный праздник

30 января отмечается Международный день без интернета. Сегодня все мы не просто привыкли к всемирной паутине. Не будет преувеличением сказать, что мы от неё всецело зависим.

Миллионы людей открывают глаза и сразу берутся за телефон – почитать новости в интернете, проверить электронную почту, ответить на сообщения в мессенджерах, прокомментировать посты и фотографии друзей и знакомых. То же самое большинство делает перед сном. А у многих ещё и работа связана с интернетом.

Без него современный человек обойтись не может, даже если такова его принципиальная позиция. Ведь интернет нужен не только для работы и развлечений: записаться к врачу, в школу или детский сад, оплатить коммунальные услуги или покупки, срочно перевести деньги. Сложно представить нашу жизнь сегодня без чатов, форумов, соцсетей, YouTube...

В такой ситуации фраза «день без интернета» звучит если не как катастрофа, то точно как серьёзная проблема, решить которую люди стремятся как можно скорее. И тем не менее, есть и праздник с таким названием! Его отмечают в последнее воскресенье января.

## Кто и зачем придумал День без интернета

Как и всё в этом мире, интернет несёт в себе не только пользу, но и серьёзный вред. От постоянного «зависания» в интернете ухудшаются осанка и зрение, развиваются болезни сустава, повышается эмоциональная возбудимость. Но и это не самое страшное. Люди стали всё больше времени и внимания уделять виртуальному общению, забывая про тех, кто рядом. Порой нам важнее проверить, много ли лайков набрали наши семейные снимки в соцсети, чем спросить, как прошёл день у своего ребёнка. Появился даже такой термин, как интернет-зависимость.

Поэтому и было решено учредить такой праздник и хотя бы один день провести без интернета. По одной из версий эта идея принадлежит сотрудникам Британского института социальных изобретений. 7 января 2001 года они впервые провели акцию «International Internet Free Day».



Британцы призывали мировое сообщество отвлечься от компьютеров и Всемирной паутины и посвятить больше времени живому общению.

Да, собственно говоря, не так важно, кто придумал и первым предложил. Важно, что теперь такой праздник есть и его нужно как-то праздновать.

## Как праздновать День без интернета

Раз уж придумали праздник активисты, им и карты в руки. В День без интернета обычно устраивают просветительские мероприятия, флешмобы, семинары, на которых рассказывают, почему необходимо хоть иногда выныривать из глубин интернета.

Присоединиться к празднованию совсем не трудно. День без интернета приходится на воскресенье, а значит, рабочие дела могут подождать до понедельника. А вы можете уделить время семье. Пригласите друзей в гости, сходите в кино или театр, а в музей давно бывали? Вот как раз и отличный повод заглянуть туда! Прогуляйтесь по городу в дружной компании или отправляйтесь на природу. Погода этой зимой не радует, поэтому традиционные зимние забавы можно отложить. Зато можно отправиться в однодневное путешествие в соседний город.

Если нет подходящей компании, можно провести день за интересной книгой или посвятить время хобби. Вспомните, чем вы любили заниматься, пока не погрузились в интернет с головой? Наверняка рисовали, шили, пекли пироги или радовали себя и близких чем-то ещё.

Не забудьте про ледовый дворец, аквапарки и развлекательные комплексы.

Каким будет ваш День без интернета, решать только вам. Главное, чтобы он был наполнен реальными действиями, живым общением, добрыми улыбками и эмоциями, которых вам хватит до следующего такого дня. Кстати, когда будет следующий День без интернета и сколько их будет в году, тоже зависит от вас.

