

Organização lança no Brasil movimento Um Dia sem Internet

Sair da rotina da internet e das redes sociais de todo o mundo, incentivando, por outro lado, o tempo offline com qualidade, é o objetivo do primeiro Dia do Reset (Reset Day), que será lançado nesta quarta-feira (26), no Brasil, pela Outward Bound Brasil (OBB), organização educacional internacional voltada ao desenvolvimento humano por meio de experiências ao ar livre.

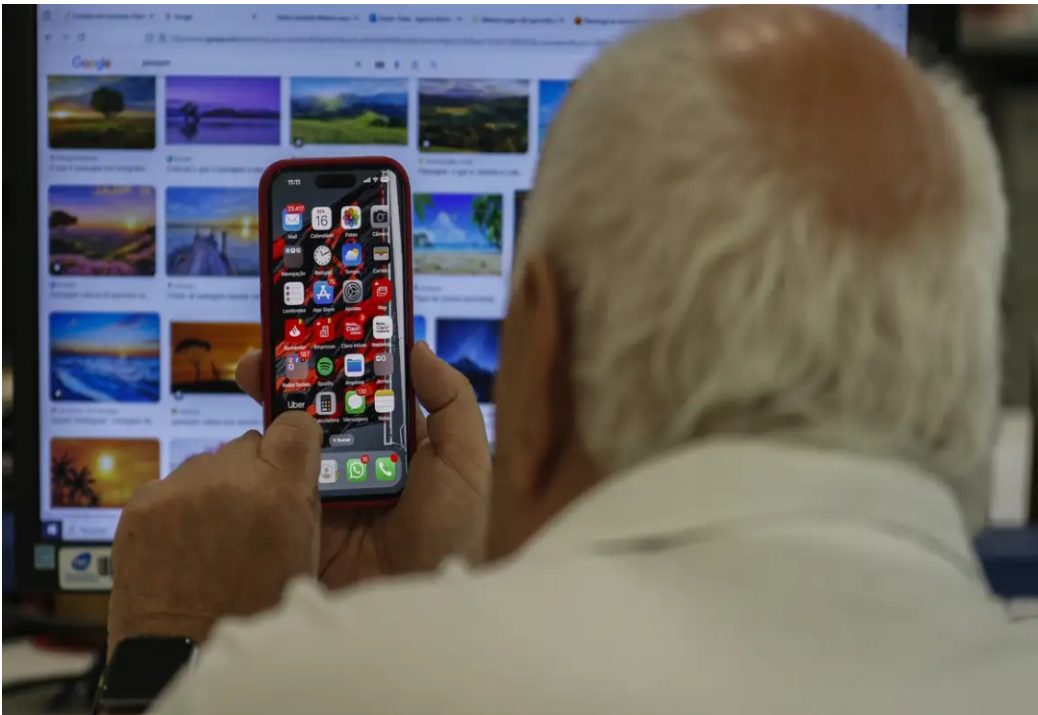
O dia será marcado pelo lançamento de um filme manifesto e a abertura de inscrições para a ação, que acontecerá no dia 26 de setembro próximo, em todo o país. A iniciativa é gratuita e baseada na escolha do que cada pessoa fará com a sua pausa das redes.

A intenção é engajar 200 mil brasileiros simultaneamente e registrar entre 250 mil a 700 mil horas desconectadas de redes e dispositivos por 24 horas. O conceito é Um dia. Redes Sociais fora do ar. Você dentro da vida.

O Dia do Reset foi criado pela Outward Bound nos Estados Unidos, em 2025, com o nome The Reset. A iniciativa convida jovens, famílias, escolas, empresas e comunidades a realizarem uma pausa voluntária das redes e dedicarem esse período à natureza, à convivência, às relações presenciais e à reconexão consigo mesmos.

Na edição inaugural nos Estados Unidos foram reunidos 51 mil participantes, resultando em 328 mil horas de desconexão digital.

Fundada em 1941, em Aberdyfi, no Reino Unido, a



Outward Bound é pioneira na aprendizagem experiencial ao ar livre.

A organização está presente em seis continentes, onde realiza experiências voltadas ao desenvolvimento humano. No Brasil, a OB está desde o ano 2000.

A organização utiliza a natureza como parte central de sua metodologia, desenvolvendo programas para crianças, adolescentes, adultos, famílias, escolas, organizações sociais e empresas.

Ansiedade e depressão
Estudos mostram que, no Brasil, as pessoas costumam passar em torno de 116 horas por semana conectadas à internet, o que significa a média de 52 anos, 9 meses e 16 dias vividos de forma online.

De acordo com estimativas, o Brasil seria o segundo país no mundo em tempo médio de uso de redes sociais.

O conselheiro da OBB

Eduardo Becker chama a atenção para os números que o Brasil apresenta.

“O Brasil figura sempre entre os primeiros lugares no tempo de uso de redes sociais, com 54% dos jovens tendo algum quadro de ansiedade ou pânico; 80% não fazem o mínimo de atividade física recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS)”, alerta o conselheiro.

Becker avalia que o que se observa é uma pandemia silenciosa. E ressalta, no entanto, que o Dia do Reset não é contra a tecnologia.

“Todos nós usamos a tecnologia. O evento só quer jogar luz sobre a questão do equilíbrio. É quando a gente usa a tecnologia de forma intencional ou quando ela está usando a gente. O que nós queremos é que as pessoas entendam que a tecnologia tem seu papel, mas que estar presente nos lugares, entender que a vida real é mais importante é uma questão de saúde”, disse Becker à Agência Brasil.

O diretor executivo da Outward Bound Brasil, Andreas Martin, conhecido por Fish,

acrescenta que a proposta não é se desconectar da tecnologia, mas alcançar o equilíbrio e ter em mente que antes de sermos usuários digitais, somos pessoas.

“E construir uma vida significativa exige tempo, presença e espaço para estar com o outro e consigo mesmo”, ressalta.

Escolha pessoal
A proposta do dia sem internet convida as pessoas a voltar ao dia a dia, e que cada participante que se inscrever escolha como vai preencher o tempo livre durante a ação, com caminhada, banho de rio, jogo em família, rodas de conversa. Algumas horas de contemplação offline são algumas sugestões.

Mais de 80 empresas já foram mobilizadas para o dia 26 de setembro. O movimento conta também com patrocinadores que financiam bolsas para jovens em situação de vulnerabilidade em programas educacionais da OBB. Escolas, empresas e famílias poderão organizar suas próprias atividades, cada uma no seu formato.

Apoiam a mobilização, entre outras personalidades, o pediatra Daniel Becker; o escritor e educador Ilan Brenman; Aretha Duarte, primeira mulher negra latino-americana a alcançar o cume do Everest; Gabriel Abdalla, idealizador da plataforma Reconecta; e Beto Pandiani, conhecido velejador brasileiro.

O ponto de contato para a ocupação de espaços públicos é o coletivo Entre Parques.

O movimento disponibilizará pelo site oficial o acesso a materiais educativos e guias de atividades sugeridas.

Fonte: Agência Brasil
Foto: Joédson Alves/Agência Brasil

COMPANHIA AGRÍCOLA DO JOHA - CAJÁ

CNPJ Nº 10.593.804/0001-03 - Emp. Benef. do FINOR - AGO/E-CONVOCAÇÃO - Ficam convidados os Acionistas a se reunirem no dia 04.09.2026, às 08:00 horas, na sede da empresa, à Av. Manoel Borba, 324, apto. 606, Boa Vista, Recife-PE, a fim de deliberar sobre a seguinte ordem do dia: **EM AGO** - a) Matérias de que trata o Artigo 132, da Lei nº 6.404/76 referente ao exercício social encerrado em 31.12.2025; **EM AGE** - a) Aumento de capital mediante incorporação de imóvel rural; b) Alteração do Estatuto Social; c) Demais assuntos que sejam pertinentes e correlatos. Recife-PE, 25.08.2026 - **Luiz Meira Freire** - Diretor Executivo.



Documento assinado e certificado digitalmente no dia 26/08/2025 conforme MP nº 2.200-2. A autenticidade pode ser conferida ao lado



Conteúdo produzido pelo [Jornal Diário da Manhã](#) pe. A autenticidade deste documento pode ser comprovada pelo QR code ao lado

DIÁRIO DA MANHÃ O MAIS LIDO

Tempo hoje em Recife

26°
22°



DM - Dolar hoje



Dólar Comercial : 5,1620



Dólar Turismo : 5,3054

ANUNCIAR

(81)3424-6989/3224-6967

(81)99894-9401

(81) 99871-0165