



Staccare la spina in tutta semplicità con «My Time» di Swisscom

Decidere autonomamente quando essere raggiungibili sullo smartphone? Proprio a tale scopo Swisscom lancia l'app gratuita My Time. «My Time si propone di aiutare i nostri clienti a prendersi consapevolmente una pausa e a riflettere sull'uso che fanno degli strumenti digitali», afferma Marc Werner, responsabile Clienti privati di Swisscom. My Time è da subito disponibile nel Google Play Store per tutti i dispositivi Android con Android 4.0 o versione successiva e dal primo trimestre 2015 sarà fruibile anche per gli iPhone.

Digital Detox – è questo il nome della nuova tendenza a rinunciare consapevolmente allo smartphone per determinati intervalli di tempo. Questa pausa può essere impiegata per tante altre cose: per intrattenersi indisturbati con altre persone, per lavorare con concentrazione o per godersi un momento di pace. L'app gratuita My Time, sviluppata da Swisscom in collaborazione con la start-up OFFTIME, permette di programmare delle fasce orarie in cui non si desidera essere reperibili. Secondo un sondaggio condotto dall'istituto specializzato in ricerche di mercato LINK su incarico di Swisscom, circa il 60% degli intervistati spegne di tanto in tanto il proprio smartphone per non essere raggiungibile per un po' di tempo. Con My Time i clienti possono bloccare uno o più servizi e app, o addirittura tutti, oppure consentire solo le chiamate di talune persone. Durante queste pause l'app risponde alle richieste di contatto, se desiderato, sotto forma di un SMS personalizzato in cui è indicato quando si tornerà a essere raggiungibili. Una volta terminata la pausa, My Time fornisce un riepilogo degli eventi persi. «L'impiego della tecnologia e l'equilibrio tra lavoro e tempo libero sono strettamente legati tra di loro», dice Alexander Steinhart, CEO di OFFTIME, «My Time si propone di aiutare i clienti di Swisscom a gestire lo smartphone con più autodeterminazione».

Self-Tracking con My Time

Grazie a My Time, chi desidera avere maggiori informazioni sulle proprie abitudini di utilizzo dello smartphone riceve dati dettagliati in proposito. L'app mostra infatti per che cosa e con quale frequenza è stato fatto uso dello smartphone per singoli servizi quali Social Media, internet mobile,



swisscom

Comunicato stampa

app o anche telefonia. In tal modo i clienti hanno un quadro migliore delle proprie abitudini. E, di tanto in tanto, possono programmare più facilmente delle pause volute.

Berna, 25 novembre 2014

www.swisscom.ch/mytime

Informazioni su (OFFTIME)

(OFFTIME) è una giovane start-up post-tech di Berlino. I nostri servizi contribuiscono a staccare la spina in tutta semplicità e a trovare un miglior equilibrio tra vita online e vita offline nonché tra lavoro e tempo libero. L'app My Time è nata in collaborazione con Swisscom.

<http://offtime.co>

Dettagli sul sondaggio

Tra il 17 e il 27 ottobre 2014 sono state intervistate complessivamente 1'044 persone nella Svizzera tedesca (815) e nella Svizzera francese (229) che parlano una delle lingue nazionali e usano internet almeno una volta alla settimana per scopi privati. Il campione è stato ponderato secondo criteri di rappresentatività della «popolazione internet» svizzera. Il sondaggio è stato realizzato dall'Istituto LINK su incarico di Swisscom allo scopo di analizzare le abitudini di utilizzo dello smartphone della popolazione svizzera.