

1	A	Would you like to join our group next weekend?	Ti piacerebbe unirti al nostro gruppo il prossimo fine settimana?
2		We are planning to start a digital detox .	Stiamo progettando di iniziare una disintossicazione digitale.
3	B	Oh, what's that exactly?	Oh, cos'è esattamente?
4	A	It's about gradually reducing our screen time ,	Si tratta di ridurre gradualmente il tempo trascorso davanti allo schermo,
5		so that we can focus on other activities we enjoy,	in modo che possiamo concentrarci su altre attività che ci piacciono,
6		like meeting friends, reading, or spending time in nature.	come incontrare gli amici, leggere o trascorrere del tempo nella natura.
7	B	That sounds interesting.	Sembra interessante.
8		I've been feeling a bit overwhelmed by technology, too.	Anch'io mi sento un po' sopraffatto dalla tecnologia.
9	A	Yeah, so we are planning to disconnect for a while	Sì, quindi stiamo programmando di staccare la spina per un po'
10		and focus on more meaningful things.	e concentrarsi su cose più significative.
11	B	Definitely. I realize I'm constantly checking my phone.	Decisamente. Mi rendo conto di controllare costantemente il telefono.
12	A	Exactly! So, next weekend we are staying in the countryside.	Esattamente! Quindi il prossimo fine settimana resteremo in campagna.
13		We will keep our smartphones in a big box all the time.	Terremo i nostri smartphone in una grande scatola per tutto il tempo.
14	B	That sounds like a plan.	Sembra un buona idea.
15		Count me in. Let's give it a try.	Ci sto. Facciamo un tentativo.

Pronunciation:

'daɪələg 'twenti

1 wəd ju laɪk tə dʒɔɪn 'aʊə gru:p nekst ,wi:k'end? – 2 wi ə 'plæniŋ tə stɑ:t ə 'di:dʒɪtəl 'di:tɒks. – 3 əʊ, wɒts ðæt ɪg'zæktli? – 4 its ə 'baʊt 'grædʒuəli ri'dju:sɪŋ 'aʊə skri:n taɪm, - 5 səʊ ðæt wi kən 'fəʊkəs ɒn 'lðər æk'tɪvətɪz wi ɪn'dʒɔɪ, - 6 laɪk 'mi:tɪŋ frendz, 'ri:dɪŋ, ɔ: 'spændɪŋ taɪm ɪn 'neɪtʃə. – 7 ðæt saʊndz 'ɪntrestɪŋ. – 8 aɪv bi:n 'fi:lɪŋ ə bɪt 'əʊvə'wɛlmd baɪ tɛk'nɒlədʒi, tu:. – 9 jeə, səʊ wi ə 'plæniŋ tə ,dɪskə'nekt fər ə waɪl - 10 ənd 'fəʊkəs ɒn mɔ: 'mi:nɪŋfəl θɪŋz. – 11 'defɪnɪtli. aɪ 'ri:əlaɪz aɪm 'kɒnstəntli 'tʃekɪŋ maɪ fəʊn. – 12 ɪg'zæktli! səʊ, nekst ,wi:k'end wi ə 'steɪɪŋ ɪn ðə 'kʌntri saɪd. – 13 wi wɪl ki:p 'aʊə 'smɑ:tfəʊnz ɪn ə bɪg bɒks ɔ:l ðə taɪm. – 14 ðæt saʊndz laɪk ə plæn. – 15 kaʊnt mi ɪn. lets gɪv ɪt ə traɪ.