

¡Acabemos con la adicción a Internet!



IADliber Project



[Home](#)

[Contact](#)

[About Us](#)

IADliber pretende **reforzar** a los educadores de adultos con menos oportunidades en sus esfuerzos por aumentar sus competencias necesarias para identificar y contrarrestar la **adicción a Internet**.



Co-funded by
the European Union

Financiado por la Unión Europea. No obstante, las opiniones y puntos de vista expresados son exclusivamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o la Agencia Nacional (AN). Ni la Unión Europea ni la AN son responsables de las mismas.

SOBRE NOSOTROS

La adicción a Internet es un término amplio que abarca una serie de comportamientos y problemas de control de los impulsos relacionados con Internet, los ordenadores personales y la tecnología móvil.

Kit de supervivencia



Recopilación de contenidos que potenciarán las habilidades necesarias para la atención plena y otros métodos de concentración, autoconciencia y evaluación fiable de la situación.

Aplicación móvil

Espacio digital con tarjetas de acción y cuestionarios que ayudan a comprobar los síntomas observados de adicción a Internet y a asignarles medidas correctoras específicas.



¡No se pierda nada!

Los socios



Centrum Wspierania
Edukacji
i Przedsiębiorczości



T.C. İSTANBUL VALİLİĞİ

