

Powstrzymajmy uzależnienie od Internetu!



Projekt IADliber



[Strona główna](#)

[Kontakt](#)

[O nas](#)

IADliber ma na celu **wsparcie** edukatorów osób dorosłych o ograniczonych możliwościach w ich wysiłkach na rzecz zwiększenia kompetencji niezbędnych do identyfikowania i przeciwdziałania **uzależnieniu od Internetu**



O NAS

Uzależnienie od Internetu to szeroki termin, który obejmuje szereg zachowań i problemów z kontrolą impulsów związanych z Internetem, komputerem osobistym i technologią mobilną.



Niezbędnik

Zbiór treści, które wzmocnią niezbędne umiejętności związane z uważnością i innymi metodami skupienia, samoświadomości i rzetelnej oceny sytuacji.

Aplikacja mobilna

Cyfrowa przestrzeń z kartami i quizami, które pomagają sprawdzić zaobserwowane objawy uzależnienia od Internetu i przypisać je do określonych kroków zaradczych.



Nie przegap niczego!



Partnerzy



Centrum Wspierania
Edukacji
i Przedsiębiorczości



T.C. İSTANBUL VALİLİĞİ

