



IADLIBER

2022-1-RO01-KA220-ADU-000087209



Cofinanciado pela
União Europeia

O projeto IADliber chegou ao fim!

Website do IADLiber

Temos o prazer de anunciar a conclusão bem sucedida do nosso projeto dedicado ao combate à Perturbação de Dependência da Internet (PDI)! Ao longo dos últimos meses, a nossa equipa dedicada desenvolveu um Kit de Sobrevivência inovador e uma aplicação móvel de fácil utilização, concebidos para melhorar as competências essenciais em termos de atenção plena, concentração e autoconsciência.

Estes recursos visam capacitar os indivíduos com ferramentas fiáveis para a autoavaliação e o crescimento pessoal, promovendo uma sociedade mais instruída e mais resistente aos desafios colocados pela PDI. O Kit de Sobrevivência fornece estratégias e exercícios práticos, enquanto a aplicação móvel oferece conteúdos interativos com os quais os utilizadores podem interagir a qualquer hora e em qualquer lugar, sem qualquer ligação à Internet, após descarregada.



O projeto é vital, pois capacita os técnicos de ação social e os educadores de adultos com as competências e os conhecimentos necessários para abordar e mitigar o problema crescente da dependência da Internet. Utilizando os exercícios do Kit de Sobrevivência e participando nos questionários da aplicação móvel, estes profissionais podem melhorar a sua capacidade de identificar, prevenir e gerir eficazmente a dependência da Internet. Esta dupla abordagem não só reforça as suas competências, como também lhes fornece ferramentas práticas para apoiar os indivíduos que lutam contra a dependência da Internet, fomentando hábitos digitais mais saudáveis e promovendo o bem-estar geral nas comunidades. O projeto funciona, assim, como um recurso fundamental para criar resiliência e apoiar a inclusão social numa era digital.

Os Seminários Nacionais

O consórcio IADliber executou com sucesso uma série de seminários nacionais de promoção visando disseminar os principais resultados do projeto. Estes seminários serviram de plataforma para apresentar os dois principais produtos: o Kit de Sobrevivência, um recurso essencial para lidar com esta preocupação crescente, fornecendo estratégias e ferramentas práticas para mitigar os impactos negativos da utilização excessiva da Internet, e a Aplicação Móvel que serve tanto como uma ferramenta educativa como um meio de autoavaliação, garantindo que os educadores estão bem equipados para compreender e abordar as nuances da dependência da Internet nas suas práticas profissionais.

Através destes seminários, o consórcio comunicou eficazmente o valor e a funcionalidade destes resultados, promovendo assim os objetivos do projeto e fomentando uma compreensão mais alargada da prevenção e intervenção em matéria de dependência da Internet.

Juntos, podemos cultivar uma sociedade consciente e resiliente, equipada para enfrentar os desafios da era digital e promover o bem-estar de todos.



A parceria reuniu-se em Maiorca, Espanha, para a última reunião presencial de parceiros

IMPACTO E SUSTENTABILIDADE

A implementação do Kit de Sobrevivência e da aplicação móvel teve um impacto significativo e positivo no grupo-alvo de educadores de adultos. De seguida, descrevem-se os principais aspectos deste impacto: melhoria dos conhecimentos e das competências, aumento da confiança e da competência dos educadores de adultos, melhoria dos resultados educativos e aumento da sensibilização e da defesa da dependência da Internet.

É com grande entusiasmo que anunciamos que o sítio Web do nosso projeto foi renovado e está agora disponível com novos conteúdos interessantes! Visite-nos para aceder a uma grande quantidade de informações, incluindo os resultados das nossas recentes iniciativas. Pode encontrar as ligações para descarregar os dois resultados (Survival Kit e Mobile App) e os relatórios detalhados da fase inicial de investigação no Website.

O nosso Website funciona como um recurso abrangente, apresentando as nossas descobertas sobre a perturbação de dependência da Internet (PDI) e fornecendo informações sobre os métodos que desenvolvemos para melhorar a atenção plena e a autoconsciência. Encontrará também ferramentas e recursos valiosos concebidos para apoiar indivíduos e educadores.

Obrigado a todos os que contribuíram para este projeto. Juntos, estamos a dar passos em frente em direção a uma sociedade mais consciente e resiliente.



Projeto IADLiber

SIGAM-NOS



www.iadliber.erasmus.site

OS PARCEIROS



Centrum Wspierania
Edukacji
i Przedsiębiorczości



T.C. İSTANBUL VALİLİĞİ



Driving Excellence & Innovation