

„Środa z Profilaktyką” w temacie higieny cyfrowej



„Środa z Profilaktyką” w temacie higieny cyfrowej

Data publikacji
31.03.2021 10:31

Tematem dzisiejszej „Środy z Profilaktyką” organizowanej przez NFZ

będzie higiena cyfrowa czyli profilaktyka e-uzależnień.

- 11,9% polskich nastolatków w wieku 12–17 lat nadużywa Internetu.
- Użytkownicy Internetu to częściej dziewczęta niż chłopcy oraz starsze nastolatki w wieku 15–17 lat.
- 54,4% młodych ludzi miała kontakt z niebezpiecznymi treściami w Internecie.
- Trudne relacje społeczne – brak akceptacji, nieśmiałość, samotność, zamknięcie na innych ludzi zwiększają ryzyko e-uzależnień.
- Higiena cyfrowa to działania ograniczające czas spędzany z telefonem, w serwisach społecznościowych i innych aplikacjach. To rozsądne stawianie granic oraz kontrola w użytkowaniu Internetu i nowych technologii.

Więcej informacji w poniższych materiałach informacyjnych.

[Ulotka informacyjna](#)

[Film informacyjny](#)

Źródło: <https://akademia.nfz.gov.pl/wp-content/uploads/2021/03/HIGIENA-CYFROWA-CZYLI-PROFILAKTYKA-E-UZALE%20NIENIE%2083.pdf>

Grafika: <https://pixabay.com/pl/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)