



Starosta Powiatu Warszawskiego Zachodniego, Dyrektor Zespołu Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych Powiatu Warszawskiego Zachodniego im. Ireny Sendlerowej
wraz z Radą Pedagogiczną

zapraszają

**na wykład on-line dla rodziców dzieci z terenu
Powiatu Warszawskiego Zachodniego**

**„Fonoholizm i higiena cyfrowa – jak zapobiegać e-uzależnieniom
dzieci i dorosłych?”**

w dniu 12 maja 2021 roku o godzinie 18.00.

W trakcie wykładu będzie możliwość zadawania pytań prowadzącym

Prosimy o zgłoszenie chęci udziału do dnia 10 maja 2021r. za pomocą poczty elektronicznej:
higiena.cyfrowa@zpppblonie.pl

Przy zgłoszeniu należy podać swój adres e-mail, na który zostanie przesłany link wykładu.
Uczestników prosimy o zabezpieczenie sobie spokojnego i cichego miejsca umożliwiającego pełne uczestnictwo w forum. Liczba uczestników jest ograniczona.

Program spotkania:

18.00-19.30 Wykład „Fonoholizm i higiena cyfrowa – jak zapobiegać e-uzależnieniom dzieci i dorosłych?” – M. Bigaj.

Podjęmowana tematyka:

- Dlaczego życie w świecie cyfrowym jest tak ważne dla młodych osób?
- Młodzi Cyfrowi – kogo przyszło nam wychowywać
(na podstawie wyników badań na próbie 50 tys. uczniów)
- W jaki sposób mózg młodych osób uzależnia się od nowych technologii?
- Co to jest higiena cyfrowa i w jaki sposób właściwie o nią zadbać w domu?
- Na co zwrócić uwagę w przypadku edukacji zdalnej?
- Jak ustalać domowe zasady korzystania z nowych technologii?

Wykładowca

Magdalena Bigaj

Wiceprezeska Fundacji „Dbam o mój zasięg”. Działaczka społeczna i ekspertka komunikacji społecznej.
Członkini Komitetu Dialogu Społecznego Krajowej Izby Gospodarczej.

Realizuje projekty edukacyjne i badawcze z obszaru wpływu nowych technologii na ich użytkowników oraz prowadzi szkolenia dzieci i dorosłych z zakresu profilaktyki fonoholizmu, cyberprzemocy oraz higieny cyfrowej w miejscu pracy. W pracy badawczej zajmuje się związkami pomiędzy korzystaniem z nowych technologii przez pracowników a ich dobrostanem, poziomem technostresu i samokontrolą. Od 2006 roku związana zawodowo z rynkiem mediów i nowych technologii.

Ekspertka Komitetu Dialogu Społecznego w zakresie psychospołecznych aspektów pracy. Posiada certyfikaty z komunikacji metodą dialogu bez przemocy (NVC) oraz przeciwdziałania mobbingowi i dyskryminacji. Fundatorka Fundacji BPD Na Rzecz Borderline i Osób Wrażliwych. Absolwentka dziennikarstwa i komunikacji społecznej na Wydziale Dziennikarstwa i Nauk Politycznych Uniwersytetu Warszawskiego.