KONFERENCJA

Człowiek w świecie cyfrowym.

Uzależnienia, zagrożenia i profilaktyka
zdrowej higieny cyfrowej.

DĄBROWA GÓRNICZA
dla aktywnych

Zadanie publiczne jest finansowane ze środków
Urzędu Miejskiego w Dąbrowie Górniczej

TEMATY WYKŁADÓW:

- **Zanim zniknę za ekranem**
  - uzależnienia behawioralne.

- **Asertywność w kontekście higieny cyfrowej**
  - czyli o tym, jak wzmacniać zasoby.

- **Granice i możliwości:**
  - rola samorządu w przeciwdziałaniu uzależnieniom behawioralnym.

DEBATA:

Profilaktyka i dobre praktyki.
Jak budować zdrową higienę cyfrową
w rodzinie i środowisku lokalnym?

5 LISTOPAD 2026
GODZ. 9:00 - 13:30

SALA SESYJNA
URZĄD MIASTA
DĄBROWA GÓRNICZA
UL. GRANICZNA 21

Zarejestruj się:

Wydarzenie nieodpłatne!

PRELEGENCI:

MGR KATARZYNA KUDYBA

Psycholog, pedagog, seksuolog.
Autorka tekstów do Newsweek
Psychologia Nastolatka,
Medycyna-Praktyczna Pediatria.

DR AGNIESZKA PASZTAK-OPIŁKA

Psycholog kliniczny, certyfikowany
psychoterapeuta poznawczo-behawioralny,
MBA, trener TUS.

MGR SŁAWOMIR PIETRZAK

Psycholog, Członek Zespołu Ekspertów
ds. profilaktyki i rozwiązywania problemów
alkoholowych i przeciwdziałania narkomanii
na poziomie lokalnym i wojewódzkim przy
Krajowym Centrum Przeciwdziałania
Uzależnieniom.

Fundacja
na rzecz Zdrowia
Psychicznego
i Aktywności Społecznej
"Przystań"