

Psyche im Griff?!

Seminare zur seelischen Gesundheit im offenen Dialog



Wir laden Sie herzlich ein zum Thema:

Medienkonsum

Medien verantwortlich nutzen

Am 11. Februar 2025

von 18:00 - 19:30 Uhr

**Ort: Begegnungsstätte der Brücke
Neumünster gGmbH**

Mit Zunahme der Nutzung von digitalen Medien *. ist der Umgang mit Medien- oder Bildschirmzeit ein präsent Thema. Nicht nur für Jugendliche und junge Erwachsene ist das Thema interessant - immer mehr Menschen wollen „Digital Detox“ angehen. Aus gutem Grund. Wann ist die Nutzung von Medien zu viel? Wann wird es eine Sucht? Was sind Vorteile, aber auch Gefahren und Nachteile von häufigem Medienkonsum?

Darüber wollen wir mit Ihnen -analog und persönlich ins Gespräch gehen und Erfahrungen austauschen. Herr Christoph Haaß wird als Experte im Suchtbereich zur Verfügung stehen. Er arbeitet in der Suchtberatungsstelle des Therapiehilfeverbundes in der Alten Tuchfabrik.

**Unter Medienkonsum wird die Nutzung von Bildschirmmedien zum passiven Konsum, zum Spielen oder zur Kommunikation verstanden. Die Gerätetypen (Fernsehgeräte, Computer, Spielekonsolen, Handys, Tablets) ermöglichen mittlerweile alle diese Nutzungsarten.*

Eine Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich.

Mail: ad@bruecke-ggmbh.de Telefon: 04321 47770

Eine Veranstaltungsreihe in Kooperation: Die Brücke Neumünster gGmbH
DRK Kreisverband Neumünster e. V., Friedrich- Ebert-Krankenhaus GmbH (FEK),
Psychiatrische Tagesklinik Neumünster gGmbH



Deutsches
Rotes
Kreuz

Die **Brücke**
Neumünster



Eine gemeinsame Einrichtung mit



Zentrale Kontaktstelle für
**Selbsthilfe
Neumünster**