



STOP DIGITALNOJ DEMENCIJI



STOP DIGITALNOJ DEMENCIJI

Živimo u vremenu intenzivnog razvoja digitalnih tehnologija (DT) i njihovog utjecaja na život svakog čovjeka, a iznimno na razvoj djece. Potrebe za korištenjem DT konstantno se povećavaju, a paralelno s tim povećava se i njihov negativan utjecaj. Od iznimne je važnosti na vrijeme djelovati u smjeru maksimalnog smanjenja negativnih učinaka DT, a jedna od najznačajnijih posljedica ovisnosti o digitalnim tehnologijama je **digitalna demencija**.

Digitalna demencija je pojam koji se odnosi na atrofiju određenih dijelova mozga koja za posljedicu ima slabljenje mentalnih funkcija kao što su pažnja, koncentracija, memorija, ali i razvoj negativnih emocija kao što je depresija, a sve kao posljedica ovisnosti o digitalnim tehnologijama.

I što sad?

TAKE HOME MESSAGE

1. Previše vremena uz digitalne tehnologije = ovisnost o digitalnoj tehnologiji = oštećenje mozga = digitalna demencija!
2. Ograniči vrijeme boravka uz ekran!
3. Pazi na položaj tijela dok koristiš računalo, tablet ili mobitel!
4. Zaboravi tehnologiju kod kuće i izađi u prirodu!

PROJEKTNI IZAZOV ZA UČENIKE, RODITELJE, NASTAVNIKE:

PROVEDI 10 DANA BEZ TEHNOLOGIJE - U SVRHU ZABAVE!

JAVI NAM DOJMOVE!

KONTAKT:

Alumni Odjela za biologiju,
Sveučilišta J.J. Strossmayera u Osijeku – Alumni BiolOs
Ulica cara Hadrijana 8A, 31000 Osijek

Tel: 031/399 – 925 **e-pošta:** alumni@biologija.unios.hr

**P.S. PRONADI NAS
NA DRUŠTVENIM
MREŽAMA!**

