

Gdańsk, 28.04.2026

Szanowni Państwo,

Fundacja Dbam o Mój Zasięg zaprasza do udziału w drugiej edycji pilotażowej, weekendowej Szkoły Higieny Cyfrowej - pierwszej takiej inicjatywy w Polsce.

Pierwsza edycja projektu przerosła nasze oczekiwania. Spotkania z rodzinami pokazały, jak bardzo potrzebna jest przestrzeń do spokojnej, wspierającej rozmowy o cyfrowej codzienności dzieci, rodziców i całych rodzin. Dlatego z radością rozpoczynamy rekrutację do drugiej, bezpłatnej edycji projektu.

Zapraszamy rodziców wspólnie z dziećmi w wieku **5-6 lat** do udziału w pilotażowym projekcie edukacyjnym, którego celem jest dalsze opracowanie i testowanie programu stacjonarnej **Szkoły Higieny Cyfrowej dla rodziców i dzieci**.

Celem inicjatywy jest wsparcie rodziców w świadomym wprowadzaniu dzieci w wieku przedszkolnym w świat nowoczesnych technologii – tak, aby korzystanie z nich było bezpieczne, odpowiedzialne i sprzyjało budowaniu dobrych relacji rodzinnych.

W ramach Szkoły Higieny Cyfrowej oferujemy cykl stacjonarnych zajęć prowadzonych równoległe dla rodziców i dzieci (w osobnych grupach, w tym samym czasie – dzieci pozostają pod profesjonalną opieką). Z rodzicami pracować będą psycholog i socjolog, natomiast zajęcia dla dzieci poprowadzą doświadczeni trenerzy. Program obejmuje sześć spotkań tematycznych po 6 godzin oraz jeden wspólny moduł rodzinny.

Udział w pilotażu jest całkowicie bezpłatny.

Każda rodzina biorąca udział w projekcie otrzyma również pakiet materiałów i upominków wspierających budowanie zdrowych nawyków cyfrowych w domu.

W pakiecie znajdują się:

1. makatka na smartfony do samodzielnego stworzenia i wykorzystania w domu:

<https://szyciemontessori.pl/product-pol-578-makatka>



Gdańsk, 28.04.2026

2. gra edukacyjna o higienie cyfrowej „Klikaj z głową”
<https://mijamysie.pl/.../klikaj-z-glowa-gra-edukacyjna-o.../>
3. koszulka Fundacji Dbam o Mój Zasięg „Kocham offline”,
4. kalendarz higieny cyfrowej opracowany przez Fundację Dbam o Mój Zasięg,
5. okolicznościowe dyplomy dla rodziców i dzieci.

Terminy zajęć (godz. 9:00–15:00):

- 9-10 maja 2026
- 23 - 24 maja 2026
- 13- 14 czerwca 2026
- 20 czerwca 2026

Miejsce zajęć: biuro Fundacji Dbam o Mój Zasięg,
ul. Małachowskiego 8/2, Gdańsk Wrzeszcz.

Udział we wszystkich zajęciach jest warunkiem udziału w programie (z wyłączeniem sytuacji losowych, np. choroby), ponieważ zajęcia te tworzą spójny cykl edukacyjny.

Projekt ma charakter pilotażowy, a liczba miejsc jest ograniczona.

Formularz zgłoszeniowy znajdą Państwo pod wskazanym linkiem:
<https://dbamomozasieg.pl/szolahigienycyfrowej/>

W przypadku jakichkolwiek pytań prosimy o kontakt:
a.ciszkowska@dbamomozasieg.pl
tel. 508 610 312

Serdecznie zapraszamy do współtworzenia pierwszej w Polsce weekendowej Szkoły Higieny Cyfrowej.



Maciej Dębski
Prezes Fundacji
Dbam o mój Zasięg

