

ASESORÍA DE PREVENCIÓN DIGITAL

PARA JÓVENES Y SUS FAMILIAS



TE FACILITAMOS
HERRAMIENTAS
PARA REALIZAR
UN USO ADECUADO
Y SALUDABLE DE LOS
DISPOSITIVOS DIGITALES.

IMPRESCINDIBLE
SOLICITAR
CITA PREVIA

SI CREES QUE TIENES
UNA DEPENDENCIA DIGITAL,
TE PODEMOS AYUDAR



SERVICIO CONFIDENCIAL Y GRATUITO

El Instituto Aragonés de la Juventud pone a disposición de los jóvenes de entre 14 y 30 años y sus familias un servicio de asesoría individual, personalizado y gratuito, así como talleres grupales, enfocados a potenciar su salud digital.

Esta asesoría en prevención de riesgos digitales facilita herramientas que permiten una utilización adecuada y saludable de los dispositivos, de forma que puedan realizar un uso seguro, equilibrado y responsable de la tecnología.

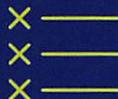
Si el uso de tus dispositivos tecnológicos te hace:



**ABANDONAR
ACTIVIDADES COTIDIANAS**



**SENTIR ANSIEDAD POR
NO ESTAR CONECTADO**



**BAJAR TU RENDIMIENTO
ESCOLAR**



**AISLARTE DE
TU ENTORNO**



**SUFRIR CAMBIOS DE HUMOR
BRUSCOS, ANSIEDAD, ESTRÉS...**



**MODIFICAR TU
RUTINA DE SUEÑO**

**PUEDES TENER UN PROBLEMA
DE ADICCIÓN DIGITAL**

SI NO ERES CAPAZ DE CONTROLAR
LOS TIEMPOS Y USOS DE TUS DISPOSITIVOS
PODEMOS AYUDARTE

SOLICITA
TU CITA ▶



SERVICIO CONFIDENCIAL Y GRATUITO