



29 października 2025

Konferencja FAAR „Czas bez ekranów”

Konferencja pod nazwą „Czas bez ekranów – bezcenny zasób dla zdrowia psychicznego i relacji międzyludzkich” odbyła się w wyjątkowej przestrzeni Centrum Kreatywności Pałac, gdzie zgromadziła licznych uczestników zainteresowanych problematyką wpływu nowych technologii na codzienne funkcjonowanie człowieka. Wydarzenie stało się okazją do pogłębionych rozmów, wymiany doświadczeń oraz wspólnej refleksji nad tym, jak intensywna obecność ekranów w życiu prywatnym i zawodowym kształtowała relacje społeczne, zdrowie psychiczne oraz ogólny dobrostan mieszkańców.

Uczestnicy konferencji wysłuchali wystąpień ekspertów reprezentujących różne dziedziny nauki i praktyki. Prelegenci analizowali zjawisko cyfryzacji z perspektywy psychologicznej, socjologicznej oraz edukacyjnej. Wskazywali na korzyści wynikające z rozwoju technologii, jednocześnie akcentując zagrożenia związane z nadmiernym korzystaniem z urządzeń elektronicznych. Goście wydarzenia mieli możliwość zadawania pytań, dzielenia się własnymi obserwacjami oraz uczestniczenia w dyskusjach dotyczących sposobów budowania równowagi między światem cyfrowym a realnym.





Konferencja stanowiła kolejną wartościową inicjatywę realizowaną przez Fundację Agencja Rozwoju Regionalnego w Starachowicach, która konsekwentnie dążyła do wzmacniania zdrowia psychicznego mieszkańców miasta oraz podnoszenia świadomości na temat profilaktyki uzależnień behawioralnych. W trakcie wydarzenia przypomniano również o działalności Punktu Wsparcia Profilaktyczno-Edukacyjnego, funkcjonującego dzięki wsparciu miasta Starachowice. Punkt ten oferował szeroki zakres usług odpowiadających na potrzeby różnych grup społecznych, w tym:

- ✓ specjalistyczne konsultacje indywidualne,
- ✓ wsparcie emocjonalne i działania profilaktyczne,
- ✓ warsztaty oraz zajęcia grupowe rozwijające kompetencje społeczne,
- ✓ poradnictwo skierowane do dzieci, młodzieży oraz całych rodzin.

**PUNKT WSPARCIA PROFILAKTYCZNO-EDUKACYJNEGO (PW)
W Starachowicach – działamy „w punkt”**

DANE KONTAKTOWE

Punkt Wsparcia Profilaktyczno-Edukacyjnego

**Fundacja Agencja Rozwoju Regionalnego ul. Mickiewicza 1A,
27-200 Starachowice**

Parter – pokój nr 9 i sala konferencyjna nr 5

Telefon: 538 197 082

Strona internetowa: www.farr.pl

Dni działania: środa / czwartek / piątek

Dyżury 3-godzinne : od 14:30/ 16:30

Godziny superwizji: od 13:00







Podkreślono, że miasto Starachowice podejmowało wiele różnorodnych działań na rzecz wzmacniania więzi międzyludzkich, wspierania dobrostanu oraz budowania przyjaznego środowiska rozwoju społecznego. Współpraca z instytucjami i organizacjami pozarządowymi, takimi jak FARR, tworzyła podstawy do realizacji dalszych projektów ukierunkowanych na jakość życia i zdrowie mieszkańców.



Konferencja „Czas bez ekranów” była wydarzeniem, które wzmocniło lokalny dialog na temat świadomego i zrównoważonego korzystania z technologii. Stała się także inspiracją do podejmowania kolejnych wspólnych inicjatyw służących integracji społecznej, profilaktyce zdrowotnej oraz budowaniu harmonijnych relacji w świecie pełnym bodźców cyfrowych.

