

MACHT MIT BEIM

ERSTEN



DIGITAL DETOX DIENSTAG

AM 11.07.2023 AN DER TSS

1

GEWINNT MEHR ZEIT



Verbringt einen Tag ohne digitale Geräte und schaut, wie viel mehr Zeit ihr für Familie und Freunde habt.

2 WENIGER STRESS

Weniger ist mehr: eingeschränkter Konsum von Handy und Co. ist gut für Körper, Geist und Psyche.



3 SEID DA

Lebt im Hier und Jetzt, kommt in Kontakt mit den Menschen um euch herum.



Für weitere Fragen, wendet euch an Eure SV!