



# IADLIBER

2022-1-RO01-KA220-ADU-000087209



Co-funded by  
the European Union

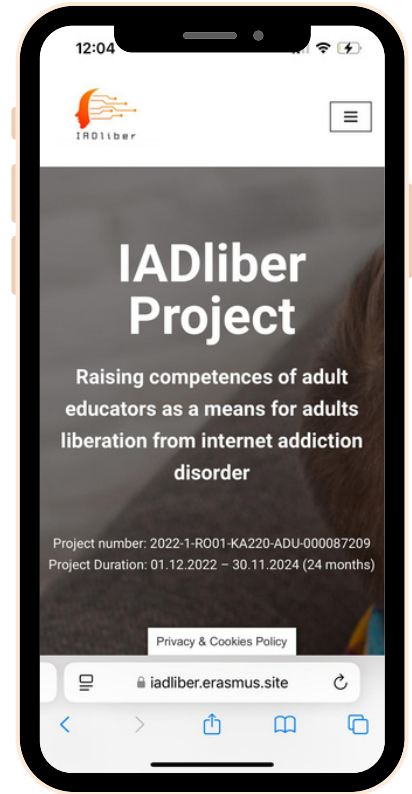
## IADliber projesi sona erdi!

İnternet Bağımlılığıyla mücadeleye odaklanan projemizin başarıyla tamamlandığını duyurmaktan büyük bir heyecan duyuyoruz! Son aylarda ekibimiz farkındalık, öz-farkındalık, odaklanma yöntemleri ile ilgili beceriler ve yetkinlikler geliştirmek için yenilikçi bir “Hayatta Kalma Kiti” ve kullanıcı dostu bir “Mobil Uygulama” geliştirdi.

Bu kaynaklar, bireyleri kendini değerlendirme ve kişisel gelişim için güvenilir araçlarla donatarak daha iyi eğitilmiş ve internet bağımlılığının getirdiği zorluklara daha dayanıklı bir toplum oluşturmayı amaçlamaktadır. Hayatta Kalma Kiti, pratik stratejiler ve egzersizler sunarken Mobil Uygulama da indirildikten sonra herhangi bir internet bağlantısı gerektirmeyen etkileşimli içerikler sağlamaktadır.

Bu proje, yetişkin öğretmenlerini internet bağımlılığı sorununu ele alma ve bu sorunu azaltma konularında gerekli bilgi ve becerilerle donatmayı hedeflemektedir. Hayatta Kalma Kiti'ndeki günlük egzersizleri kullanarak ve Mobil Uygulama'daki değerlendirmelere katılarak bu profesyoneller internet bağımlılığını tespit etme, önleme ve yönetme yeteneklerini etkili bir şekilde artırabilir. Bu çift yönlü yaklaşım, sadece yetkinliklerini geliştirmekle kalmaz, aynı zamanda internet bağımlılığı ile mücadelede bireylere destek sağlamak için pratik araçlar sunar. Bu proje, dijital çağda dayanıklılığı inşa etmek ve sosyal dahil etmeyi desteklemek için kritik bir kaynak olarak hizmet etmektedir.

## IADliber Websitesi



## Ulusal Proje Tanıtım Seminerleri

IADLIBER konsorsiyumu, projenin ürünlerini yaygınlaştırmak amacıyla bir dizi ulusal tanıtım semineri düzenledi. Bu seminerler, Hayatta Kalma Kiti ve Mobil Uygulama'nın katılımcılarla paylaşılması için bir fırsat sundu. Hayatta Kalma Kiti, aşırı internet kullanımının olumsuz etkilerini azaltmaya yönelik pratik stratejiler ve araçlar sağlarken, Mobil Uygulama hem bir eğitim aracı hem de bir kendini değerlendirme aracı olarak hizmet etmektedir.

Bu seminerler aracılığıyla, konsorsiyum proje ürünlerinin önemi ve işlevselliği konusunda geniş bir kitleye ulaştı ve projenin hedeflerini ilerletirken internet bağımlılığını önleme ve müdahale konularında farkındalık seviyelerini artırdı.

*Birlikte dijital çağın zorluklarını aşabilen ve herkes için refahı destekleyen bilinçli ve dayanıklı bir toplum inşa edebiliriz...*



*Iadliber final toplantısı için ortaklar İspanya'nın Mallorca kentinde bir araya geldi.*

## ETKİ VE SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK

Hayatta Kalma Kiti ve Mobil Uygulama'nın uygulanması yetişkin eğitimler hedef kitlesi üzerinde çok olumlu ve anlamlı bir etki yaratmıştır.

Bu etkilerden bazıları şunlardır: Artan bilgi ve beceriler, yetişkin eğitimcilerin kendine güven ve yeterlilik duygularının gelişmesi, eğitim faaliyetlerinde gelişme ve internet bağımlılığı konusunda farkındalık ve savunuculuğun artması.

Proje web sitemizin heyecan verici yeni içeriklerle geliştirilerek yenilendiğini duyurmaktan mutluluk duyuyoruz! Hayatta Kalma Kiti ve Mobil Uygulama'nın indirilebilir bağlantıları ile araştırma aşamasına ait detaylı raporları bulabilirsiniz. Ayrıca, projenin bulgularına ve farkındalık, öz-farkındalık, odaklanma becerileri geliştirme yöntemlerimize dair kapsamlı bilgiler içeren çok değerli kaynaklar da burada mevcuttur.

Birlikte, dijital çağın zorluklarına hazırlıklı ve farkındalığı yüksek bir toplum oluşturma yolunda büyük adımlar attığımızı düşündüğümüz projemize katkıda bulunan herkese teşekkür ederiz.



IADLiber Projesi

FOLLOW ME



[www.iadliber.erasmus.site](http://www.iadliber.erasmus.site)

## PROJE ORTAKLARI



Centrum Wspierania  
Edukacji  
i Przedsiębiorczości



T.C. İSTANBUL VALİLİĞİ



Driving Excellence & Innovation