



## TISKOVÁ ZPRÁVA

### Jak najít rovnováhu mezi skutečným a online světem? Pozvánka na besedu pro veřejnost

Brno, 18. září 2019 (Tisková zpráva) – Kolik hodin denně na sociálních sítích nebo u počítačových her je už zkrátka příliš? Jaké důsledky to může přinést v reálném světě? Hledáte způsoby, jak vybalancovat virtuální a skutečný život? Přijďte na besedu „**Ponoření v online světě**“, kde se dozvíte spoustu zajímavých informací a postřehů, které vám pomohou ujasnit si vlastní situaci nebo pochopit svoje blízké. Můžete se těšit na prostor pro diskusi a zajímavé hosty.

**Kdy a kde:** 25. září 2019 od 18.00 hod | malý sál Břetislava Bakaly | Žerotínovo nám. 6, Brno

Internet, mobilní telefony, hry nebo sociální sítě změnilы život dnešních generací. Rodiče se obávají o zdravý vývoj svých dětí, které tráví každý den hodiny u počítače nebo přilepené k displeji mobilního telefonu. Sami sice v tomto ohledu za svými potomky příliš nezaostávají, pamatují si však, že jejich dětství se od toho dnešního v mnohém lišilo. „*Není vždy snadné přesně určit hranici, kdy už se jedná třeba o hrozící závislost. Na besedě se na to budeme snažit nalézt odpověď a odlišit skutečný problém od běžného mezigeneračního nepochopení,*“ uvedla Mgr. Anna Rejmanová, terapeutka z Terapeutického centra v Jmk Společnosti Podané ruce.

#### **Beseda se zaměří na online život z širší perspektivy**

Téma (bez)problémového využívání online technologií se zdaleka netýká jen nejmladších ročníků. Jedná se o velkou výzvu současnosti jak pro jednotlivce, tak pro celou společnost. „*Beseda proto není cílená primárně na mladistvé, ale na všechny potenciálně ohrožené skupiny, kam patří třeba lidé, kteří s počítačem každý den pracují nebo matky na mateřské dovolené, studenti a další, kteří mají naopak více volného času,*“ upřesňuje Rejmanová.

Na besedě se také dozvíte více o tom, proč čas v online světě tak rychle utíká a jak to vlastně sociální sítě, hry nebo aplikace dělají, že k sobě dokážou uživatele tak silně přitáhnout. Řada lidí žije svůj vysněný život skrze perfektní profil na sociálních sítích a online svět používají jako únik od samoty nebo starostí běžného života. Diskutovat se proto bude také o stírání hranic mezi pravdou a lží včetně důsledků, které to přináší.

Beseda proběhne díky podpoře Magistrátu města Brna. Moderují terapeutky z Terapeutického centra v Jmk Anna Rejmanová a Petra Fialová. Účast na besedě je zdarma. Není nutné se přihlašovat předem. Kapacita sálu je až 100 návštěvníků.

Hosté:

Mgr. Karolína Presová – zakladatelka projektu Replugme

Mgr. Lukas Blinka, PhD. – autor knihy Online závislosti

Mgr. Markéta Homolková – lektorka Společnosti Podané Ruce, zaměřuje se na programy primární prevence na školách

### **Nepropásněte další besedy na aktuální témata hazardního hraní a závislost blízkého**

Jedná se již o třetí besedu z celkem pětidílného cyklu. Letos ještě budou následovat besedy „**První vyhrání z kapsy vyhání**“ o sázení, hazardu a závislosti na něm (15. 10. 2019, 18.00, Music Lab, Brno) a „**Tvoje závislost nás ničí**“, která se bude zabývat situací, kdy se někdo blízký potýká se závislostí (27. 11. 2019, 18.00, malý sál Břetislava Bakaly, Brno).

### **KONTAKT PRO MÉDIA:**

#### **Mgr. Anna Rejmanová**

Psycholožka, terapeutka

Terapeutické centrum v JMK  
Společnost Podané ruce o.p.s.  
Hilleho 5, 602 00 Brno

M: +420 773 750 147

E: rejmanova@podaneruce.cz

[www.podaneruce.cz](http://www.podaneruce.cz)

[terapiejmk.podaneruce.cz](http://terapiejmk.podaneruce.cz)

**Adresa:** Společnost  
Podané ruce o.p.s.  
Hilleho 5, 602 00 Brno

**T:** +420 545 247 535  
**M:** +420 777 916 285  
**E:** [info@podaneruce.cz](mailto:info@podaneruce.cz)

**Bankovní spojení:** Oberbank AG 2231107576/8040  
**DIČ:** CZ60557621  
**IČO:** 60557621