

gezond

met

je

scherm

week
van de **media**
wijsheid
8 t/m 15 nov 2024

Hoe denk jij over je schermgebruik?

1

Hoeveel tijd breng jij gemiddeld per dag op je telefoon door en hoe voel jij je daarbij?

2

Welke apps gebruik je het meest? Hoeveel tijd breng je daar gemiddeld op door?

3

Wat doe je als er een melding binnenkomt op je telefoon terwijl je geconcentreerd met iets bezig bent?

4

Wat vind je positief aan je eigen schermgebruik?

5

Wat vind je negatief aan je eigen schermgebruik?

Kijk voor praktische tips op weekvandemediawijsheid.nl



Netwerk
Mediawijsheid