

1



Ograniczam czas przed ekranem

2



Nie korzystam z ekranów przed snem

3



Telefon nie nocuje w moim pokoju

4



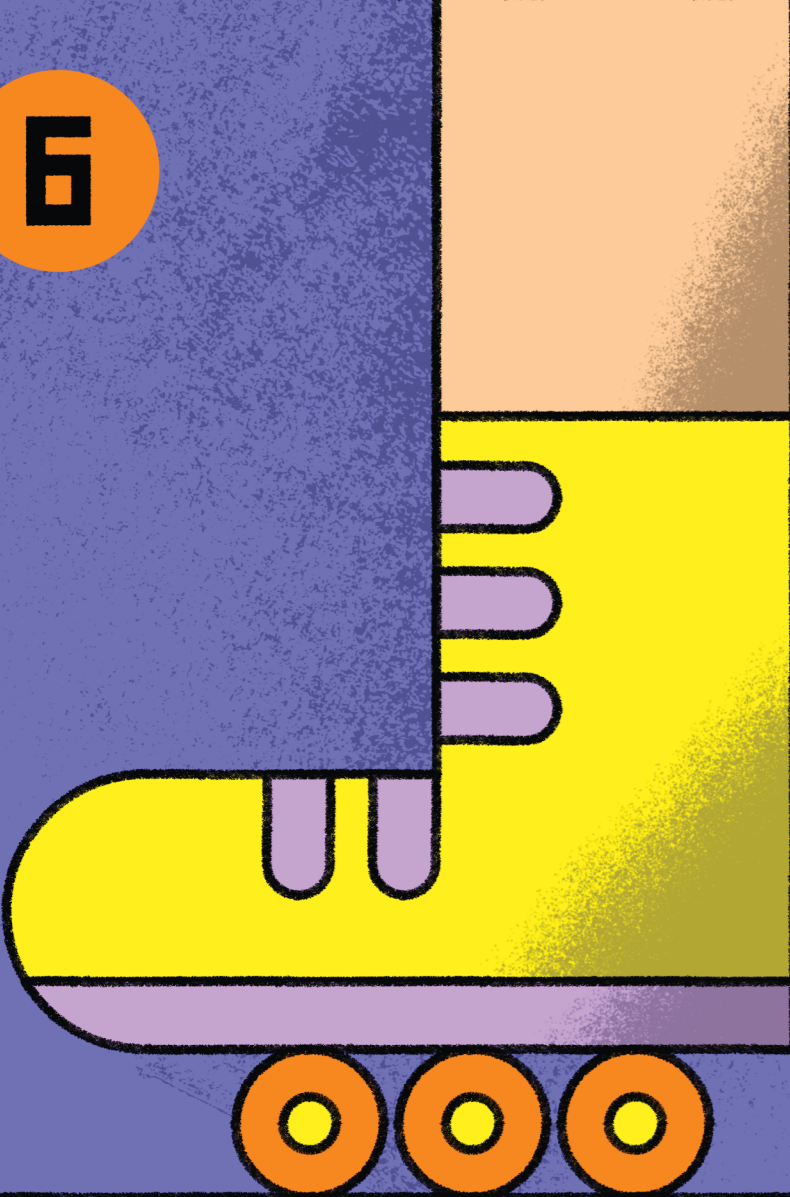
Nie korzystam z ekranów podczas posiłków

5



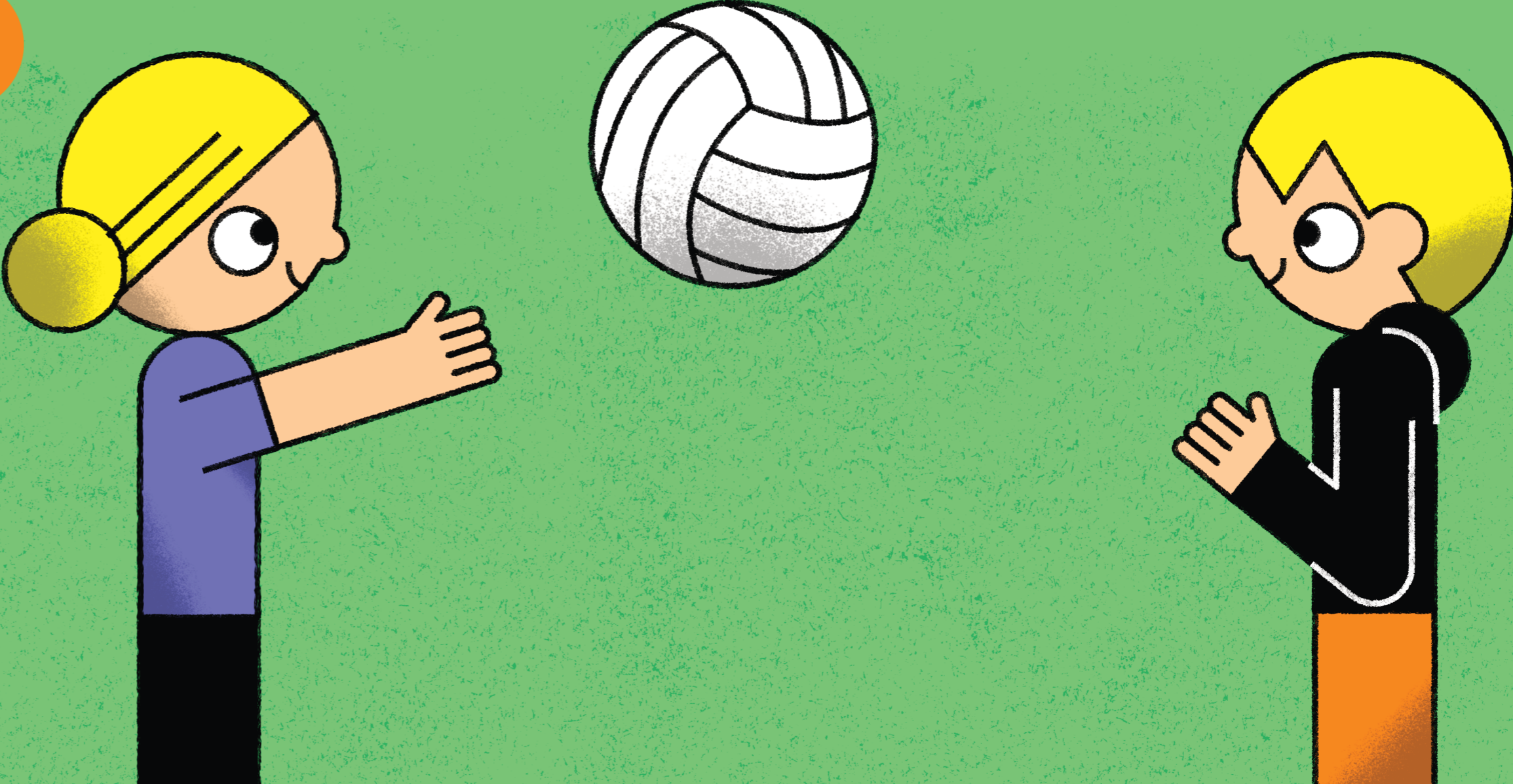
Odkładam telefon na czas odrabiania lekcji.

6



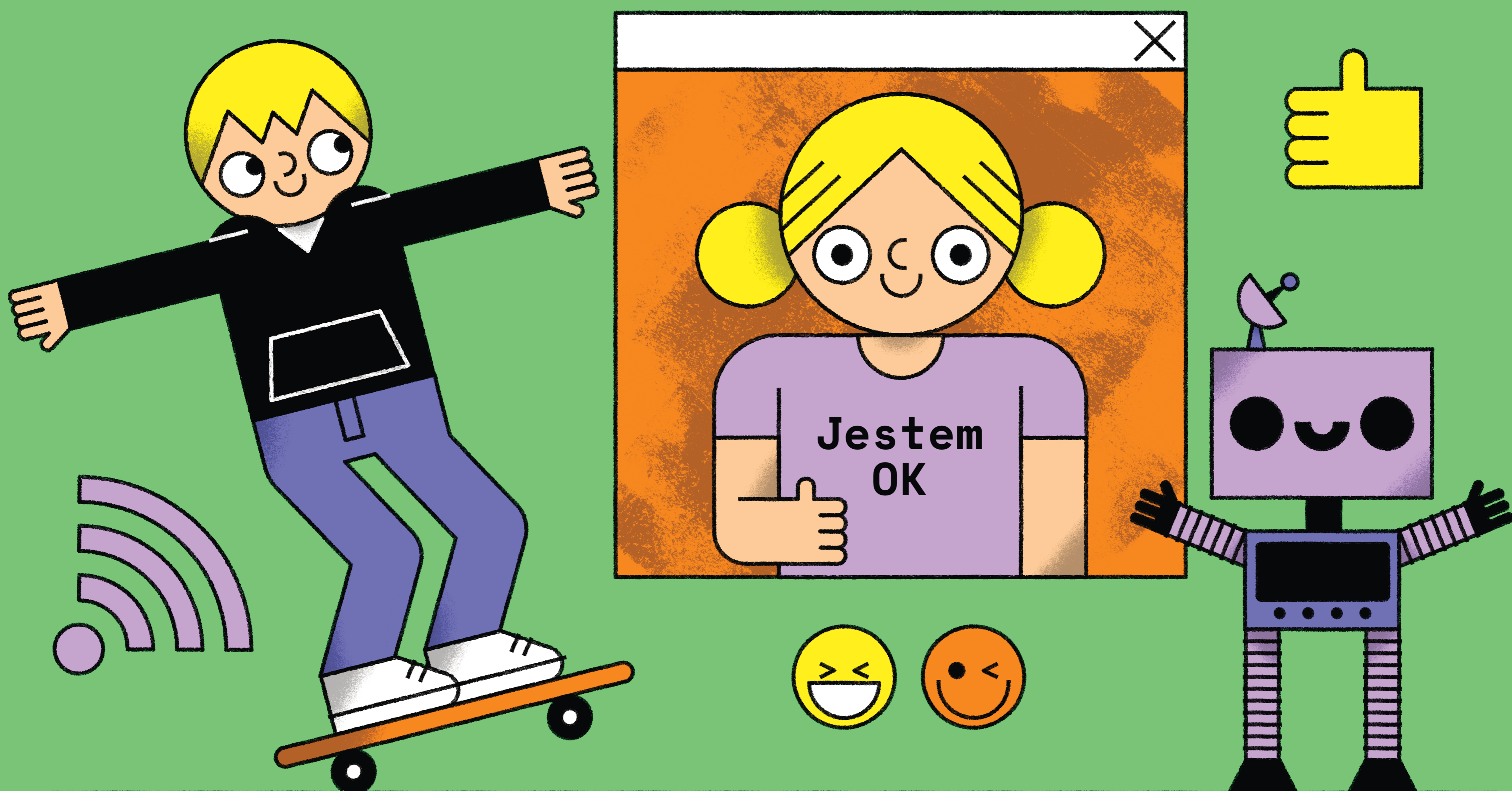
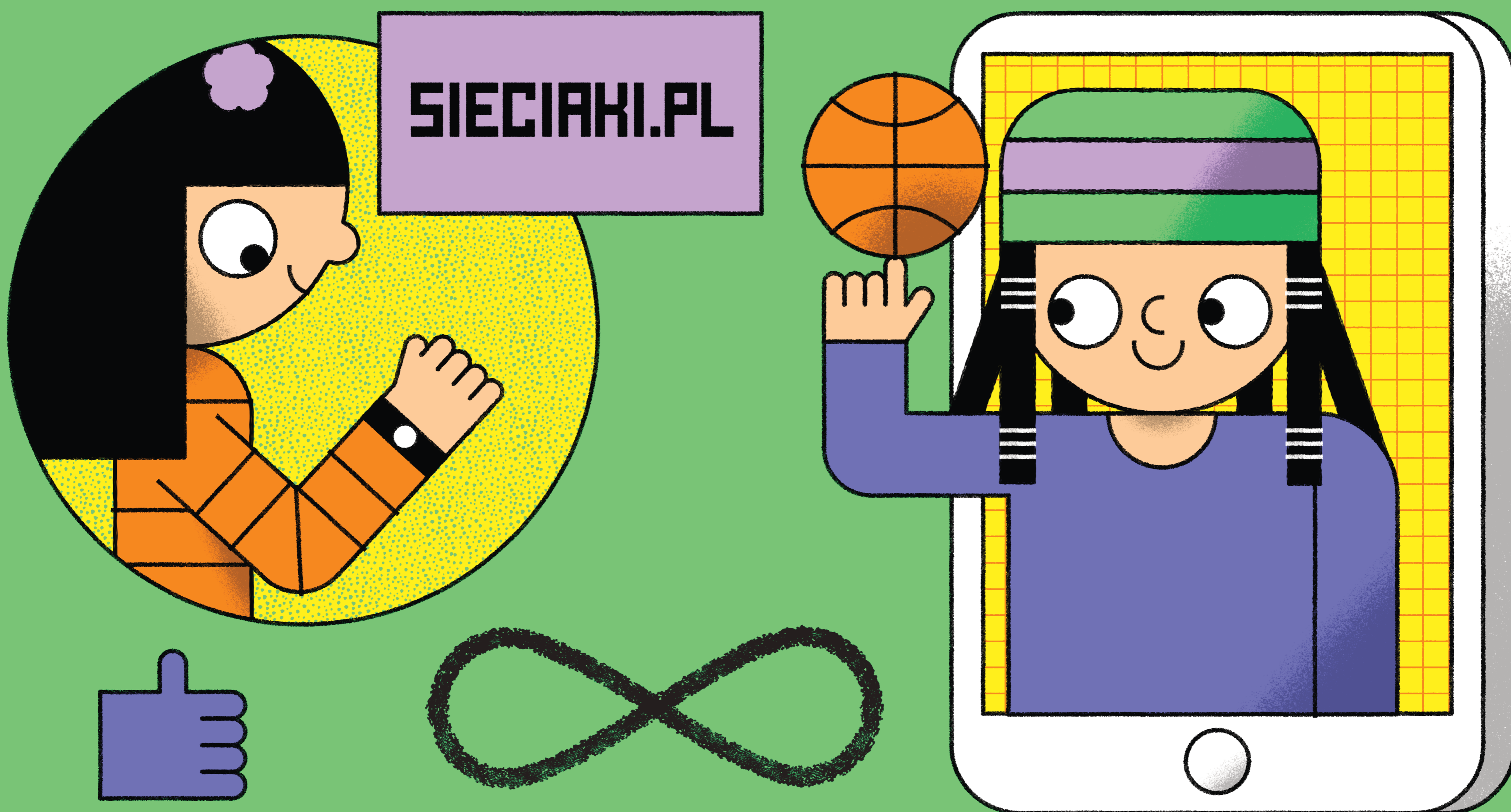
Spędzam czas aktywnie

7



Bawię się z innymi bez ekranów

POZNAJ BEZPIECZNY INTERNET



zostań SIECIAKIEM