

## 財團法人信誼基金會 函

地址：10075台北市中正區重慶南路二段75號

承辦人：蔡意琪

電話：02-23965305分機1124

電子信箱：lcey945@hsin-yi.org.tw

受文者：屏東縣內埔鄉東寧國民小學

發文日期：中華民國114年10月16日

發文字號：信數字第11410160001號

速別：普通件

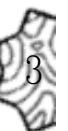
密等及解密條件或保密期限：

附件：活動訊息海報，敬請張貼公告 (10160001A0C\_ATTCH1.jpg)

主旨：信誼基金會於11/1（六）舉辦【不給手機就暴走？現代家長必學的3C教養策略／陳志恆心理師】線上親職講座，敬請轉知貴校家長，免費報名參加。

說明：

- 一、面對數位裝置普及、AI浪潮來襲，教養挑戰正不斷升級。唯有從「家」出發，啟動正向3C教養策略，才能讓數位工具成為孩子成長的助力，而非阻力。信誼將於2025年11月1日（六）下午2：00-4：30舉辦【不迷「網」的親子練習：數位時代家長的3C教養策略】線上LIVE 講座，邀請家長免費報名參加。
- 二、本場講座由【親職教養專家／陳志恆心理師】主講，內容涵蓋過量3C對孩子發展危機、數位時代教養與有效溝通策略及分齡螢幕使用守則與控管方法。講座大綱如下：
  - 3C育兒行不行？螢幕保母的風險與危害
  - 幾歲能看？可以看多久？10歲前的螢幕使用規範
  - 既期待又怕傷害…如何正向開始3C網路初體驗？



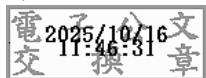
- 一滑就停不下來？培養孩子的螢幕自控力
- 給手機前先等等！走向「手機自由」的準備工程

三、本講座為線上LIVE講座。即日起，免費報名：

- 演講時間：2025/11/1（六）14:00-16:30
- 報名網址：<https://hsinyi.org/hk80lc>
- 線上平台：YouTube直播（前2天email／簡訊收看連結）

正本：澎湖縣國小、金門縣國小、花蓮縣國小、宜蘭縣國小、屏東縣國小、南投縣國小

副本：



裝

訂

線



# 不迷網的 親子練習

## 數位時代家長的3C教養策略



親職教養專家

**陳志恆** 心理師主講

**11/1** 六 14:00

這堂課可以學到什麼？

- ◆ 3C育兒行不行？螢幕保母的風險與危害
- ◆ 幾歲能看？可以看多久？10歲前的螢幕使用規範
- ◆ 既期待又怕傷害…如何正向開始3C網路初體驗？
- ◆ 一滑就停不下來？培養孩子的螢幕自控力
- ◆ 給手機前先等等！走向「手機自由」的準備工程



◀ **掃描QRcode，免費報名參加**

演講時間：2025/11/1 星期六 14:00-16:30

直播平臺：YouTube直播 ※活動前2天簡訊 / email連結