



Smart & Mindful – Gesunder Umgang mit Social Media und Co.

Scrollen, Liken, Rabbitholes – und zack, eine Stunde weg

**Interaktiver, kostenfreier
Onlineworkshop für Studierende und
Beschäftigte**

**12.11.2025 | 15:00 Uhr
oder
02.12.2025 | 10:00 Uhr**

Dauer: ca. 75 Minuten

Das erwartet dich:

Warum Likes & Co. im Gehirn wie kleine Belohnungen wirken | Chancen & Risiken von Social Media
Wie Algorithmen unser Denken prägen | Alltagsnahe Tipps für mehr Gelassenheit & digitale Balance

Infos & Anmeldung



Kontakt

Christina Wagner
+49 651 201-3255
wagnerc@uni-trier.de

