



## Lo que proporcionamos

**Investigación:** Se llevó a cabo un estudio sobre la hiperconectividad de los jóvenes en seis países, con la participación de 198 individuos, que ofreció información valiosa sobre los riesgos y las estrategias efectivas.

**Curso de formación:** 7 módulos digitales y 37 lecciones prácticas diseñadas para dotar a educadores, trabajadores juveniles y padres de herramientas que fomenten el uso seguro y equilibrado de las redes sociales.

**Manual del docente:** Guía y programa de formación para potenciar las habilidades de los adultos en el apoyo a los adolescentes hacia el bienestar digital y la adopción de hábitos responsables en línea.

La formación integra conocimientos teóricos con actividades prácticas, abarcando temas como la alfabetización digital, la seguridad en línea, la gestión de la hiperconectividad, la desintoxicación de redes sociales y el comportamiento responsable en línea.

## Acerca de nosotros

La colaboración ERASMEDIAH reúne a un conjunto diverso y comprometido de organizaciones europeas, todas ellas trabajando con un objetivo común: promover el bienestar digital entre los jóvenes. Lélekben Otthon (Hungría) aporta una amplia experiencia en salud mental y apoyo social. Archivio della Memoria (Italia) contribuye con su experiencia en educación cultural, investigación cualitativa y participación comunitaria. CWEB (Polonia) enriquece el consorcio con su enfoque en el emprendimiento, el aprendizaje continuo y los modelos educativos innovadores. EDU Yayıncılık Ltd. Şti (Turquía) apoya la difusión del conocimiento a través de publicaciones, formación e investigación. AKNOW (Grecia) ofrece sólidas competencias técnicas y en TIC, combinando contenido educativo con investigación aplicada. Asociación Valencia Inno Hub (España) promueve la innovación y la inclusión mediante formación y mentoría. Finalmente, LABC S.R.L. (Italia) aporta rigor metodológico a la formación, el bienestar y el desarrollo comunitario.

Juntos, estos colaboradores ofrecen una base robusta para la investigación, la formación y el fortalecimiento educativo de ERASMEDIAH.

Obtenga más información sobre el proyecto ERASMEDIAH y acceda a todos los recursos en: [www.erasmediah.eu](http://www.erasmediah.eu)

Número Proyecto:  
2023-1-HU01-KA220-YOU-000161173  
Duración Proyecto:  
03/12/2023 – 02/12/2025



**Cofinanciado por la Unión Europea**



## ¿Por qué ERASMEDIAH?

Las redes sociales y las plataformas digitales se han convertido en un componente esencial de la vida de los jóvenes. Aunque brindan múltiples oportunidades, también presentan riesgos para la salud mental, el desarrollo social y la privacidad personal. Entrevistas y observaciones realizadas en toda Europa han puesto de manifiesto desafíos comunes, tales como la interrupción del sueño, la apatía, la sensación de desconexión, los síntomas de depresión, el ciberacoso, el acoso en línea y la humillación en redes sociales.

El proyecto ERASMEDIAH fue concebido para enfrentar estos desafíos, brindando apoyo a los jóvenes y dotando a los trabajadores juveniles, educadores y padres con las herramientas, el conocimiento y las estrategias necesarias para fomentar hábitos digitales más seguros y saludables.



## Acerca de ERASMEDIAH

Nos complace presentar el proyecto ERASMEDIAH, financiado por el Programa Erasmus Plus, que respalda al Sector Juventud a través de la investigación y el desarrollo de un curso de formación altamente interactivo. Este curso se enfoca en el refuerzo educativo para abordar la hiperconectividad de los jóvenes en las redes sociales. Diseñado para trabajadores juveniles, facilitadores, educadores y padres, ofrece conocimientos teóricos y herramientas prácticas que permiten a los jóvenes cultivar hábitos digitales más saludables y una mayor resiliencia digital.



## Nuestra misión.

1 Proporcionar a los jóvenes trabajadores formación práctica y teórica para potenciar su refuerzo educativo en entornos digitales.

2 Ayudar a los jóvenes a entender los riesgos de la hiperconectividad en las redes sociales y proporcionarles herramientas para navegar de manera segura en el entorno digital.

3 Fortalecer las competencias de los padres para afrontar situaciones desafiantes y salvaguardar a sus hijos de los peligros asociados con la sobreexposición a las redes sociales.