



LIVE-TALK

SWEET DREAMS

Ein Zeichen unserer Zeit: Abhängigkeit von Internet und Social Media

INSITE-Talk für Mitarbeiter:innen, Führungskräfte, Funktionsträger:innen und Angehörige unserer Kundenunternehmen

Digitale Medien sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Ob beim Posten und Chatten in sozialen Netzwerken, beim Zocken von Videospiele oder beim Binge-Watching von Videos, Filmen und Serien – für viele ist es verlockend, Zeit vor dem Bildschirm zu verbringen. Und natürlich wird nicht jeder, der das Internet nutzt, süchtig. Doch spätestens, wenn die reale Welt vernachlässigt wird, gefährdet die übermäßige Nutzung sowohl die körperliche als auch die mentale Gesundheit.

Wir wollen mit unserem Experten Dr. Daniel Illy darüber sprechen, wie man als Betroffene:r oder Elternteil mit der Sucht nach Internet/Videospielen/Sozialen Medien umgehen kann und welche Wege es aus der Abhängigkeit gibt.

Es wird u.a. um folgende Fragen gehen:

- Welches sind Internet-Aktivitäten mit Suchtpotential?
- Ab wann ist die Nutzung von Internet und sozialen Medien problematisch?
- Wie schütze ich mein Kind?
- Was sind Wege aus der Abhängigkeit?

Unser Experte:



Dr. Daniel Illy

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie
Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie
Chefarzt Kinder- und Jugendpsychiatrie am Asklepios
Fachklinikum Brandenburg




Fragen an unseren Experten über den Chat (anonym) sind herzlich willkommen!

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!



LIVE-TALK

ECKDATEN

Technische Voraussetzungen	Einwahl über einen Computer oder über ein mobiles Endgerät
 Ablauf	Dauer: 60 Minuten ON24-Veranstaltung mit vorheriger Registrierung
Kosten	Kostenfrei
Anmeldung	<p>Bitte melden Sie sich über den folgenden Link an:</p> <p>Donnerstag, 5. Februar 2026, 16:00 Uhr hier anmelden</p>  <p>Dienstag, 17. Februar, 11:00 Uhr hier anmelden</p>  <p>Nach erfolgter Registrierung erhalten Sie Ihren individuellen Einwahllink per E-Mail.</p> <p>Die Teilnahme erfolgt anonym.</p> <p>Für diesen Live-Talk nutzen wir ON24 – eine Plattform für virtuelle Events. (siehe FAQs)</p>



LIVE-TALK

FAQs

- **Muss ich etwas herunterladen für die Teilnahme über ON24?**
Nein, Teilnehmende müssen sich keine Software herunterladen und können bequem per Browser teilnehmen. Nachdem Sie sich für den Live-Talk angemeldet haben, bekommen Sie per Mail einen Teilnahmelink, mit dem Sie sich zum Zeitpunkt des Live-Talks einfach einwählen.
- **Gibt es eine Browser-Empfehlung für die Nutzung von ON24?**
Chrome oder Edge
- **Findet eine Video- und Audioübertragung von mir statt?**
Nein. Unsere Live-Talks werden aufgezeichnet, um sie im Nachhinein möglichst vielen Interessierten zur Verfügung stellen zu können. ON24 ist dabei so eingestellt, dass die Teilnehmenden sich nicht per Kamera oder Ton zuschalten können.
- **Ich möchte nicht, dass mein Name erscheint. Ist dies möglich?**
Alle Teilnehmenden werden automatisch vom System anonymisiert. Wichtig ist nur die Angabe einer korrekten E-Mail-Adresse, damit wir Ihnen den Teilnahmelink zusenden können.
- **Wie gestalten sich Sicherheit und Datenschutz bei ON24?**
Die ON24 Plattform arbeitet auf Basis der DSGVO. Für weitere Informationen siehe www.on24.com/gdpr
- **Wann soll ich mich einloggen?**
Unsere ON24 Plattform ist ab 15 Minuten vor dem jeweiligen Beginn für alle Teilnehmenden geöffnet.