

Offene Fragen?

Hier gibt es Antworten:



Stempel Beratungsstelle



Time to Balance

E-Mail: info@timetobalance.de

www.timetobalance.de

Das Projekt wurde entwickelt von Sucht.Hamburg gGmbH mit finanzieller Unterstützung der Techniker Krankenkasse.

SUCHT 
HAMBURG



LOGIN?
LOG OUT!

Internetabhängigkeit und
Computerspielsucht



Login? Logout!

- Vergessen Sie beim Scrollen oft die Zeit?
- Stehen Gaming und Internet an erster Stelle?
- Ufert der Medienkonsum Ihres Kindes aus?

Antworten auf Ihre Fragen zu Internetabhängigkeit, Computerspielsucht und ausgewogenem Medienkonsum bietet das Onlineportal Time to Balance von Sucht.Hamburg gGmbH und der Techniker Krankenkasse.

Über das Projekt

Time to Balance unterstützt Betroffene, Angehörige und Eltern bei der Einschätzung des Medienkonsums. Hier können Sie sich informieren, eine Beratungsstelle finden und sich mit einer Fachperson austauschen - anonym und kostenlos.

Unsere Angebote

- Online-Selbsttest
- Mailberatung
- Chatangebote
- Regelmäßige Sprechstunde
- Praktische Alltagstipps
- Informationen zu Sucht- und Erziehungsberatungsstellen in Hamburg

Wöchentliche Sprechstunde

Sie haben Fragen oder benötigen Unterstützung? Sprechen Sie mit uns in unserer kostenlosen Sprechstunde unter www.timetobalance.de

