

自傷、家庭暴力暨網路成癮防治宣導

上網不迷惘

找回

你的3C主控權!

注意四大網路成癮特徵：

一閒下來就要玩3C



寧願玩3C也不跟人玩遊戲



不能玩3C就會生氣



過去喜歡的活動都被線上遊戲取代



遠離網路沉迷走出戶外接近大自然



正確使用3C適時活動身體



保護專線 113

性侵害

性騷擾

家暴
兒虐



1925

依舊愛我

安心專線



你的心 是肉做的 我也是!
你的痛 我也能 感同身受