

Το έργο **TechnoWell** είναι ένα έργο Erasmus + που προωθεί την ψηφιακή ευημερία και την πρόληψη του τεχνολογικού στρες, υποστηρίζοντας τους εκπαιδευτές ενηλίκων και τους οργανισμούς στη δημιουργία πιο υγιεινών και βιώσιμων ψηφιακών εργασιακών περιβάλλοντων.

## Αποτελέσματα:



Πρόγραμμα 30 ωρών για ψηφιακούς ηγέτες



Πρακτικά εργαλεία για την πρόληψη του τεχνολογικού στρες



Εργαλεία α μικρομάθησης για ψηφιακή ευημερία

## Επικοινωνήστε μαζί μας:



<https://www.facebook.com/TechnoWellProject/>  
[technowell@euplus-project.eu](mailto:technowell@euplus-project.eu)



Co-funded by  
the European Union

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/συγγραφέων και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή της Εθνικής Υπηρεσίας. Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε η Εθνική Υπηρεσία μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνες για αυτές.  
Αριθμός έργου: 2025-1-DE02-KA220-ADU-000360716

