

# JAK DZIAŁA NASZ MÓZG W ŚWIECIE NOWYCH TECHNOLOGII

Linki do 10 krótkich filmów poświęconych funkcjonowaniu naszego mózgu w otoczeniu nowych technologii.

10 krótkich filmów, w których występuje niezastąpiony dr Wojciech Glac.

Z pozdrowieniami  
dr Maciej Debski

## FILMY

1. ODCINEK 1: Tania dopamina: <https://www.youtube.com/watch?v=C61bxm-8gR0&t=2s>
2. ODCINEK 2: Fake news, czyli dlaczego mózg yka wszystko jak pelikan: <https://www.youtube.com/watch?v=RcflkXxOuuE&t=2s>
3. ODCINEK 3: Anatomia hejtu: [https://www.youtube.com/watch?v=\\_ivmjVz5pnk](https://www.youtube.com/watch?v=_ivmjVz5pnk)
4. ODCINEK 4: Atak typu DDoS na mózg: <https://www.youtube.com/watch?v=Lz2hEtot4Is>
5. ODCINEK 5: Promo na FOMO: <https://www.youtube.com/watch?v=nHRjdVQxD30&t=10s>
6. ODCINEK 6: Naga prawda czyli o wpływie pornografii na mózg: <https://www.youtube.com/watch?v=jEwqgBoA3gY>
7. ODCINEK 7: Dobre relacje jako tarcza ochronna przed uzależnieniami: <https://www.youtube.com/watch?v=jaOupmA-QeE>
8. ODCINEK 8: Biegamiem po zdrowiu psychiczne czyli o korzyściach płynących z wysiłku fizycznego: <https://www.youtube.com/watch?v=xEUihvZ14aE>
9. ODCINEK 9: Mózg po nocnej zmianie, czyli o prozdrowotnej roli snu: <https://www.youtube.com/watch?v=wHN16u6LUAE>
10. ODCINEK 10: Aby życie mózgu iało smaczek: <https://www.youtube.com/watch?v=4XJmKz0aR30>

## PODCASTY

1. PODCAST NR 1: Anna Hady: Dom jako bezpieczna przystań: <https://www.youtube.com/watch?v=oYRhMPTnvyA>
2. PODCAST NR 2: Wojciech Glac: Jak mózg uzależnia się od nowych technologii? <https://www.youtube.com/watch?v=le8Qc67eXhU&t=1s>
3. PODCAST NR 3: Maciej Dębski: Czym jest higiena cyfrowa i w jaki sposób właściwie o nią zadbać? <https://www.youtube.com/watch?v=SzSdcwTUwFM>
4. PODCAST NR 4: Jacek Pyżalski: Jakie są cyfrowe kompetencje młodych ludzi? <https://www.youtube.com/watch?v=4qx31sXha3U>
5. PODCAST NR 5: Joanna Flis: Zdrowie psychiczne młodych cyfrowych: <https://www.youtube.com/watch?v=92BRRZFnNiU>

Fundacja Dbam o Mój Z@sięg