NÁRODNÝ INŠTITÚT VZDELÁVANIA A MLÁDEŽE

pozýva na prednášku



Ako dosiahnuť digitálny minimalizmus

Lektor: **Matěj Krejčí**
špecialista na hľadanie zmyslu, osobnej vízie, rozpoznanie vplyvu digitálnych zariadení, prevenciu pred osobným vyhorením a smerovanie k spokojnosti.
Autor projektu a knihy *DigiDetox – jak na digitální minimalismus.*

Dátum: **3. december 2026 | 14:30**

Miesto: Študovňa knižnice NIVaM, Hálova 6, Bratislava

Kontakt:
Miroslava Hajtmánková, oddelenie knižničných a informačných služieb NIVaM
0948 165 650, miroslava.hajtmankova@nivam.sk