

App
herunterladen



Challenge
auswählen

2 Wochen verzichten
oder reduzieren

Stärker
werden



www.meine-zeit-ohne.de



IFT-Nord gGmbH
Institut für Therapie- und
Gesundheitsforschung
Harmsstr. 2
24114 Kiel
Tel. 0431-570290
E-Mail: mzo@ift-nord.de

UKE Hamburg
Deutsches Zentrum für
Suchtfragen des
Kindes- und Jugendalters

IFT
Mental Health &
Addiction Research

IFT-NORD
Institut für Therapie- und
Gesundheitsforschung

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung