



Mindful Tech Lessons

EMPOWERING CAREGIVERS & EDUCATORS IN A DIGITAL WORLD

Jill Anderson, M. A. | Educational Psychology

Mindful Tech Lessons

Raising children in a “digital world” is challenging, but you have lots of choices and you don’t have to navigate it alone. Get practical tools, relatable strategies & real support through workshops that empower families & educators. Designed and facilitated by a proud teacher who’s only in it for the kids.

Goals

- 1 Brain Research, Laws & Recommendations
- 2 Smartphone Alternatives, Safety Tips, & Family Tech Philosophies
- 3 Creating a Personalized Family Technology Plan (Norms)
- 4 Play-Based vs Tech- Based Childhood, Increasing Reading & Independence

Success Stories

"That was amazing!!! Best parent workshop I've ever been to. Hands down."

- Julia G.

I am so here for the community and beyond grateful to you Jill for leading and paving the way... You've inspired us so much. My most sincere thanks ❤️"

- Kat M.

"I was looking at your materials yesterday (which are incredible and so thoughtful and helpful) and reflecting on what a difference you are making in the community. The information you are providing is not only critically important to safeguard all of our children from the harms - known and unknown." - Carrie S.

What to Expect

- ✓ Teacher Tips & Parenting Pointers
- ✓ Resource Folders & Pause & Play Kits
- ✓ Smartphone & Screen-free Alternatives
- ✓ Books, Books, Books!

Mission

Our mission is to support families and communities in raising healthy, happy children who thrive in today's world. We offer research-based information and curate practical resources to foster mindful tech use. We're also passionate about nurturing lifelong readers, increasing independence, and encouraging real-world experiences for our children.



Services

Parent & Caregiver
Training

Educator Seminars

Live Events & Panel
Discussions

Hands-on Student
Sessions

Professional
Development

Custom Resources
& Toolkits

"I'm committed to this mission because..."

too much has changed too fast. When I first started teaching, children would look up at me with bright eyes and say they wanted to be **veterinarians** because they loved animals, **teachers** because they loved helping kids, or **athletes** because they loved playing sports. Today, the most common answer I hear is, 'I want to be a *YouTuber*' or 'an *influencer*' and they no longer tell me why.

When did our children stop dreaming for themselves and start living for strangers?"

Connect



mindfultechlessons.com



info@mindfultechlessons.com



company/mindful-tech-lessons



[Mindful Tech Lessons](https://www.facebook.com/MindfulTechLessons)



[mindfultechlessons](https://www.instagram.com/mindfultechlessons)





Mindful Tech Lessons

EMPOWERING CAREGIVERS & EDUCATORS IN A DIGITAL WORLD

Jill Anderson, M.A.

Psicología Educativa

Lecciones de tecnología consciente

Criar hijos en un mundo digital es un desafío, pero tienes muchas opciones y no tienes que afrontarlo solo. Obtén herramientas prácticas, estrategias accesibles y apoyo real a través de talleres que empoderan a familias y educadores. Diseñados y facilitados por una maestra orgullosa que solo se preocupa por los niños.

Historias de éxito

¡Fue increíble! El mejor taller para padres al que he asistido. Sin duda.

-Julia G.

Estoy muy presente en la comunidad y te estoy sumamente agradecida, Jill, por liderar y abrir camino... Nos has inspirado muchísimo. Mi más sincero agradecimiento ❤️.

-Kat M.

Ayer revisé sus materiales (que son increíbles, muy reflexivos y útiles) y reflexioné sobre la gran diferencia que están generando en la comunidad. La información que brindan no solo es crucial para proteger a todos nuestros niños de los peligros, conocidos y desconocidos. - Carrie S.

Objetivos

- 1 Investigación cerebral, leyes y recomendaciones
- 2 Alternativas a los teléfonos inteligentes, consejos de seguridad y filosofías tecnológicas familiares
- 3 Creación de un plan tecnológico familiar personalizado (Normas)
- 4 Infancia basada en el juego vs. infancia basada en la tecnología: aumento de la lectura y la independencia

Qué esperar

- ✓ Consejos para profesores y padres
- ✓ Carpetas de recursos y kits de pausa y reproducción
- ✓ Alternativas a teléfonos inteligentes y sin pantalla
- ✓ ¡Libros, libros, libros!

Misión

Nuestra misión es apoyar a familias y comunidades para criar niños sanos y felices que prosperen en el mundo actual. Ofrecemos información basada en investigaciones y seleccionamos recursos prácticos para fomentar el uso consciente de la tecnología. También nos apasiona formar lectores de por vida, fomentar la independencia y fomentar experiencias del mundo real para nuestros niños.



Servicios

Capacitación para
padres y cuidadores

Seminarios para
educadores

Eventos en vivo y
mesas redondas

Sesiones prácticas
para estudiantes

Desarrollo
profesional

Recursos y kits de
herramientas
personalizados

"Estoy comprometido con esta misión porque..."

Mucho ha cambiado demasiado rápido. Cuando empecé a dar clases, los niños me miraban con ojos brillantes y decían que querían ser veterinarios porque amaban a los animales, maestros porque les encantaba ayudar a los niños o atletas porque les encantaba practicar deportes. Hoy, la respuesta más común que escucho es: "Quiero ser youtuber" o "influencer", y ya no me dicen por qué.

¿Cuándo dejaron nuestros hijos de soñar por sí mismos y empezaron a vivir para extraños?

Conectar



mindfultechlessons.com



info@mindfultechlessons.com



[company/mindful-tech-lessons](https://www.linkedin.com/company/mindful-tech-lessons)



[Mindful Tech Lessons](https://www.facebook.com/Mindful-Tech-Lessons)



[mindfultechlessons](https://www.instagram.com/mindfultechlessons)

