



**DARF ICH  
MIT DEM HANDY  
SPIELEN?**

## Medien-Kompetenz

Mit dem Handy, Tablet, Computer oder Fernseher sinnvoll Zeit verbringen.

Ab und zu brauchen wir eine schnelle Lösung.  
Wir geben unseren Kindern das Tablet, ein Computer-Spiel oder wir schalten den Fernseher ein.  
Das darf auch manchmal sein. Aber nicht immer.  
Das Kind muss auch andere Möglichkeiten kennen, um sich zu beschäftigen.

## Hier ein paar Tipps für dein Verhalten:

### ● Vereinbare fixe Uhrzeiten!

Wann darf das Handy oder das Tablet, der Computer benutzt werden?

Zum Beispiel nach der Hausübung.

Wann gibt es Zeiten ohne Computer-Bildschirm oder Handy?

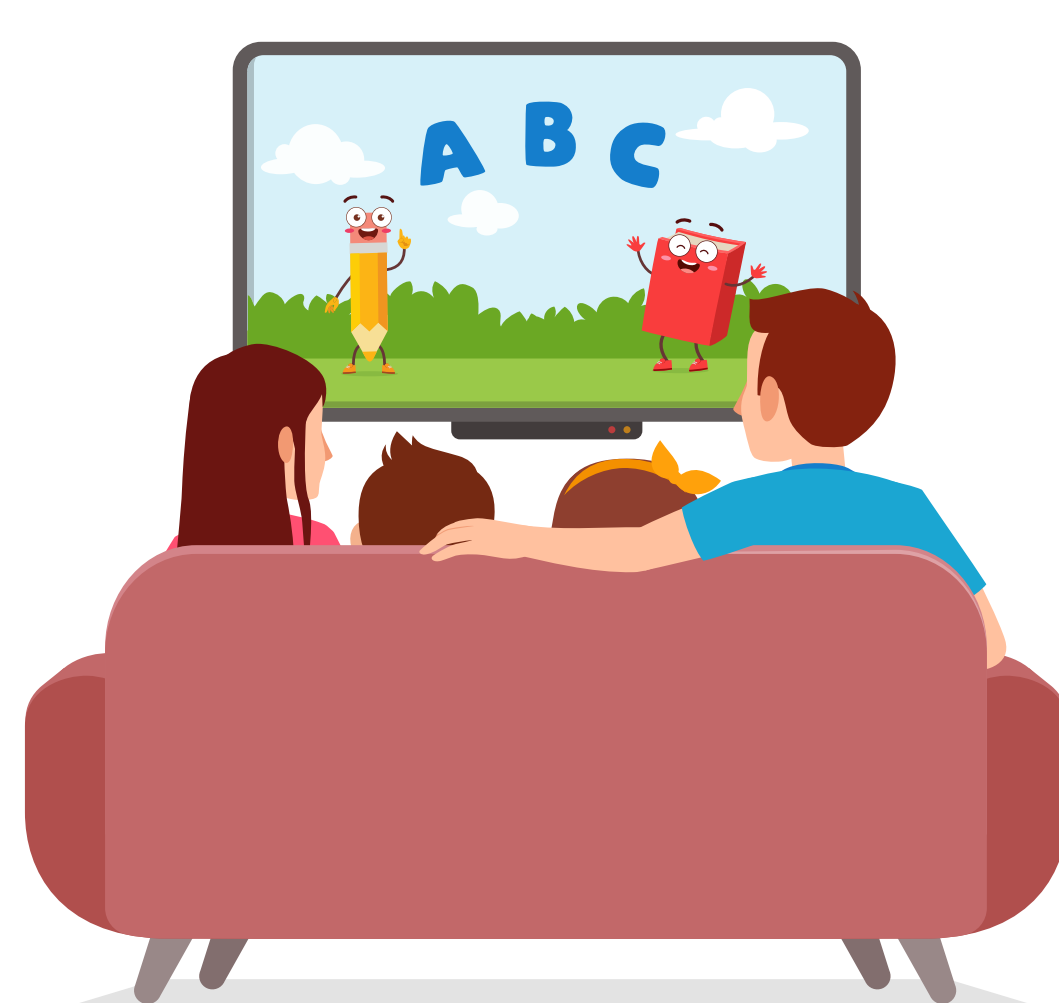
Zum Beispiel beim Essen oder vor dem Schlafen gehen.



### ● Schau mit deinem Kind gemeinsam

die Spiele oder die Filme am Fernseher an.

Beschäftigt dein Kind ein Thema oder eine Handlung besonders? Rede mit deinem Kind darüber.



### ● Bist du selbst ein gutes Vorbild für dein Kind?

Lebst du deinem Kind vor, was du von ihm erwartest?

### ● Hier ist eine Idee: So machst du sichtbar, wie oft Medien benutzt werden:

Nimm ein Papier-Maßband.  
Zum Beispiel aus dem Möbelgeschäft.  
Schneide bei jedem Mal, wenn Medien benutzt wurden, ein paar Zentimeter ab. So wird die Zeit klarer sichtbar!

Kinder müssen zuerst Erfahrungen mit Menschen und Dingen zum Angreifen sammeln.

Erst dann sollten sie mit der Medien-Welt vertraut werden.

Die Medien-Welt ist zum Beispiel:

das Handy oder das Tablet,  
der Fernseher oder  
der Computer oder das Computer-Spiel.

**Für Kinder ist es wichtig, viel Zeit in der wirklichen Welt zu verbringen.**



SUPRO - Gesundheitsförderung und Prävention  
Am Garnmarkt 1, 6840 Götzis



Leicht Lesen