

Weitere Informationen

Jugend und Medien.

Das ist der Name einer Schweizer Plattform vom Bundes-Amt für Sozial-Versicherungen. Die Plattform gibt es im Internet. Das ist die Adresse von der Webseite: www.jugendundmedien.ch

Warum gibt es die Plattform **Jugend und Medien**?

Sie informiert über digitale Medien. Und sie möchte Eltern und Kindern helfen.

Die Informationen in diesem Flyer sind für:

- Eltern und andere wichtige Personen von Kindern von **6 bis 13 Jahren** (Schulkinder)

Es gibt 2 andere Flyer.

Die Informationen in diesen 2 Flyern sind für:

- Eltern und Bezugs-Personen von Kindern **bis 7 Jahren**
- Eltern und Bezugs-Personen von Jugendlichen von **12 bis 18 Jahren**

Alle Flyer gibt es in 16 Sprachen.

Sie finden die Flyer auf dieser Webseite:

www.jugendundmedien.ch/bestellung-publikationen

Auf dieser Webseite finden Sie noch mehr Informationen:

www.jugendundmedien.ch/empfehlungen-leichte-sprache



Dieser Flyer ist von:

Jugend und Medien
Nationale Plattform zur Förderung von Medien-Kompetenzen
Bundes-Amt für Sozial-Versicherungen
und
ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften
Departement Angewandte Psychologie
Fach-Gruppe Medien-Psychologie
Leiter: Prof. Dr. Daniel Süss, MSc Gregor Waller

Die Fotos sind von:

Pia Neuenschwander, www.photopia.ch



Bestellung (kostenlos):

BBL, Verkauf Bundespublikationen, CH-3003 Bern

www.bundespublikationen.admin.ch > Aktuelles >

Jugend und Medien

Bestellnummer: 04.22 4000 860508595

318.866, Deutsch



Übersetzung in Leichte Sprache, Stufe A2:
Pro Infirmis, Büro für Leichte Sprache.

© 2020 Jugend und Medien, Nationale Plattform zu Förderung von Medienkompetenzen, Bundesamt für Sozialversicherungen/ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften

Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften

zhaw Angewandte Psychologie

 Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Sozialversicherungen BSV



**Digitale Medien –
Wichtige Empfehlungen**

www.jugendundmedien.ch



Das ist gut zu wissen

Digitale Medien sind heute überall. Das sind zum Beispiel Webseiten, Apps oder Computer-Spiele. Wir nutzen digitale Medien auf elektronischen Geräten, zum Beispiel:

- Smartphone
- Fernseher
- Tablet
- Computer

Auch Schulkinder finden digitale Medien interessant. Schulkinder sehen: So nutzen die Eltern digitale Medien

Schulkinder benutzen digitale Medien auch selbst: in der Freizeit, in der Schule

Kinder müssen lernen, digitale Medien gut zu nutzen.

Sie als Eltern sollen Ihren Kindern dabei helfen.

Wir möchten Ihnen ein paar Tipps geben.



Das sind unsere Tipps

1 Kinder brauchen in der Freizeit verschiedene Aktivitäten.

Ihr Kind soll in der Freizeit **nicht** nur digitale Medien nutzen. Schauen Sie, dass Ihr Kind in der Freizeit verschiedene Dinge macht.

2 Sagen Sie Ihrem Kind, wie lange es am Bildschirm sein darf.

Machen Sie mit Ihrem Kind zusammen ab: So viel Zeit pro Tag oder pro Woche darf Ihr Kind am Bildschirm sein.

Sagen Sie Ihrem Kind auch, was es sehen oder spielen darf. Und prüfen Sie, dass Ihr Kind diese Regeln einhält.

3 Benutzen Sie das Internet zusammen mit Ihrem Kind.

- Sie als Eltern sollten:
- Ihrem Kind helfen, Informationen im Internet zu finden.
 - Mit Ihrem Kind über seine Erfahrungen im Internet sprechen.

4 Sie sind ein Vorbild für Ihre Kinder.

Kinder schauen genau, wie Eltern und Bezugs-Personen digitale Medien nutzen. Deshalb: Passen Sie auf, wie **Sie selbst** die digitalen Medien nutzen.

5 Filme und Computer-Spiele: Ist Ihr Kind alt genug?

Sie als Eltern kennen Ihr Kind am besten. Sie wissen, welche Filme und Computer-Spiele Ihr Kind verstehen kann.

Die Alters-Freigabe steht auf vielen Filmen und Games. Alters-Freigabe bedeutet: Ein Film oder ein Computer-Spiel ist gut für Kinder ab einem bestimmten Alter.

6 Digitale Medien sind keine Babysitter.

Hat Ihr Kind **keine** Idee zum Spielen? Oder ist Ihr Kind unruhig? Dann sollten Sie digitale Medien **nicht** als Babysitter brauchen.

Digitale Medien fordern Ihr Kind. Achten Sie darauf, dass sich Ihr Kind auch entspannt. Das heisst, Zeit **ohne** digitale Medien verbringt.

7 Mit Ihrem Kind sprechen ist wichtig.

Eine Filter-Software auf den Geräten kann ein Schutz sein. Aber eine Filter-Software bietet **keinen** vollständigen Schutz. Sie als Eltern sollen **immer sehen**, was Ihre Kinder an den elektronischen Geräten machen.

Dann sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber.

8 Vorsicht mit privaten Daten und Online-Freunden.

Möchte Ihr Kind persönliche Informationen und Bilder von **sich selbst** oder von anderen teilen? Dann soll Ihr Kind **Sie vorher fragen**.

Lernt Ihr Kind eine Person im Internet kennen? Dann soll Ihr Kind diese Person **nicht allein** treffen.

9 Bilder teilen und verschicken.

Möchte Ihr Kind Bilder und Filme teilen oder verschicken? Und sind auf diesen Bildern und Filmen andere Personen? Dann muss Ihr Kind zuerst diese Personen fragen.

10 Respekt im Internet.

Sagen Sie Ihrem Kind, dass es auch im Internet diese Regel einhalten muss: Mit anderen Menschen soll es

- mit Respekt schreiben,
- mit Respekt sprechen.

11 Falsche Informationen und Werbung in digitalen Medien.

Es ist wichtig, dass Ihr Kind weiss: Im Internet gibt es viele falsche Informationen (Fake News). Und im Internet gibt es viel Werbung.

12 Digitale Medien positiv und kreativ nutzen.

Mit digitalen Medien kann Ihr Kind viel ausprobieren. Im Internet gibt es:

- sehr gute Spiele und Videos für Schul-Kinder
- viele interessante Lern-Webseiten
- viele gute Übungs-Videos (Tutorials)