**Computer, Handy & Co**

Zu diesem aktuellen Thema bietet das Kinderschutzzentrum eine dreiteilige Weiterbildung an. In Bütschwil und Dietfurt haben wir die Chance gepackt: Der erste Teil richtete sich an die Lehrpersonen - während eines halben Tages wurden sie ins Thema „Umgang mit den Medien“ eingeführt. Im zweiten Teil arbeiteten Fachleute mit den 5. / 6. Klässlerinnen und Klässlern. Für den dritten Teil der Weiterbildung wurden die Eltern eingeladen. Abhängig vom Alter ihrer Kinder wurden sie über den sinnvollen Umgang mit Computer, Handy & Co. informiert. Die sehr hohe Beteiligung der Eltern freute uns sehr und zeigte, dass dieses Thema in den Familien aktuell ist.

Die Referentinnen vertraten klar die Devise, dass Handy & Co zu unserem Alltag gehören, dass aber ein gemässigter und sinnvoller Umgang erlernt werden muss.

**Es gelten folgende Empfehlungen:**

**3-6-9-12-Faustregel**

* kein Bildschirm unter 3 Jahren,
* keine eigene Spielkonsole vor 6,
* kein Internet vor 9
* kein unbeaufsichtigtes Internet vor 12

**Begleitung ist besser als Verbote**

Kinder benötigen in digitalen Welten die Begleitung durch die Eltern. Reden Sie mit dem Kind über seine Erfahrungen mit digitalen Medien. Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen sind Vorbilder in Bezug auf Medien. Überprüfen Sie Ihre eigenen Mediengewohnheiten.

**Bildschirmzeiten gemeinsam festlegen**

Bestimmen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind, wie viel Zeit es pro Tag oder pro Woche vor Bildschirmen verbringen darf. Setzen Sie klare Grenzen und achten Sie darauf, dass die Abmachungen eingehalten werden.

Egal, ob die Kinder fernsehen, spielen oder im Internet surfen, empfohlen werden folgende Bildschirmzeiten:

* bis 3 Jahre – kein Medienkonsum
* 3-5 Jahre – 30 Minuten pro Tag
* 6-9 Jahre – 5 Stunden pro Woche
* 10 -12 Jahre – 10 Stunden pro Woche

**TV, PC und Spielkonsole gehören nicht ins Kinderzimmer**

Platzieren Sie die Geräte in einem Gemeinschaftsraum. Behalten Sie Smartphones und Tablets im Auge.

**Bildschirme sind keine Babysitter**

Sorgen Sie für Freizeitaktivitäten ohne digitale Medien.

**Beachten Sie Altersfreigaben**

für Filme (jugendundmedien.ch) und Computerspiele (pegi.ch).

**Uns Lehrpersonen ist es ein grosses Anliegen, wenn diese Geräte altersentsprechend und kontrolliert verwendet werden und diese Empfehlungen zum Wohle Ihrer Kinder beherzigt werden.**