

Digitale Medien im Familienalltag

Beratung für die ganze Familie



Digitale Medien gehören heute ganz selbstverständlich zum Familienalltag. Viele Familien fragen sich dabei: Was ist sinnvoll? Was passt zu unserer Familie? In einem **unverbindlichen Gespräch** unterstützen wir Sie dabei, passende Lösungen für Ihren Familienalltag zu finden.

Vielleicht fragen Sie sich zum Beispiel:

- Wie viel Medienzeit ist sinnvoll?
- Einführung eines Medienvertrags
- Ab wann ein eigenes Smartphone?
- Welche Spiele oder Apps sind geeignet?
- Umgang mit sozialen Medien oder Gaming



Medienkompetenz fördern

Verantwortungsvoller Umgang
mit Medien



Alltagstaugliche Lösungen

Praktisch umsetzbar im Alltag



Individuelle Begleitung

freiwillig, vertraulich und kostenlos

Kontakt via Klapp, E-Mail oder Telefon

Die entsprechenden Kontaktdaten finden Sie auf unserer Webseite:

Regionale Schulsozialarbeit Sins:

www.schulesins.ch/schulsozialarbeit

Das Wichtigste im Überblick

Vorbild im Umgang mit Medien sein

Kinder orientieren sich stark am Verhalten der Erwachsenen. Ein bewusster und reflektierter Umgang mit digitalen Medien hilft ihnen, selbst gesunde Gewohnheiten zu entwickeln.

Für eine ausgewogene Freizeit sorgen

Digitale Medien sind Teil des Alltags. Gleichzeitig brauchen Kinder auch Bewegung, soziale Kontakte und kreative Aktivitäten ausserhalb der Bildschirmzeit.

Kinder im digitalen Alltag begleiten

Kinder benötigen Orientierung im Umgang mit digitalen Medien. Gespräche über Inhalte, Erfahrungen und mögliche Risiken unterstützen sie dabei, Medien kompetent zu nutzen.

Medienregeln gemeinsam vereinbaren

Klare und gemeinsam besprochene Regeln schaffen Orientierung und Sicherheit. Sie helfen, Konflikte zu vermeiden und einen verantwortungsvollen Umgang mit Medien zu fördern.

Weitere Infos:

www.jugendundmedien.ch