



Elternanlass

Primarschule
Vignettaz

Myrta Isenschmid
Valérie Lehmann





INFORMATION
& PROJETS

SP

Strasse & Projektrealisation

Die Jugendlichen empfangen, auf sie zugehen und auf ihre Erwartungen und Bedürfnisse eingehen

IP

Information & Projekte

Personen und Einrichtungen, die mit Jugendlichen zu tun haben, bei ihrer erzieherischen Aufgabe, dem Erkennen von Problemsituationen und der Schaffung eines gesundheitsfördernden Umfelds unterstützen

CAS

Zentren für soziokulturelle Animation

Den Jugendlichen einen Treffpunkt bieten und die Bevölkerung unterstützen, um das Quartierleben zu fördern

PREFO

Berufliche Vorbildung

Jugendliche und junge Erwachsene durch eine individuelle Begleitung bei der Verwirklichung ihres Berufsbildungsprojekts unterstützen

CHOICE

Ressourcen & Entwicklung

Jugendliche und ihre Familien bei schulischen oder familiären Problemen begleiten, wobei ihre Kompetenzen gestärkt werden

12

Arbeitsorte

73

Mitarbeitende

850

Offener Treff

466

Gesundheitsprävention



EXPERTISEBEREICHE VON REPER

- Risikokonsum (Cannabis, Alkohol, Partydrogen)
- Risikoverhalten (Cyber-Mobbing, exzessives Onlineverhalten)



WER HAT...?



JA



NEIN

DEFINITION BILDSCHIRMMEDIEN



EMPFEHLUNGEN BILDSCHIRMZEIT

0-2 Jahre

- **Keine Bildschirme**
(Nähe, Blickkontakt und Zuwendung sind in diesem Alter das Wichtigste)
- Warum?
 - Das Gehirn entwickelt sich rasant – Kinder lernen am besten durch soziale Interaktionen
 - Passiver Medienkonsum kann die Sprachentwicklung und Aufmerksamkeitsspanne beeinträchtigen

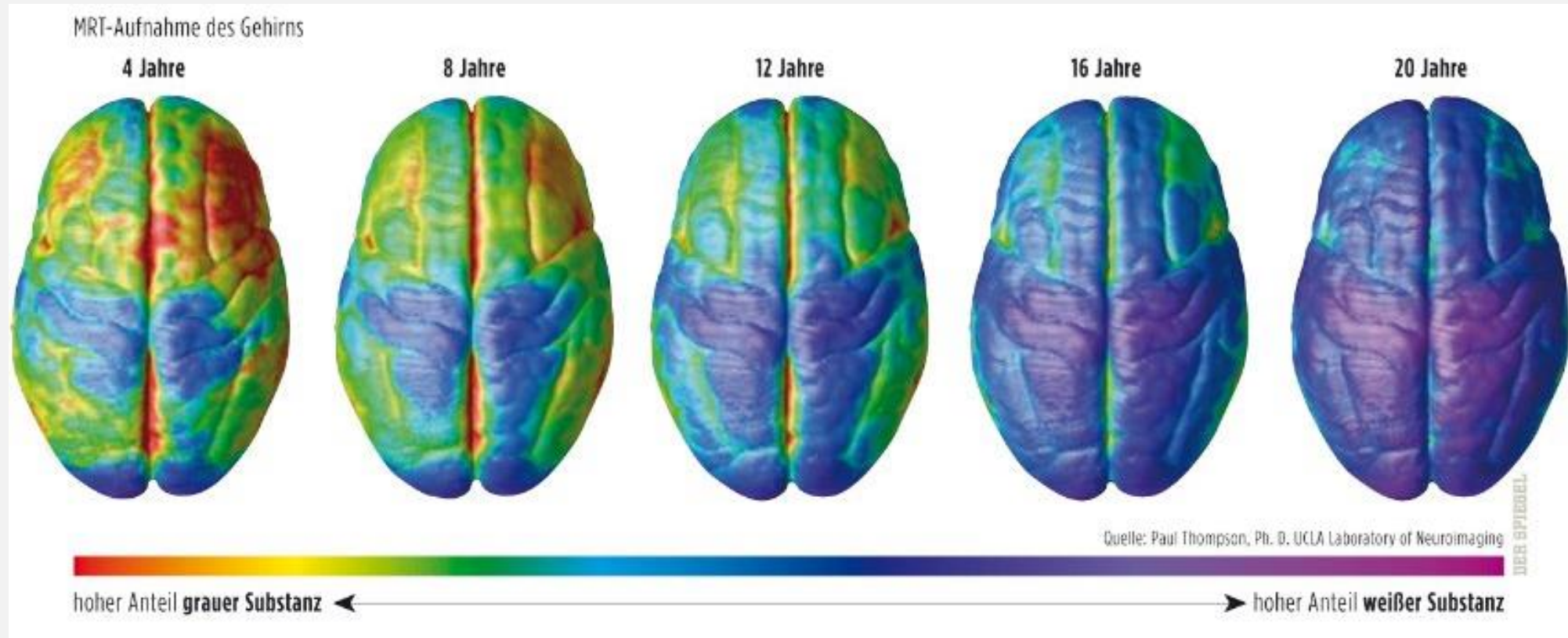


HIRNENTWICKLUNG

Die Hirnstruktur ist nicht von Anfang an da, sie muss gebildet werden.



HIRNENTWICKLUNG



Quelle: Der Schulmeister: Pubertät und Hirnforschung (schulmeister-absalom.blogspot.com)







BEDÜRFNISSE FÜR EINE GESUNDE ENTWICKLUNG

BEZIEHUNG UND ORIENTIERUNG

- Sichere, liebevolle Bindung
- Verlässliche Strukturen und Grenzen

KÖRPERLICHE BEDÜRFNISSE

- Schlaf, Bewegung und regelmässige Mahlzeiten
- Täglich frische Luft

FREIRAUM FÜR EIGENE ERFAHRUNGEN

- Vielfältige Sinneserfahrungen, freies Spiel und soziale Kontakte
- Auch mal Langeweile!



EMPFEHLUNGEN BILDSCHIRMZEIT

3-5 Jahre	6-8 Jahre
• Sehr begrenzt • Kurze Momente (10-15 Minuten) • Entdecken • Angepasster Inhalt • Begleitung durch Eltern (gemeinsames Schauen oder Mitmachen) • Verzicht auf Bildschirme möglich	• Erlernen der Bildschirmnutzung beginnt • Entwicklung von Kompetenzen • Klare, gemeinsam vereinbarte Rahmenbedingungen schaffen • 30 bis max. 60 Min. pro Tag



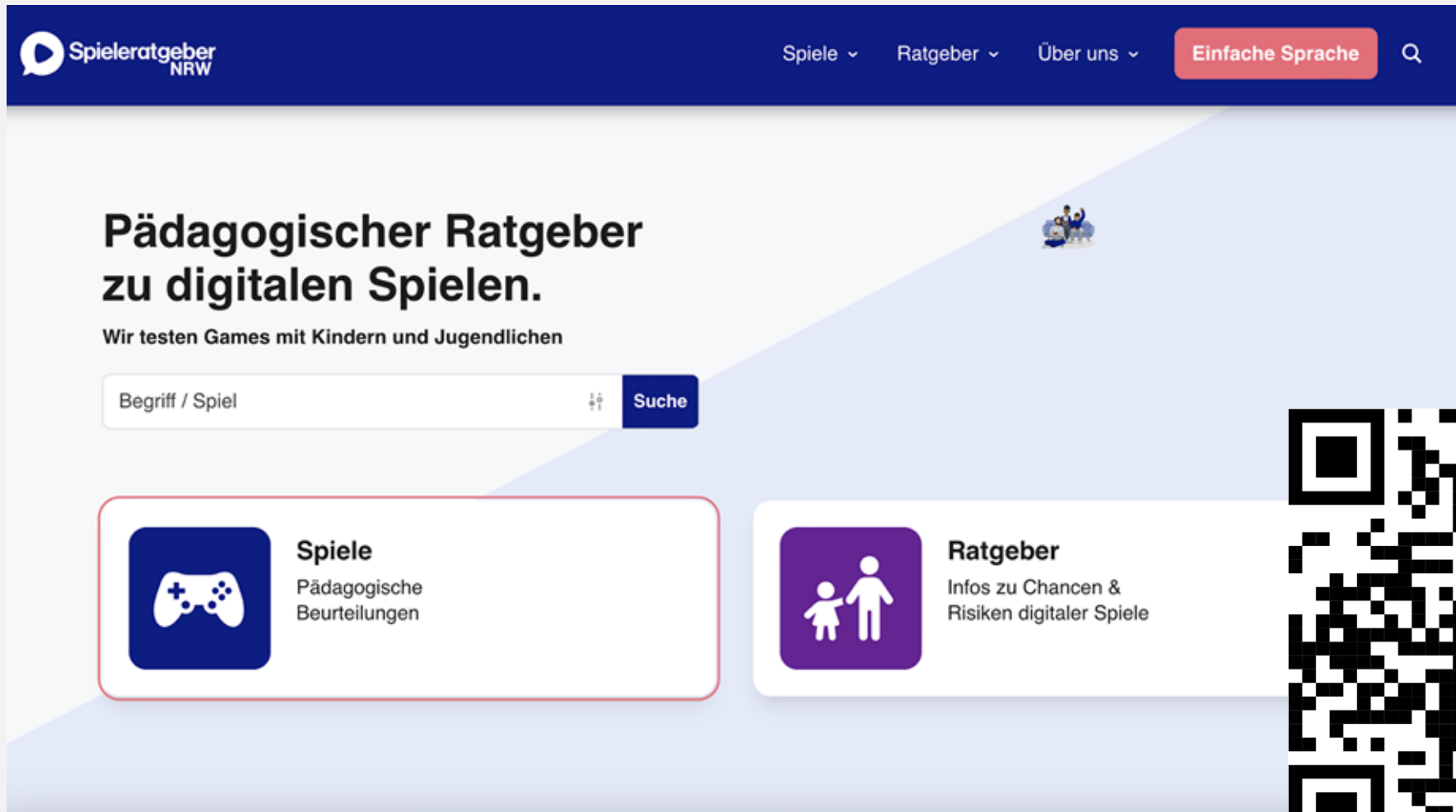
PEGI – ORIENTIERUNG FÜR ELTERN

PEGI kategorisiert Spiele in die folgenden Alterskategorien: 3, 7, 12, 16 oder 18.



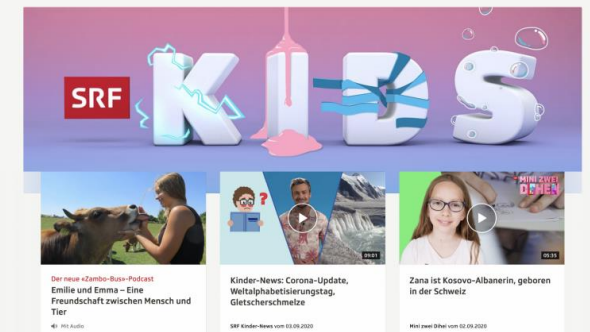


PÄDAGOGISCHER RATGEBER



INTERNETSEITEN FÜR KINDER

- www.srf.ch/kids (Kinderprogramm von Schweizer Radio und Fernsehen)
- KiKA.de (Kindersichere Alternative zu YouTube/Netflix)
- <https://seitenstark.de/> (Apps und Webseite für Kinder)
- www.fragfinn.de (Internet-Suchmaschine für 6-12-Jährige)
- helles-koepfchen.de (Wissensportal & Suchmaschine für 8-16-Jährige)
- klexikon.de (Kinderlexikon)
- www.ulladieeule.ch (Vorlesebücher zur Förderung der Medienkompetenz)



SCHUTZ DER PRIVATSPHÄRE

Anleitung zu Sicherheitseinstellungen für Datenschutz, Privatsphäre und Sicherheit im Internet.



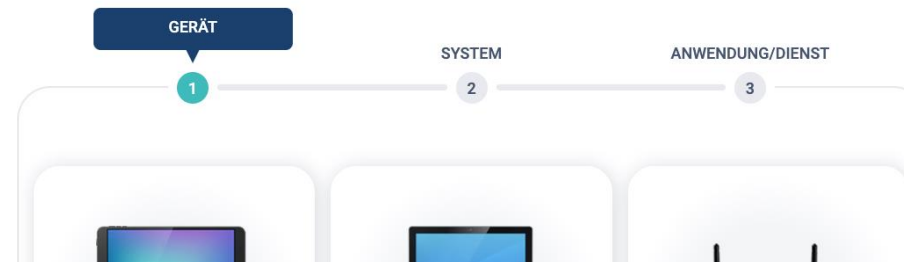
Medien kindersicher

Ihr Portal zum technischen Jugendmedienschutz

Medien-kindersicher.de informiert Eltern über technische Schutzlösungen für die Geräte, Dienste und Apps ihres Kindes.

Als Besonderheit bieten wir Ihnen mit unserem **Medien-kindersicher-Assistenten** die Möglichkeit, sich auf der Grundlage des Alters Ihres Kindes und den von ihm genutzten Geräten und Diensten eine **maßgeschneiderte Schutzlösung** zu erstellen.

Wählen Sie Anleitungen zu den Geräten, Diensten und Apps Ihres Kindes



RISIKEN



VERZÖGERUNGEN IN DER SPRACHENTWICKLUNG



Psychisch

ANGST



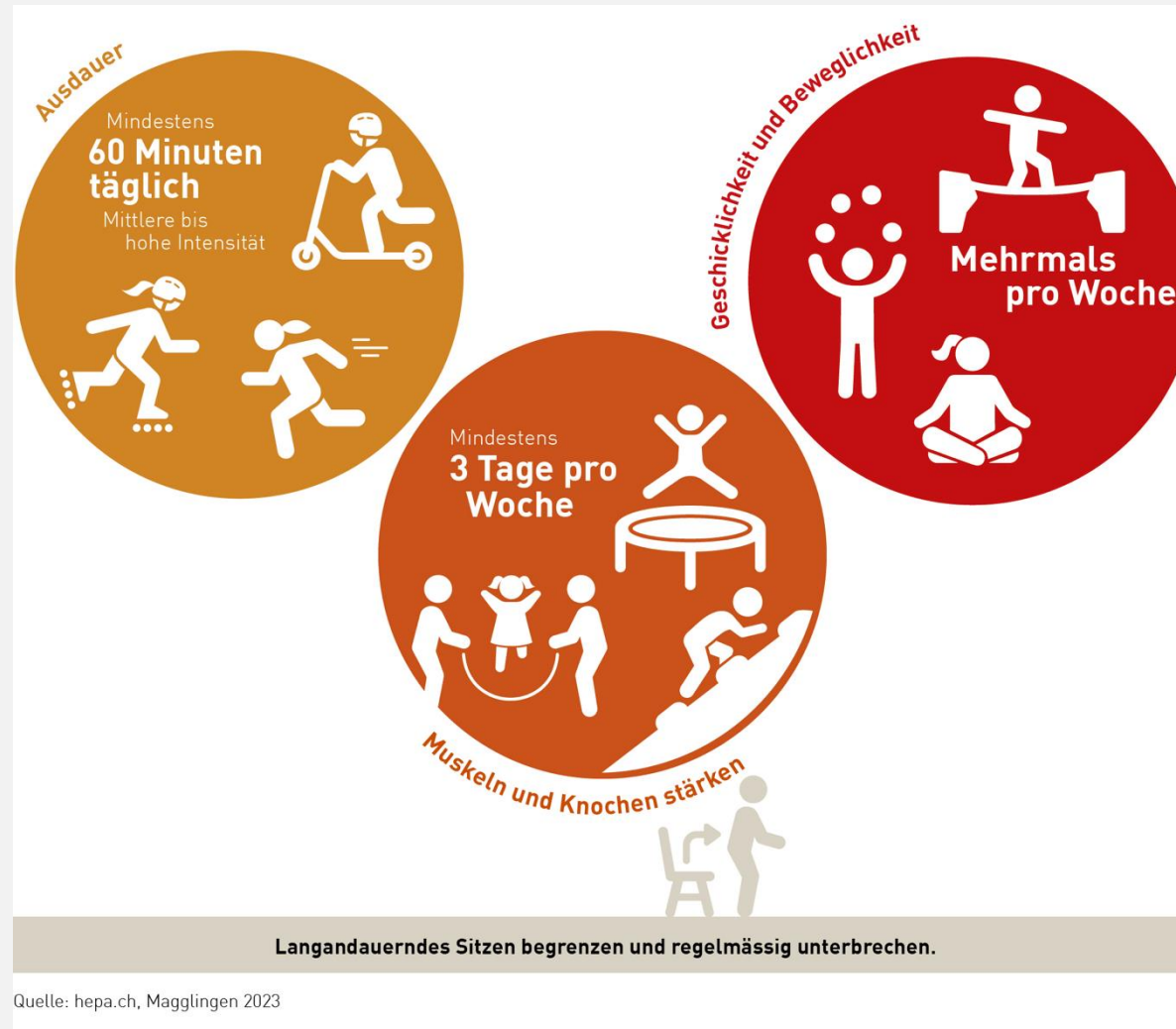
Psychisch

BEWEGUNGSMANGEL



Körperlich

BEWEGUNGSEMPFEHLUNGEN (5-17 J.)



SCHLAF



Körperlich

SMARTWATCH



Sozial

SMARTWATCH – SINNVOLL ODER NICHT?

Was dafür sprechen kann	Was kritisch sein kann
• Kontakt zu Eltern ermöglichen • Kann in bestimmten Situationen Sicherheit geben • Kann den Übergang zu mehr Selbständigkeit erleichtern • Standort kann für Eltern beruhigend sein	• Ständige Ortung kann zur Kontrolle werden • Weniger Gelegenheit, Selbständigkeit zu entwickeln • Eingriff in Privatsphäre • GPS bietet keine absolute Sicherheit



Sozial

WORAUF ACHTEN?

- Kontakt: Welche Erreichbarkeit braucht mein Kind wirklich?
- Ortung: Nötig? Weiss mein Kind, wann es geortet wird?
- Nutzungszeiten: Wann ist sie an – wann aus?
- Inhalte: Muss wie bei anderen Bildschirmen geprüft werden.
- Selbstständigkeit: Fördert sie diese, oder nimmt sie dem Kind eigene Erfahrungen ab?

Ziel: Werkzeug, keine permanente Verbindung zwischen Eltern und Kind. Grundsätzlich ist weniger mehr.



ELTERN-KIND-BEZIEHUNG



Sozial

STILL FACE EXPERIMENT



Quelle: Tornick (1978)



ELTERN ALS VORBILD

- Grundsätzlich gilt: Die Bildschirmnutzung sollte die Interaktion mit dem Kind möglichst wenig stören!
- Machen Sie sich bewusst, in welchen Situationen Sie Bildschirme nutzen.
- Reduzieren Sie im Beisein des Kindes Aktivitäten am Bildschirm, die eine hohe Konzentration erfordern.
- Teilen Sie mit Ihrem Kind täglich Momente der vollen Aufmerksamkeit.



Sozial

ELTERN ALS VORBILD

Kinder machen nicht das, was wir
SAGEN
sondern das, was wir TUN



Sozial

WO? WANN? WAS?



UMGANG IM FAMILIENALLTAG: WAS SICH BEWÄHRT

BEZIEHUNG UND BEGLEITUNG

- in Verbindung bleiben und Interesse zeigen
- Begleiten statt überwachen
- Klare Haltung einnehmen und diese erklären

REGELN UND VEREINBARUNGEN

- Regeln gemeinsam festlegen und Konsequenzen vereinbaren
- Bildschirmfreie Zeiten festlegen: beim Essen, vor dem Schlafengehen, bei den Hausaufgaben
- Absprachen unter Eltern



UMGANG IM FAMILIENALLTAG: WAS SICH BEWÄHRT

INHALTE UND RAHMENBEDINUNGEN

- Inhalte bewusst auswählen und altersgerecht gestalten
- Bildschirme möglichst in Gemeinschaftsräumen nutzen
- Sich am jüngsten Familienmitglied orientieren oder attraktive Alternativen bieten (Bewegung, Spielen, Kreatives...)

HERAUSFORDERUNGEN IM ALLTAG

- Bildschirme nicht als Belohnung oder Bestrafung einsetzen
- Übergänge gestalten: Was kommt danach?
- Bei Games: Spielsequenzen statt fixe Zeitvorgaben vereinbaren



LINKS

- www.digiharmo.ch
- www.jugendundmedien.ch (Informationsportal für die Förderung von Medienkompetenz)
- www.saferinternet.at (Hilfe bei Erziehungsfragen)
- www.klicksafe.de (Infos und Tipps für Eltern bei der Medienerziehung)
- www.schau-hin.info (Infos und Tipps für Eltern bei der Medienerziehung, Trends)
- www.play-smart.ch (Verantwortungsbewusster Umgang mit Videospielen)

MEDIENNUTZUNGSVERTRAG

Mediennutzungsvertrag

Wir erstellen einen Mediennutzungsvertrag

Neuer Vertrag
Vertrag öffnen
Speichern
Drucken/PDF
Gestaltung
Vertrag löschen
Hilfe

Regeln
§
Clock
Smartphone
Globe
TV
Gamepad

01:56

Neuen Vertrag öffnen

Bestehenden Vertrag öffnen





Vielen Dank!

valerie.lehmann@reper-fr.ch

myrta.isenschmid@reper-fr.ch

