SIE SUCHEN UNTERSTÜTZUNG IN ALLTÄGLICHEN ERZIEHUNGSFRAGEN?



In unserer Berliner Präventionspraxis in Steglitz bieten wir Ihnen kostenfrei, schnell und unbürokratisch Beratungen an.

Kontaktieren Sie uns gerne telefonisch oder vor Ort während unserer Öffnungszeiten, immer dienstags von 10.00-17.00 Uhr, mittwochs von 12.00-17.00 Uhr und freitags von 9.00-14.00 Uhr.

Hier finden Sie uns:

Gutsmuthsstraße 23 | 12163 Berlin 030 – 29 35 26 44 | info@berlin-praeventionspraxis.de www.berlin-praeventionspraxis.de





NUTZEN SIE AUCH UNSEREM INTERAKTIVEN ELTERNRATGEBER UM IHRE KINDER VOR RISKANTEM UMGANG MIT ALKOHOL, CANNABIS ODER HANDY SCHÜTZEN.

www.kompetent-befaehigen.de



FACHSTELLE FÜR
SUCHTPRÄVENTION
IM LAND BERLIN



Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH

030 – 29 35 26 15 | info@berlin-suchtpraevention.de www.berlin-suchtpraevention.de | www.kompetent-gesund.de









STÄNDIGE DISKUSSIONEN MIT DEN KINDERN...

... WEGEN HANDY, TABLET ODER SPIELKONSOLE?



TIPPS ZUM UMGANG MIT MEDIEN IN DER FAMILIE

UM SIE IM FAMILIÄREN ALLTAG IM UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN ZU UNTERSTÜTZEN, HABEN WIR FOLGENDE 10 REGELN ZUSAMMENGESTELLT:

- Seien Sie ein Vorbild für Ihr Kind
 Beobachten Sie Ihren eigenen Medienkonsum, schalten
 Sie Ihre digitalen Geräte auch mal aus.
- Vereinbaren Sie medienfreie Zeiten oder Räume Zum Beispiel während der gemeinsamen Mahlzeiten oder im Kinderzimmer nach einer bestimmten Uhrzeit.
- Fördern Sie alternative Beschäftigungen, Hobbies und unternehmen Sie etwas gemeinsam mit der Familie Schaffen Sie Ersatz für Online-Geräte, wie z.B. ein Wecker statt der Weckfunktion beim Smartphone.
- Behalten Sie den Überblick über die Aktivitäten Ihres Kindes Lassen Sie sich zeigen, was es macht, fragen Sie nach.
- Zeigen Sie Interesse und bleiben Sie in Kontakt
 Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, was
 es alles so im Netz macht. Benennen Sie,
 wenn Sie sich Sorgen machen. Holen Sie
 sich, wenn nötig, Unterstützung.



Sprechen Sie mit Ihrem Kind über Risiken im Netz

Was kann zum Beispiel problematisch daran sein, Privates in sozialen Netzwerken zu teilen?



Entwickeln Sie wenn möglich gemeinsam z.B. einen Mediennutzungsvertrag, und halten Sie diesen auch ein.

- Achten Sie auf die Privatsphäre Ihres Kindes
 - Veröffentlichen oder posten Sie nur Fotos, wenn Ihr Kind einverstanden ist, bzw. es nicht zu erkennen ist.
- Man kann nicht alles wissen informieren Sie sich, zum Beispiel bei:
 - Fachstelle für Suchtprävention Berlin: Informationen, Beratung, Elternseminare
 - Schau-hin.info: Infomaterialien, Ratgeber, Anleitungen für Geräte
 - Klicksafe.de: Infomaterialien, Ratgeber
 - www.mediennutzungsvertrag.de