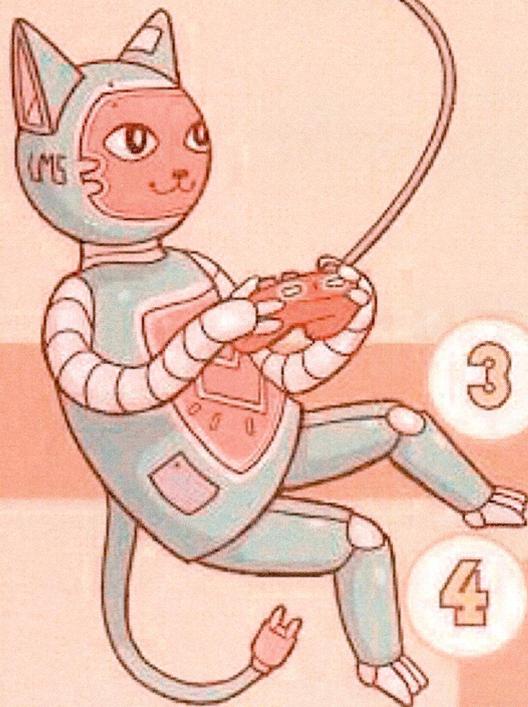


DIE GOLDENEN REGELN

fürs Gaming



1

Such dir ein Spiel aus und frag deine Eltern, ob sie sich das Spiel mit dir zusammen anschauen.

2

Bitte deine Eltern, dir das Spiel zu installieren. Achte dabei auf Kosten und Werbung.

3

Spielt die ersten Level zusammen oder lass deine Eltern zuschauen.

4

Vereinbare mit deinen Eltern, wann und wie lange du spielen darfst. Denke dabei auch an Pausen!

5

Halte dich an diese Vereinbarung (kein Quengeln!). 😊

6

Erledige deine (Haus-) Aufgaben vor dem Spielen.

7

Sag deinen Eltern Bescheid, wenn dir etwas seltsam vorkommt oder dir Angst macht.

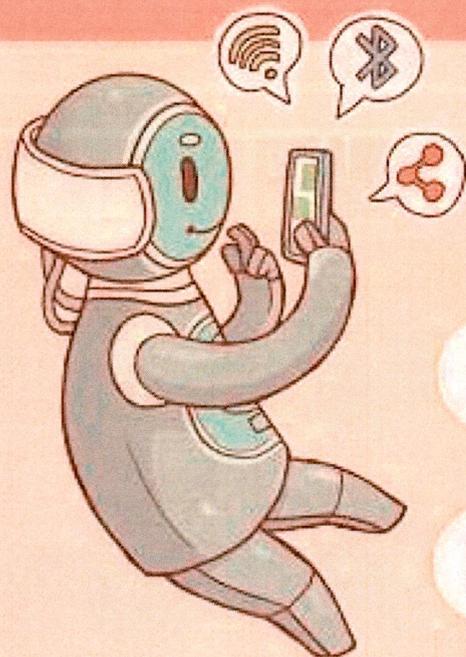
8

Spiele auch immer mal wieder mit Eltern, Freunden oder Geschwistern.



DIE GOLDENEN REGELN

fürs Smartphone



1 Überlege wofür du dein Smartphone benutzen möchtest.

2 Lass dir von deinen Eltern dein Smartphone erklären und welche Dienste du am besten ein- und ausschaltest.

3 Such dir die Apps aus, die du gerne benutzen möchtest, und zeig sie deinen Eltern.

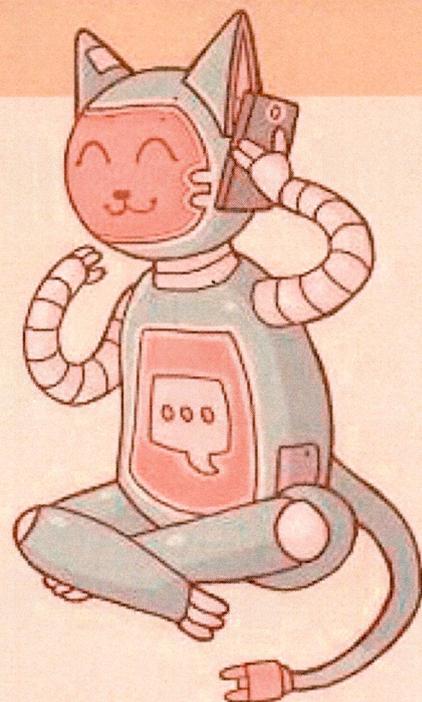
4 Überlass das Installieren der Apps deinen Eltern. Am besten startet ihr dann die Apps gemeinsam und geht zusammen die ersten Schritte durch.

5 Sei vorsichtig und aufmerksam und wenn dir etwas seltsam vorkommt, frag direkt deine Eltern. Es könnte sein, dass deine Eltern Geld bezahlen müssen, wenn du einfach draufklickst.

6 Erzähle und zeige möglichst wenig von dir.

7 Frage deine Eltern nach Tipps für geeignete Apps. Sie wissen, was dir gefallen könnte.

8 Gönn dir auch mal eine Medien-Auszeit.



DIE GOLDENEN REGELN zum Fernsehen

1 Überlege genau, was du dir anschauen möchtest.

2 Lass deine Eltern wissen, was du ausgesucht hast und erkläre ihnen warum.

3 Vereinbare mit deinen Eltern, wie lange du fernsehen darfst. Achte darauf, diese Zeit auch einzuhalten.

4 Lade deine Eltern ein, die Sendung mit dir zusammen anzuschauen.

5 Erst die (Haus-) Aufgaben, dann das Fernsehen.

6 Wenn dir etwas komisch vorkommt, frag direkt deine Eltern.

7 Wenn die Sendung vorbei ist, überleg dir, was du noch unternehmen könntest (Freunde treffen, spielen, raus gehen...).



DIE GOLDENEN REGELN

wahr oder falsch



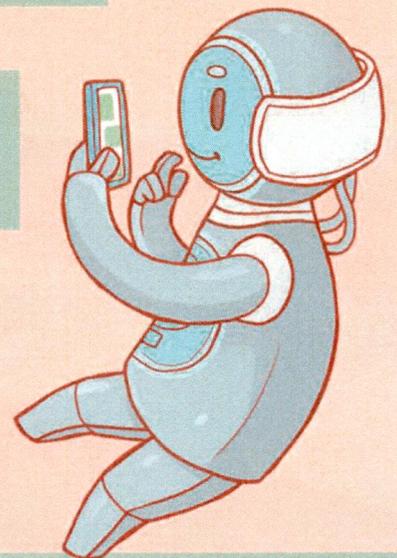
1 Glaube nicht alles, was du im Internet liest oder siehst.

2 Denk daran: Auch Bilder und Videos können lügen.

3 Wenn dir jemand seltsame Nachrichten schickt, sprich mit einem Erwachsenen darüber.

4 Überleg dir, ob eine Nachricht auch stimmt, bevor du sie verschickst oder weiter leitest.

5 Manchmal schickt dir jemand auch mit Absicht falsche Nachrichten. Fall nicht darauf herein!



6 Auch deine Freunde können sich irren und auf falsche Informationen hereinfliegen. Sprecht zusammen darüber, ob ihr der Nachricht trauen könnt.

7 Bleib vorsichtig und surfe nur auf Seiten, die du kennst oder die dir deine Eltern oder Lehrer:in gezeigt haben.



DIE 7 GOLDENEN MEDIENREGELN



1

Überlege genau, was du schauen, hören oder spielen willst.

2

Lass deine Eltern wissen, was du ausgesucht hast und zeig ihnen was du tust.

3

Frag deine Eltern, wenn du Hilfe brauchst.

4

Erst die (Haus-) Aufgaben, dann die Medien.

5

Sei vorsichtig und aufmerksam und wenn dir etwas seltsam vorkommt, frag direkt deine Eltern.

6

Achte darauf, vereinbarte Zeiten einzuhalten.
(Tipp: Wecker stellen).



7

Freunde treffen, basteln, raus gehen, Ball spielen, Fahrrad fahren... was kannst du noch unternehmen?

