



Kinderärzte  
**Dr. Toenne**  
**Dr. Heere**

## Tipps zur Medienerziehung / ab 6 Jahre

Grundsätzlich gilt: **Fernseher gehören nicht ins Kinderzimmer!**

Für **Sechsjährige** sollte höchstens 1 Stunde Fernsehen erlaubt werden. Mit zunehmendem Alter kann der Konsum langsam gesteigert werden, wobei die Eltern immer die **Inhalte kontrollieren** sollten.

Kinder unter 6 Jahren sollten nicht alleine im **Internet** surfen, für ältere Kinder sollten Surf-Portale als Startseite eingerichtet werden, z. B. die Kindersuchmaschine „Blinde Kuh“.

**Eltern sollten aber immer darauf achten, dass Kinder auch genug Bewegung im Freien haben.**

Bei Kindern **ab 10 Jahren** besteht bereits die Gefahr, dass sie zu „Vielsehern“ werden, wenn sie mehr als 3 Stunden täglich vor dem Fernseher verbringen. Eltern sollten über den Fernsehkonsum **klare Absprachen** treffen, einen wöchentlichen Zeitrahmen für Fernsehen, Computernutzung und Gameboy festlegen und konsequent bleiben.

Es ist ein **Alarmsignal**, wenn Kinder über das stundenlange Spielen am Computer Freunde und andere Interessen aufgeben.

### **Mediennutzung schafft Medienkompetenz.**

Ab wann ihre Kinder einen Computer, ein Handy oder einen Gameboy haben sollten, hängt von ihrem Interesse und dem individuellen Entwicklungsstand und dem Elternhaus ab.

Bei [www.flimmo.de](http://www.flimmo.de) geben Experten Tipps zur Fernseherziehung und erklären das Programm der Woche für 3 -13-jährige.

### **Informationsangebote für Eltern im Internet**

Unter: [www.bs-atlas.de](http://www.bs-atlas.de) oder [www.sodis.de](http://www.sodis.de) oder [www.bpb.de/snp](http://www.bpb.de/snp)

Allgemeine Tipps für Eltern zu Internet und Computerspielen unter:

[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de) oder [www.kinderinfo.de](http://www.kinderinfo.de) oder [www.kindernetz.de](http://www.kindernetz.de) oder [www.internet-abc.de](http://www.internet-abc.de)