

Elternveranstaltung Hochfelden | 03. Juni 2026

Kinder, Jugendliche und digitale Medien

Stiftung Pro Juventute



1

Begrüßung



Marion Müller

Psychologin M.Sc.
Fachperson Medienkompetenz

Darum machen wir uns stark für Medienkompetenz:

- Kinder und Jugendliche wachsen in einer digitalisierten Welt auf.
- Um gute Erfahrungen zu haben, müssen sie lernen mit den Risiken im Internet umzugehen.
- Dabei unterstützen wir Kinder, Jugendliche und ihre Bezugspersonen.

2 Pro Juventute | 2026



2

Inhalt und Ziele



Bildschirmzeit

Entwicklung und digitale Medien

Risiken im Internet

Medienbegleitung

Verständnis schaffen | Begleitung stärken | Wissen und Austausch bieten

3 Pro Juventute | 2026



3

Viele Wege führen zum Ziel

Es gibt nicht die eine Lösung



- Werte und Ziele der Eltern sind verschieden
- Entwicklung der Kinder verläuft unterschiedlich, jedes Kind ist individuell
- Bedürfnisse der Familien sind unterschiedlich

4 Pro Juventute | 2026



4

Austausch

Ca. 4 Minuten

**Was soll Ihr Kind mit 18 Jahren im
Umgang mit digitalen Medien können?**

**Wie können Sie Ihr Kind dabei
unterstützen?**



5 Pro Juventute | 2026



5

Bildschirmzeit

Mediennutzung & Medienkonsum



6

Bildschirmzeit

Empfehlung von schau-hin

**0 – 3
Jahre**

Nur sehr dosiert und nicht jeden Tag.
Am besten gar keine Bildschirmzeit.

**4 – 5
Jahre**

Bis eine halbe Stunde am Tag.

**6 – 9
Jahre**

Bis eine Stunde am Tag.

**10 +
Jahre**

Eine Stunde pro Lebensjahr in der Woche.

**Solche Empfehlungen
können Orientierung geben,
sind aber unvollständig.**

Wichtig ist:

- Kind begleiten
- Medienaktivitäten unterscheiden
- Medienfreie Tage

7 Pro Juventute | 2026

Quelle: www.schau-hin.info



7

Bildschirmzeit

Nutzung und Konsum von digitalen Medien bei Kindern

Zyklus 1/2



Medienkonsum

Medien zur **Unterhaltung und
Zeitvertreib** gebrauchen

Mediennutzung

Medien als **Hilfsmittel und
Werkzeug** nutzen

8 Pro Juventute | 2026

Bilder:
Grafik: eigene Darstellung



8

Bildschirmzeit

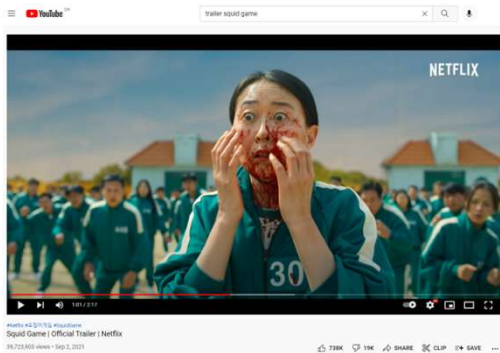
Auch auf die Inhalte kommt es an

Zyklus 2



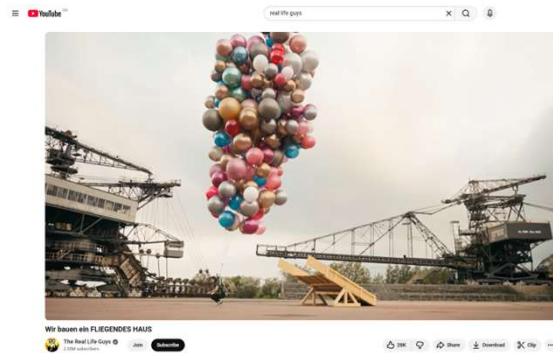
Ungeeignete Inhalte

z.B. Horrorfilm-Trailer, gewalthaltige oder pornografische Inhalte



Geeignete Inhalte

Alters- & entwicklungsgerecht, z.B. Erklär-, Lern- oder Unterhaltungsvideos



Bilder: Printscreen youtube.com



9 Pro Juventute | 2026

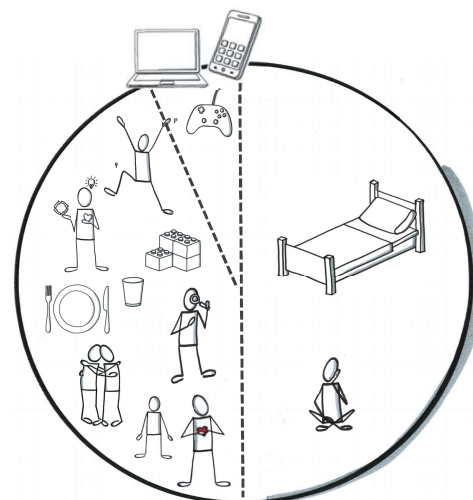
9

Bildschirmzeit

Was gehört in einen Tag

Für ein gesundes Aufwachsen sollten die Grundbedürfnisse erfüllt werden:

- Soziale Kontakte
- Bewegung
- Schlaf und Ruhe
- Regelmässige Mahlzeiten
- Täglich frische Luft
- Freies Spielen und Entdecken
- Vielfältige Sinneserfahrungen
- Langeweile
- ...

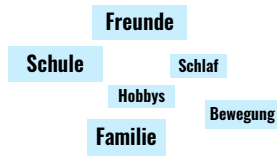


10 Pro Juventute | 2026

10

Bildschirmzeit

Wann ist es zu viel?



MÖGLICHE ANZEICHEN

- 🙄 Verlust des Interesses an anderen Aktivitäten
- 🚫 Erfolgreicher Versuch, Mediennutzung zu kontrollieren oder zu beenden
- 🕒 Reizbarkeit oder Angst wenn man Medien nicht nutzen kann
- 💔 Medien zur Flucht oder zur Stimmungsregulation
- 🏠 Gefährdung oder Verlust wichtiger Beziehungen oder Chancen

...

11 Pro Juventute | 2026

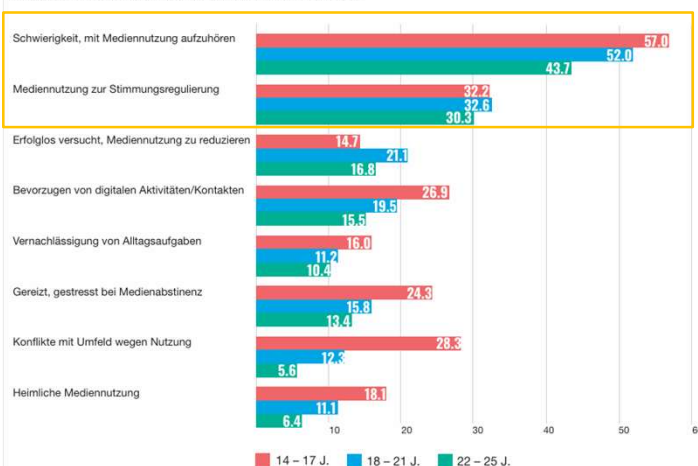
Grafik: eigene Darstellung



11

Herausforderungen mit digitalen Medien

Problematische Verhaltensweisen im Umgang mit digitalen Medien in den drei Altersgruppen (% Antworten sehr häufig/häufig)



Wie kann ich mein Kind im Umgang mit diesen Herausforderungen unterstützen?

Abbildung 10: Problematischer/risikoreicher Umgang mit digitalen Medien in den drei Altersgruppen (Antworten % sehr häufig/häufig)

12 Pro Juventute | 2026



12

Abschalten und Begrenzung der Bildschirmzeit

Was sagen Kinder und Jugendliche, was ihnen beim Abschalten hilft?

- **Abmachungen und Begrenzungen**
mit den Eltern gemeinsam festlegen
- **Zeitmesser**
Wecker, App, TimeTimer, ...
- **feste Zeiten ohne Bildschirm**
beim Essen, vor dem Schlafen, bei den Hausaufgaben, ...
- **Strategien**
bei Netflix in der Mitte einer Episode abschalten,
nach 4 Runden bei Brawl Stars aufhören, ...
- **interessante Aktivitäten ohne Bildschirm**
spannende Alternativen, gemeinsame Aktivitäten,
Brettspiele, Neues ausprobieren, ...

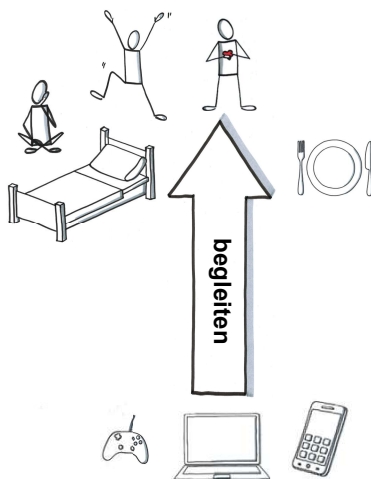


15 Pro Juventute | 2026

15

Übergang

Von digital zu analog



Mögliche Unterstützung dabei:

- Besprechen was danach kommt
- Vorankündigen
- In Kontakt treten
- Dabei bleiben
- Ausschalten helfen
- Beistehen bei Gefühlen und Emotionen
- Begleitung in die folgende Aktivität

Grafik: eigene Darstellung



16 Pro Juventute | 2026

16

Entwicklung und digitale Medien

Entwicklungsaufgaben und beliebteste Apps



17

Entwicklung und digitale Medien

Kinder von 3 bis 6



Magisches Alter

Beispiel: das Kind schaut eine Zeichentrick-Serie und freut sich mit einer Figur mit, weil sie ein Rennen gewonnen hat.



Lernen durch Fragen

Beispiel: das Kind will wissen, wie man ein Pferd zeichnet und schaut sich eine Schritt-für-Schritt Anleitung auf YouTube an.

Erleben durch Vorleben

Beispiel: das Kind spielt ein Telefongespräch nach, das es bei den Eltern beobachtet hat.



18 Pro Juventute | 2026



18

Entwicklung und digitale Medien

Kinder von 6 bis 12



Vergleich mit Gleichaltrigen

Beispiel: Das Kind hört, dass viele aus der Klasse Brawl Stars spielen und möchte dies ebenfalls gamen, um dabei zu sein und mitreden zu können.

Wettkampf, Herausforderungen

Beispiel: Das Kind erlebt im Game immer wieder neue, ansprechende Herausforderungen und misst sich dazu mit anderen Kindern: Wer ist auf welchem Level, wer hat gewonnen, wer hat mehr Skins, ...?

Aufbau Frontalhirn

Beispiel: Das Kind hat Mühe nach vereinbarter Zeit das Tablet wegzulegen und antwortet bei Snapchat einer fremden Person.



19 Pro Juventute | 2026

19

Entwicklung und digitale Medien

Jugendliche



Kontakte aufbauen und pflegen

Beispiel: Der Jugendliche sendet Freundschaftsanfragen auf Snapchat und sammelt mit Kolleg*innen die täglichen Flämmchen.

Platz in der Gesellschaft finden

Beispiel: Die Jugendliche vernetzt sich auf Instagram mit Freunden, Kolleg*innen und Vorbildern. Sie liest, kommentiert und liket deren Beiträge und fühlt sich in der Gruppe integriert.

Identität entwickeln

Beispiel: Der Jugendliche lässt sich auf TikTok von verschiedenen Frisuren inspirieren und überlegt sich, ob ihm die Frisuren stehen würden.



20 Pro Juventute | 2026

20

Ein Blick zurück

Bildquellen:
 Bravo-archiv.de
 taxis-thueringen.de
 Femelle.ch
 Barfi.ch
 Wikipedia.com

PRO JUVEN TUTE

21 Pro Juventute | 2026

21

Beliebteste Apps

Von Kindern und Jugendlichen

10-12 Jahre

Bild: MIKE-Studie, 2021, ZHAW

12-19 Jahre

Bild: JAMES-Studie, 2024, ZHAW

PRO JUVEN TUTE

24 Pro Juventute | 2026

24

Endlose Inhalte und Belohnung

www.projuventute.ch/erklavideos



26 Pro Juventute | 2026



26

Links und Tipps

Für Wahl und Entscheidungen der Apps

Informieren Sie sich über ein App

- **Interesse und Offenheit** zeigen und Vorurteile beiseitelegen
- **Regeln** gemeinsam festlegen
- Heikle Inhalte **mit Ihrem Kind** thematisieren, nachfragen
- Wägen **Sie** ab, ob ein App für Ihr Kind geeignet ist oder nicht

projuventute.ch/games

Weitere Tipps und Empfehlungen zu Games

flimmo.de

Elternratgeber für TV, Streaming & YouTube

spieleratgeber-nrw.de

Der pädagogische Ratgeber zu Computer- und Konsolenspielen

Klicksafe.de

Hilfs-Materialien zu verschiedenen Apps (z.B. Social Media)

27 Pro Juventute | 2026

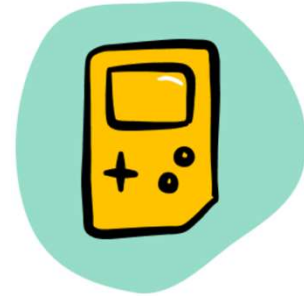


27

Online Elternveranstaltungen

Zu den Themen Welt der Games und Social Media Plattformen

- Online per Mobile, Tablet oder Computer
- Anmeldung und Durchführung via Zoom
- Kostenlos (Spendenaufruf)
- Moderiert von Fachpersonen
- Dauer: jeweils 90 Minuten



www.projuventute.ch/online-veranstaltungen

28 Pro Juventute | 2026



28

Cybermobbing



29

Cybermobbing

Definition und Auftreten

Mobbing besteht aus wiederholten, fiesen Handlungen über einen längeren Zeitraum. Die Absicht ist, eine Person auszugrenzen und fertig zu machen. Mobbing ist oft ein Gruppenphänomen: es sind mehrere Personen beteiligt

Fast jedes Kind erlebt einmal Cybermobbing – sei dies als zuschauende, gemobbte oder mobbende Person.

Wie sicher fühlen Sie sich, Ihr Kind vorsorglich und bei einem Mobbingvorfall zu begleiten?



Kinder und Jugendliche bleiben im Internet meist unter sich. Deshalb ist es für Eltern schwierig, Cybermobbing zu erkennen.

30 Pro Juventute | 2026



30

Mögliche Auswirkungen von Cybermobbing

Auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

Möglichen Folgen von Mobbing und Cybermobbing:

- **Angst und Vertrauensverlust:** Soziale Isolation, Gefühl der ständigen Bedrohung oder der Gewalt kann zu depressiven Verstimmungen führen.
- **Scham und Schuldgefühle:** Schweigen, emotionale Belastung.
- **Selbstwertverlust:** Die Erfahrung ausgeschlossen und attackiert zu werden kann das Selbstwertgefühl und Selbstbild stark negativ beeinflussen.
- **Risiko für weitere psychische Probleme:** Unbehandelte negative Erfahrungen können Einfluss in die Entwicklung der Persönlichkeit nehmen und die Gefährdung für psychische Erkrankungen erhöhen.

31 Pro Juventute | 2026



31

Cybermobbing

Prävention

- **Vorleben**
Leben Sie ein gewaltfreies Miteinander und Zivilcourage vor. Beziehen Sie klar Stellung gegen Mobbing.
- **Informieren und darüber reden**
Sprechen Sie mit Ihrem Kind präventiv über das Thema Hass und Mobbing im Internet.
- **Mögliche Gegenreaktionen aufzeigen**
Informieren Sie Ihr Kind, was es machen kann, wenn es im Netz auf Mobbing stösst.
- **Hilfe bieten und Unterstützung aufzeigen**
Sagen Sie Ihrem Kind, dass es jederzeit auf Ihre und weitere Unterstützung (z.B. Schulsozialarbeit, Beratung und Hilfe 147) zählen kann.



32 Pro Juventute | 2026

32

Cybermobbing

Intervention



- **Geborgenheit und Unterstützung vermitteln**
Geben Sie Ihrem Kind Geborgenheit, Unterstützung und das Gefühl, gehört und ernst genommen zu werden.
- **Kinder und Jugendliche einbeziehen**
Entscheiden Sie nicht über den Kopf Ihres Kindes hinweg sondern beziehen Sie es in das weitere Vorgehen ein.
- **Sich beraten lassen**
Sie erhalten bei der Pro Juventute Elternberatung, der Schulsozialarbeit oder der Opferhilfe Rat.
- **Schlüsselpersonen einbeziehen**
Mobbing ist ein Gruppenphänomen. Wenden Sie sich an eine erwachsene Person, welche die Gruppe begleitet.



33 Pro Juventute | 2026

33

Online Elternveranstaltungen

Zum Thema Cybermobbing

- Online per Mobile, Tablet oder Computer
- Anmeldung und Durchführung via Zoom
- Kostenlos (Spendenaufruf)
- Moderiert von Fachpersonen
- Dauer: jeweils 90 Minuten



www.projuventute.ch/online-veranstaltungen

34 Pro Juventute | 2026



34

Cybergrooming



35

Cybergrooming

www.projuventute.ch/erklaervideos



36 Pro Juventute | 2026



36

Cybergrooming

Definition und Auftreten

- wenn eine erwachsene Person **online Kontakt** zu Kindern für **sexuellen Übergriff** herstellt.

45% der Mädchen und 20% der Jungs in der Schweiz wurden innerhalb der letzten zwei Jahre im Netz von einer fremden Person mit sexuellen Absichten angesprochen. (JAMES 2024)

Mit welchen Personen schreibt und spricht Ihr Kind in digitalen Medien?



Bild: Eigene Darstellung (fiktiv)

37 Pro Juventute | 2026

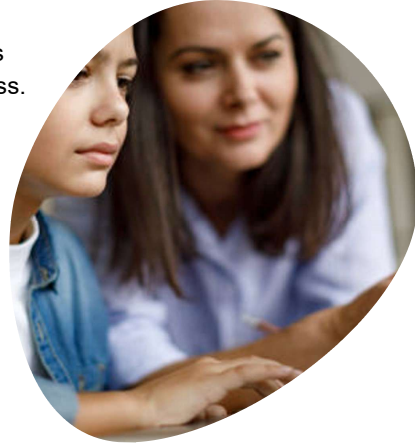


37

Cybergrooming

Prävention

- **Darüber reden**
Sprechen Sie mit Ihrem Kind über das Thema Cybergrooming. Es kann sich besser davor schützen, wenn es darüber Bescheid weiss.
- **Informationen zum Datenschutz**
Raten Sie Ihrem Kind, online nichts Privates zu teilen und unterstützen Sie es im Einstellen der Profileinstellungen.
- **Handlungsschritte aufzeigen**
Tauschen Sie mit Ihrem Kind aus, was es bei einem Cybergroomingvorfall tun könnte
- **Hilfe bieten und Unterstützung aufzeigen**
Sagen Sie Ihrem Kind, dass es jederzeit auf Ihre und weitere Unterstützung (z.B. Schulsozialarbeit, Beratung und Hilfe 147) zählen kann.



39 Pro Juventute | 2026

39

Schutz der Privatsphäre

Profileinstellungen

Profile und Benutzernamen

- **Privat**
- Möglichst keine **personenbezogenen Angaben** (Alter, Geschlecht, Name, Wohnort, Geburtsdatum)
- Privatsphäre **Einstellungen**: Nur für Freund*innen / Abonnent*innen sichtbar sein
- Unterschiedliche Passwörter wählen

Weiteres

- **Standort** nicht teilen (Ortungsdienst)
- Keine **heiklen Bilder / Videos**
- Geräte mit **Passwörtern** sichern
- Inhalte können auch bei Privaten Profilen an die Öffentlichkeit gelangen



40 Pro Juventute | 2026

40

Cybergrooming

Intervention



- **Geborgenheit und Unterstützung vermitteln**
Stärken Sie Ihrem Kind den Rücken und versuchen Sie vorurteilsfrei herauszufinden, wie es zum Cybergrooming gekommen ist.
- **Beweise sammeln und Person blockieren**
Helfen Sie Ihrem Kind Beweise zu sammeln, die Person zu blockieren und den Vorfall der Plattform zu melden.
- **Kinder und Jugendliche einbeziehen**
Beziehen Sie Ihr Kind in das weitere Vorgehen ein.
- **Hilfe holen**
Sie erhalten z.B. bei der [Pro Juventute Elternberatung](#), der Schulsozialarbeit oder der Opferhilfe Unterstützung.

41 Pro Juventute | 2026



41

Weitere Anlaufstellen

Bei einem Vorfall oder Verdacht, dass Ihr Kind mit pädokriminellen Inhalten in Kontakt gekommen ist:

- [Clickandstop.ch](#): Kostenlose Beratung für Eltern, Fachpersonen sowie Kinder und Jugendliche immer Montag bis Donnerstag unter 058 433 33 50 (für Beratung zu einem persönlichen Fall unter 058 590 10 10, Dienstag und Mittwoch).
- [Take it Down](#): Falls ein Kind ein intimes Bild von sich verschickt hat, kann dieser Dienst unterstützen, das Bild breitflächig zu entfernen.
- Weitere Informationen zur Prävention und Unterstützung bei einem Cybersexualdelikt unter: [Cybersexualdelikte](#)
- [Kantonale Opferhilfestellen](#)

42 Pro Juventute | 2026

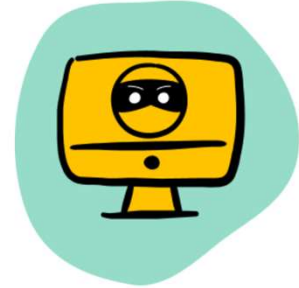


42

Online Elternveranstaltungen

Zum Thema Cybergrooming und Sextortion

- Online per Mobile, Tablet oder Computer
- Anmeldung und Durchführung via Zoom
- Kostenlos (Spendenaufruf)
- Moderiert von Fachpersonen
- Dauer: jeweils 90 Minuten



www.projuventute.ch/online-veranstaltungen

44 Pro Juventute | 2026



44

Schutz der Privatsphäre

Anleitungen zu Sicherheitseinstellungen

In der Regel lassen sich bei Plattformen, Konsolen etc. Einstellungen vornehmen, unter verschiedenen Begriffen wie:

- Datenschutz
- Privatsphäre
- Sicherheit



Anleitungen:
www.medien-kindersicher.de/startseite
www.saferinternet.at/privatsphaere-leitfaeden/



45 Pro Juventute | 2026



45

Medienbegleitung



46

Sicher unterwegs

Mit digitalen Medien



Der beste Schutz ist der, wenn Kinder ihrem Alter und ihrer Entwicklung entsprechend lernen, damit umzugehen.

Ähnlich wie beim Strassenverkehr: Vorleben und Schritt für Schritt einführen und begleiten bis hin zur sicheren Selbständigkeit.



47 Pro Juventute | 2026

47

Die Rolle der Eltern



Eltern spielen die Hauptrolle in der Medienerziehung von Kindern.

Es ist wichtig, auch bei digitalen Medien mit Kindern in Beziehung und Begleitung zu sein.

48 Pro Juventute | 2026



48

Austausch

Ca. 5 - 7 Minuten

Wie bleibe ich mit meinem Kind im Umgang mit digitalen Medien in Beziehung und Begleitung?



49 Pro Juventute | 2026



49

In Beziehung und Begleitung

Bei digitalen Medien



- **Regelmässiger Austausch** - erklären und nachfragen
- **Unterstützung anbieten** - da sein für Hilfe
- **Interesse zeigen**
- **Gemeinsame Medienerlebnisse**
- **Entwicklung berücksichtigen** - Gleichgewicht zwischen Schutz (Kontrolle) und Freiraum (Vertrauen)
- **Unterstützung im Regulieren und Schützen**
- **Präsenz zeigen**

50 Pro Juventute | 2026



50

Unsere Tipps für den Alltag

Beim Umgang mit digitalen Medien

- Wenn möglich **nicht mit digitalen Medien belohnen, ablenken oder bestrafen**
- **Medienkompetenz als Ziel** der Medienbegleitung (dies als Eltern aktiv und bewusst gestalten)
- Regeln und Konsequenzen **gemeinsam mit den Kindern besprechen** (Zeit, Aktivitäten, Orte, ...)
- **Vorbild** der Eltern ist eine grosse Einflussnahme (was lebe ich vor?)
- **Freizeit** auch ohne digitale Medien
- **Reagieren**, wenn etwas seltsam erscheint
- Vertrauenspersonen aktivieren, **Hilfe suchen**

Welcher Tipp spricht Sie am meisten an und aus welchem Grund?

51 Pro Juventute | 2026



51

Nützliche Hilfsmittel

Medienvertrag zwischen Kinder / Jugendliche und Eltern

Gestaltung des Mediennutzungsvertrags

Vorschau



Erwachsene(r)

Vor- oder Spitznamen eintragen

Kind

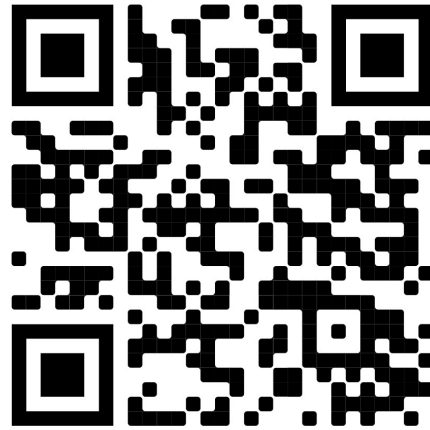
Vor- oder Spitznamen eintragen

Hintergrundmuster festlegen



Gestaltungselemente auswählen





Printscreen von: mediennutzungsvertrag.de



Nützliche Hilfsmittel

Checkliste „Das erste eigene Smartphone“

CHECKLISTE

- Wir haben in der Familie über **Sie und Zweck** des Smartphones gesprochen.
- Wir haben in unserer Familie **besprochen und festgehalten**, was uns in Umgang mit digitalen Medien **wichtig** ist.
- Wir haben uns über die **Anschaffungskosten** des Geräts, die **monatlichen Ausgaben** sowie den Umgang mit In-App-Käufen **geeinigt**.
- Wir haben **gemeinsam mit dem Kind Regeln zur Handynutzung vereinbart** und die Konsequenzen bei einem Regelverstoß **besprochen**.
- Die **Einschränkungen der Bildschirmzeiten** haben wir **gemeinsam mit dem Kind diskutiert und festgelegt**.
- Wir sind uns **bewusst**, dass auch **Kinder ein Recht auf Privatsphäre** haben und **nutzen** ein solches Gerät **keine Überlegenheit** über das **Wissen** unserer **Eltern** ist.
- Unser **Kind** **kennt** den **Unterschied** zwischen **privat** und **öffentlich** und hat **gemeinsam** **Verhalten**.

Wir haben uns über die **Anschaffungskosten** des Geräts, die **monatlichen Ausgaben** sowie den Umgang mit In-App-Käufen **geeinigt**.

Wir haben **gemeinsam mit dem Kind Regeln zur Handynutzung vereinbart** und die Konsequenzen bei einem Regelverstoß **besprochen**.

Die **Einschränkungen der Bildschirmzeiten** haben wir **gemeinsam mit dem Kind diskutiert und festgelegt**.

Unser **Kind** ist **darauf informiert**, dass es **Internet** **Menschen** **begreifen** kann, die **keine** **guten** **Absichten** haben. Es **wissen**, dass es **in** **Kontakt** mit **Fremden** **Menschen** **verfügen** kann **haben**. **Bevor** es **persönliche** **Daten** **unbefugt** **teilt**, **bespricht** es **das** mit **uns**. **Darüber** ist **uns** **bewusst**, dass es **nicht** **ohne** **unsere** **Wissen** und **Einverständnis** **teilen** darf.

Bei **unangenehmen** **Begrüßungen** oder **Einblendungen** in **Netz** **wissen** **unser** **Kind**, dass es **berufen** zu **uns** **kommen** kann. Es **kennt** **Möglichkeiten**, **Medien** **und** **Vertrauenspersonen**, an die es **sich** **wenden** und **es** **uns** **teilen** kann.




Printscreen von: projuventute.ch



Checkliste: Ist mein Kind bereit für Social Media?

- 1. Mein Kind versteht, dass Social Media Chancen, aber auch Risiken mit sich bringt.
- 2. Wir haben gemeinsam besprochen, warum mein Kind Social Media nutzen möchte.
- 3. Wir haben geklärt, welche Plattform überhaupt in Frage kommt.
- 4. Mein Kind weiss, welche Daten, Bilder und Standortinformationen nicht geteilt werden sollten.
- 5. Mein Kind versteht, dass Inhalte weitergeleitet, gespeichert und kaum ganz gelöscht werden können.
- 6. Mein Kind weiss, dass nicht alles online echt ist: Werbung, Fakes, bearbeitete Bilder und Desinformation gehören dazu.



54

Checkliste: Ist mein Kind bereit für Social Media?

- 7. Mein Kind versteht, was ein Algorithmus ist und kennt die Gefahren dahinter (Datenverarbeitung, Echo-Kammer, Radikalisierung).
- 8. Wir haben Regeln zu Nutzungszeiten, Inhalten, Pausen und bildschirmfreien Zeiten vereinbart.
- 9. Mein Kind weiss, wie man blockiert, meldet und Hilfe holt.
- 10. Wir haben besprochen, wie mit Kommentaren, Direktnachrichten, Gruppen und Fremdkontakten umgegangen wird.
- 11. Mein Kind weiss, dass es bei unangenehmen oder bedrohlichen Erfahrungen auf mich/uns oder eine andere erwachsene Vertrauensperson zukommen kann und dass es dafür nicht bestraft wird.
- 12. Wir Eltern sind bereit, die Nutzung aktiv zu begleiten und Regeln bei Bedarf anzupassen.



Zudem wichtig: Den Account gemeinsam einrichten und Privatsphäre & Sicherheitseinstellungen anpassen!

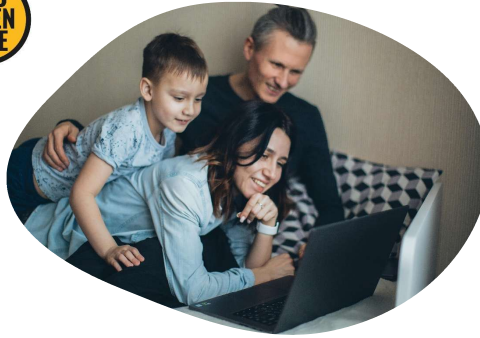


55

Linksammlung für Eltern

Weiterführende Informationen

www.projuventute.ch/internet
www.projuventute.ch/elternberatung



www.jugendundmedien.ch
www.saferinternet.at
www.klicksafe.de
www.schau-hin.info
www.medien-kindersicher.de
www.play-smart.ch

56 Pro Juventute | 2026



56

Informationsmaterial zum Bestellen

Broschüren Jugend und Medien

Für Eltern von Kindern bis 7 Jahre



PDF herunterladen

Für Eltern von Kindern zwischen 6 und 13 Jahren



PDF herunterladen

Für Eltern von Jugendlichen zwischen 12 und 18 Jahren



PDF herunterladen



www.jugendundmedien.ch/angebote

Printscreen von: jugendundmedien.ch

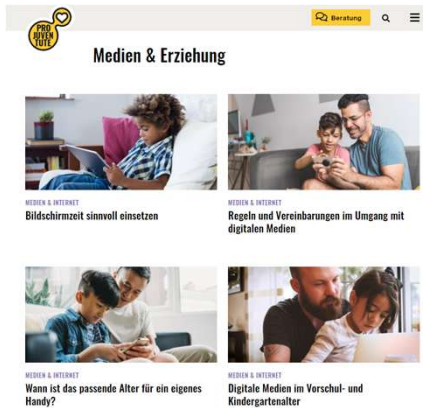
57 Pro Juventute | 2026



57

Informationen für Eltern

Elternwelt & Newsletter



[Pro Juventute Elternwelt](#)



[Pro Juventute
Hilfsmaterialien für Eltern](#)



[Pro Juventute
Erklärvideos für Kinder
und Jugendliche](#)



[Pro Juventute
Newsletter](#)

58 Pro Juventute | 2026



58

Die Elternberatung der Pro Juventute

 <p>Telefon</p> <p>Die telefonische Beratung (058 261 61 61) ist rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr für Sie da.</p> <p>Anrufen →</p>	 <p>WhatsApp</p> <p>Schreiben Sie uns über WhatsApp. Wir antworten so schnell wie möglich, normalerweise innerhalb von 2 bis 24 Stunden.</p> <p>WhatsApp schreiben →</p>	 <p>Beratung per E-Mail</p> <p>Schreiben Sie unseren Beraterinnen und Beratern eine E-Mail.*</p> <p>Schreiben →</p>
--	--	---



www.projuventute.ch/elternberatung

59 Pro Juventute | 2026



59

Fragen

Welche Fragen gibt es?



Abschluss

Was fanden Sie wichtig?
Was hat Sie am meisten bewegt?



Vielen Dank für Ihre Rückmeldung

Danke, dass Sie sich kurz Zeit nehmen!

Ihr wertvolles Feedback hilft uns zur Weiterentwicklung und Qualitätssicherung.

Zur kurzen Online-Umfrage →



62 Pro Juventute | 2026



62

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

...und weiterhin viel Spass mit digitalen Medien!

Pro Juventute
Medienkompetenz
Thurgauerstrasse 39
8050 Zürich
044 256 77 77
marion.mueller@projuventute.ch



63 Pro Juventute | 2026



63